

(19) 日本国特許庁(JP)

(12) 公開特許公報(A)

(11) 特許出願公開番号

特開2009-176075
(P2009-176075A)

(43) 公開日 平成21年8月6日(2009.8.6)

(51) Int.Cl.	F I	テーマコード (参考)
G06Q 10/00 (2006.01)	G06F 17/60 174	2C028
G06Q 50/00 (2006.01)	G06F 17/60 128	
G09B 5/06 (2006.01)	G09B 5/06	

審査請求 未請求 請求項の数 7 O L (全 13 頁)

(21) 出願番号 特願2008-14352 (P2008-14352)
(22) 出願日 平成20年1月25日 (2008.1.25)

(71) 出願人 508026180
川口 英信
和歌山県日高郡みなべ町北道178-1川
口英信税理士事務所内
(74) 代理人 100076406
弁理士 杉本 勝徳
(72) 発明者 川口 英信
和歌山県日高郡みなべ町北道178-1川
口英信税理士事務所内
Fターム(参考) 2C028 AA12 BA01 BB04 BB06 BC04
BC05 BD02 CA13

(54) 【発明の名称】 自己啓発用装置、自己啓発用プログラム及び自己啓発用プログラムを記録したコンピュータ読み取り可能な記録媒体

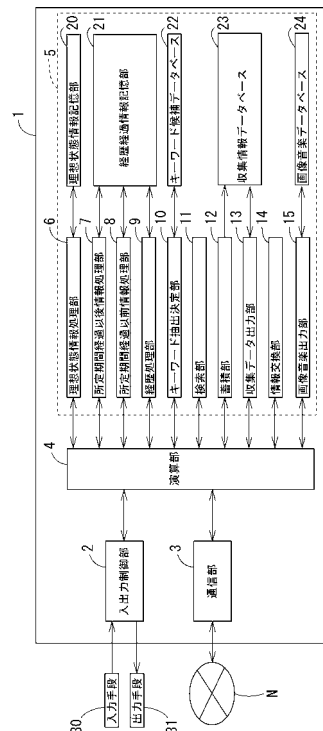
(57) 【要約】

【課題】 利用者に手軽に自己の潜在能力の開発を行わせ、自己実現能力を向上させることができる自己啓発用プログラム、該自己啓発用プログラムを記録したコンピュータ読み取り可能な記録媒体及び自己啓発用装置の提供を目的とする。

【解決手段】 現時点より所定期間経過時点の利用者自身の理想状態に関する情報を含む理想状態情報を理想状態情報記憶手段20に記憶する処理を行う理想状態情報処理手段6と、

理想状態情報の中から後に続く検索手段11でキーワードとして使用する情報を抽出するキーワード抽出決定手段10と、通信ネットワークNを介して理想状態関連情報を検索する検索手段11と、特定の理想状態関連情報をデータベースに蓄積する蓄積手段12と、理想状態関連情報を出力手段31に出力する収集データ出力手段13として機能させるための自己啓発用プログラムにより構成される。

【選択図】 図1



【特許請求の範囲】**【請求項 1】**

入力手段から入力された、現時点より所定期間経過時点の利用者自身の理想状態に関する情報を含む理想状態情報を理想状態情報記憶手段に記憶する処理を行う理想状態情報処理手段と、前記理想状態情報処理手段において理想状態情報記憶手段に記憶された理想状態情報の中から後に続く検索手段でキーワードとして使用する情報を抽出するキーワード抽出決定手段と、前記キーワード抽出決定手段で抽出決定した情報を使用して、通信ネットワークを介して理想状態に関連する情報である理想状態関連情報を検索する検索手段と、前記検索手段で収集された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を選択するよう要求し、該要求に応じて選択された理想状態関連情報を前記キーワードと関連付けてデータベースに蓄積する蓄積手段と、データベースに蓄積された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を所定の出力手段に出力を行うよう指示する信号の入力があった場合に、指示のあった理想状態関連情報を出力手段に出力する収集データ出力手段として機能させるための自己啓発用プログラム。

10

【請求項 2】

さらに、入力手段から入力された、所定期間経過時点以後利用者の死亡に至るまでの間の理想状態に関する情報を含む所定期間経過以後情報を経歴経過情報記憶手段に記憶する処理を行う所定期間経過以後情報処理手段として機能させるための請求項 1 に記載の自己啓発用プログラム。

20

【請求項 3】

さらに、入力手段から入力された、現時点より所定期間経過時点に至るまでの間の利用者の理想状態に関する情報を含む所定期間経過以前情報を経歴経過情報記憶手段に記憶する処理を行う所定期間経過以前情報処理手段として機能させるための請求項 1 または請求項 2 に記載の自己啓発用プログラム。

【請求項 4】

さらに、入力手段から入力された、出生から現時点までの利用者自身の経歴に関する情報を経歴経過情報記憶手段に記憶する処理を行う経歴処理手段として機能させるための請求項 1 または請求項 2 に記載の自己啓発用プログラム。

【請求項 5】

さらに、利用者自身の理想状態に関する情報を利用者が入力するに際し、記録媒体に記録された画像及び音楽を出力する画像音楽出力手段を機能させるための請求項 1 乃至請求項 4 のうちいずれか 1 項に記載の自己啓発用プログラム。

30

【請求項 6】

コンピュータに、入力手段から入力された、現時点より所定期間経過時点の利用者自身の理想状態に関する情報を含む理想状態情報を理想状態情報記憶手段に記憶する処理を行う理想状態情報処理手段と、前記理想状態情報処理手段において理想状態情報記憶手段に記憶された理想状態情報の中から後に続く検索手段でキーワードとして使用する情報を抽出するキーワード抽出決定手段と、前記キーワード抽出決定手段で抽出決定した情報を使用して、通信ネットワークを介して理想状態に関連する情報である理想状態関連情報を検索する検索手段と、前記検索手段で収集された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を選択するよう要求し、該要求に応じて選択された理想状態関連情報を前記キーワードと関連付けてデータベースに蓄積する蓄積手段と、データベースに蓄積された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を所定の出力手段に出力を行うよう指示する信号の入力があった場合に、指示のあった理想状態関連情報を出力手段に出力する収集データ出力手段として機能させるための自己啓発用プログラムを記録したコンピュータ読み取り可能な記録媒体。

40

【請求項 7】

入力手段から入力された、現時点より所定期間経過時点の利用者自身の理想状態に関する情報を含む理想状態情報を理想状態情報記憶手段に記憶する処理を行う理想状態情報処理手段と、

50

前記理想状態情報処理手段において理想状態情報記憶手段に記憶された理想状態情報の中から後に続く検索手段でキーワードとして使用する情報を抽出するキーワード抽出決定手段と、前記キーワード抽出決定手段で抽出決定した情報を使用して、通信ネットワークを介して理想状態に関連する情報である理想状態関連情報を検索する検索手段と、前記検索手段で収集された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を選択するよう要求し、該要求に応じて選択された理想状態関連情報を前記キーワードと関連付けてデータベースに蓄積する蓄積手段と、データベースに蓄積された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を所定の出力手段に出力を行うよう指示する信号の入力があった場合に、指示のあった理想状態関連情報を出力手段に出力する収集データ出力手段とを備えた自己啓発用装置。

10

【発明の詳細な説明】

【技術分野】

【0001】

本発明は、自己啓発用装置、自己啓発用プログラム及び自己啓発用プログラムを記録したコンピュータ読み取り可能な記録媒体に関するものである。

【背景技術】

【0002】

近年、技術革新や経済成長などによる技術の急速な進歩とは裏腹に、個々の人間は昔に比較して夢や希望が希薄であり、特に日本の子供たちは他国に比べ生気が無い等といったことも議論されるようになってきている。また、金銭的に裕福で社会的地位があり、且つ健康状態の良好な人物であっても、将来に希望を持たない状況においては不幸であると考えられるかもしれない。

20

【0003】

これに対し、一見不幸な状況にあっても夢を描き明確な目標を持って生活していれば、その様な人物は幸福といえるかもしれない。現代においては、数十年、数百年前に比較して遥かに安全、便利で物質的に恵まれた生活をしている筈であるが、必ずしも係る状況によって幸福を生み出すとは限られない。

【0004】

このように夢を描き目標を持って日々を過ごすことは、人間としてより豊かに生きていく上で非常に重要であり、更にまた、この心に描いた夢を現実のものとするため現時点までは十分に活かされていなかった自己の潜在能力を開発し、自己実現能力を向上させることが重要である。そして、この潜在能力開発、自己実現能力向上には、心身を安定した状態にする必要がある、そのために瞑想等を行うのが効果的である。この瞑想状態は、自然に関する風景や精神状態を落ち着かせるために効果的な音楽等を視聴するといった体験により得られる。

30

【0005】

下記特許文献1には、精神疲労からのリフレッシュや集中力育成トレーニングを行なうのに好適な閉空間内にてリラックス状態が造りだせるようにした瞑想室装置に関する技術が開示されている。

【0006】

一方、下記特許文献2には、利用者にスケジュール帳を提示し、利用者が入力したスケジュールに基づき、リスク診断およびリスク診断に基づく最適な保険を紹介するための保険システムに関する技術が開示されている。

40

【0007】

【特許文献1】特許第2549469号公報

【0008】

【特許文献2】特許第4014401号公報

【発明の開示】

【発明が解決しようとする課題】

【0009】

50

しかしながら、上記特許文献1に記載の瞑想室装置は閉空間を形成する居室状のもので非常に大掛かりであり、手軽に瞑想を行うことはできず、また、上記特許文献2に記載のシステムは、保険商品を紹介する際には有効な手段であるが、自己啓発を行う目的には利用できない。

【0010】

本発明は、上記した従来の問題点に鑑みてなされたものであって、利用者に手軽に自己の潜在能力の開発を行わせ、自己実現能力を向上させることができる自己啓発用プログラム、該自己啓発用プログラムを記録したコンピュータ読み取り可能な記録媒体及び自己啓発用装置の提供を目的とする。

【課題を解決するための手段】

10

【0011】

上記目的を達成するために、本発明に係る自己啓発用プログラムは、入力手段から入力された、現時点より所定期間経過時点の利用者自身の理想状態に関する情報を含む理想状態情報を理想状態情報記憶手段に記憶する処理を行う理想状態情報処理手段と、前記理想状態情報処理手段において理想状態情報記憶手段に記憶された理想状態情報の中から後に続く検索手段でキーワードとして使用する情報を抽出するキーワード抽出決定手段と、前記キーワード抽出決定手段で抽出決定した情報を使用して、通信ネットワークを介して理想状態に関連する情報である理想状態関連情報を検索する検索手段と、前記検索手段で収集された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を選択するよう利用者に対して要求し、該要求に応じて利用者によって選択された理想状態関連情報を前記キーワードと関連付けてデータベースに蓄積する蓄積手段と、データベースに蓄積された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を所定の出力手段に出力を行うよう指示する信号の入力があった場合に、指示のあった理想状態関連情報を出力手段に出力する収集データ出力手段として機能させるための自己啓発用プログラムにより構成される。

20

【0012】

また、前記構成において、さらに、入力手段から入力された、所定期間経過時点以後利用者の死亡に至るまでの間の理想状態に関する情報を含む所定期間経過以後情報を経歴経過情報記憶手段に記憶する処理を行う所定期間経過以後情報処理手段として機能させるためのものである。

【0013】

30

そして、前記した各構成において、さらに、入力手段から入力された、現時点より所定期間経過時点に至るまでの間の利用者の理想状態に関する情報を含む所定期間経過以前情報を経歴経過情報記憶手段に記憶する処理を行う所定期間経過以前情報処理手段として機能させるためのものである。

【0014】

更に、前記した各構成において、さらに、入力手段から入力された、出生から現時点までの利用者自身の経歴に関する情報を経歴経過情報記憶手段に記憶する処理を行う経歴処理手段として機能させるためのものである。

【0015】

更に、利用者自身の理想状態に関する情報を利用者が入力するに際し、記録媒体に記録された画像及び音楽を出力する画像音楽出力手段として機能させるためのものである。

40

【0016】

また、本発明に係る自己啓発用プログラムを記録したコンピュータ読み取り可能な記録媒体は、コンピュータに、入力手段から入力された、現時点より所定期間経過時点の利用者自身の理想状態に関する情報を含む理想状態情報を理想状態情報記憶手段に記憶する処理を行う理想状態情報処理手段と、前記理想状態情報処理手段において理想状態情報記憶手段に記憶された理想状態情報の中から後に続く検索手段でキーワードとして使用する情報を抽出するキーワード抽出決定手段と、前記キーワード抽出決定手段で抽出決定した情報を使用して、通信ネットワークを介して理想状態に関連する情報である理想状態関連情報を検索する検索手段と、前記検索手段で収集された理想状態関連情報の中から特定の理

50

想状態関連情報を選択するよう利用者に対して要求し、該要求に応じて利用者によって選択された理想状態関連情報を前記キーワードと関連付けてデータベースに蓄積する蓄積手段と、データベースに蓄積された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を所定の出力手段に出力を行うよう指示する信号の入力があった場合に、指示のあった理想状態関連情報を出力手段に出力する収集データ出力手段として機能させるための自己啓発用プログラムを記録したコンピュータ読み取り可能な記録媒体により構成される。

【0017】

また、本発明に係る自己啓発用装置は、入力手段から入力された、現時点より所定期間経過時点の利用者自身の理想状態に関する情報を含む理想状態情報を理想状態情報記憶手段に記憶する処理を行う理想状態情報処理手段と、前記理想状態情報処理手段において理想状態情報記憶手段に記憶された理想状態情報の中から後に続く検索手段でキーワードとして使用する情報を抽出するキーワード抽出決定手段と、前記キーワード抽出決定手段で抽出決定した情報を使用して、通信ネットワークを介して理想状態に関連する情報である理想状態関連情報を検索する検索手段と、前記検索手段で収集された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を選択するよう利用者に対して要求し、該要求に応じて利用者によって選択された理想状態関連情報を前記キーワードと関連付けてデータベースに蓄積する蓄積手段と、データベースに蓄積された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を所定の出力手段に出力を行うよう指示する信号の入力があった場合に、指示のあった理想状態関連情報を出力手段に出力する収集データ出力手段とを備えている。

10

【発明の効果】

20

【0018】

本発明に係る自己啓発用プログラムによれば、理想状態情報処理手段と、キーワード抽出決定手段と、検索手段と、蓄積手段と、収集データ出力手段として機能させるためのプログラムであるので、所定期間経過後の利用者自身の理想とする状態に関する情報が入力手段より入力された際に、該情報に含まれるキーワードから通信インターネットを介して、必要な理想状態に関連する情報である理想状態関連情報を容易に収集でき、また、収集した理想状態関連情報を蓄積し、出力要求に従って出力手段に出力することで利用者非常に手軽に自己の潜在能力の開発を行わせ、自己実現能力を向上させることができる。

【0019】

30

また、さらに入力手段から入力された、所定期間経過時点以後利用者の死亡に至るまでの間の理想状態に関する情報を含む所定期間経過以後情報を経歴経過情報記憶手段に記憶する処理を行う所定期間経過以後情報処理手段として機能させる場合には、所定期間経過時点以後の理想状態を利用者に入力させることによって、この所定期間経過時点以後の理想状態をより明確に思い描かし、認識させられる。これにより、より容易に自己の潜在能力開発及び自己実現能力向上でき、夢や希望を持って日々を過ごし、自己啓発に励むようにするための手助けができる。

【0020】

そして、さらに、入力手段から入力された、現時点より所定期間経過時点に至るまでの間の利用者の理想状態に関する情報を含む所定期間経過以前情報を経歴経過情報記憶手段に記憶する処理を行う所定期間経過以前情報処理手段として機能させる場合は、所定期間経過時点までに利用者が努力しなければならないことを利用者に入力させることによって、利用者自身にこの努力しなければならないことをより明確に認識させることができ、利用者が自己啓発に励むための手助けができる。

40

【0021】

更に、入力手段から入力された、出生から現時点までの利用者自身の経歴に関する情報を経歴情報記憶手段に記憶する処理を行う経歴処理手段として機能させる場合は、利用者過去から現在までの経歴を入力させることで利用者自身自身を見つめ直させることができ、今までの経歴の中での問題を把握させ、自ら解決させることで、心身の安定した状態を利用者にもたらすことができる。

50

【 0 0 2 2 】

更に、利用者自身の理想状態に関する情報を利用者が入力するに際し、記録媒体に記録された画像及び音楽を出力する画像音楽出力手段として機能させる場合には、利用者により容易に気力を集中させられることとなり、利用者により高い理想状態に関する情報を入力させることができ、瞑想状態を利用者に非常に手軽に体験させられるようになる。

【 発明を実施するための最良の形態 】

【 0 0 2 3 】

本発明の最良の実施形態を図面に基づいて説明する。図 1 は、自己啓発用装置を構成するコンピュータのブロック図である。自己啓発用装置 1 は、データの入力を行うキーボード、マウス、テンキーなどの入力手段 3 0、及び、LCD、CRT等のディスプレイやプリンタ、スピーカーなどの出力手段 3 1 から入出力されるデータの制御を行う入出力制御部 2 と、CPUによりデータの転送、演算を行う演算部 4 と、ハードディスク、ROM、RAM等のメインプログラム及びデータの格納を行う記憶装置 5 とを備えている。

【 0 0 2 4 】

また、自己啓発用装置 1 は通信部 3 によってインターネットまたはイントラネット等の通信ネットワーク N に接続されている。また、自己啓発用装置 1 の記憶装置 5 には、各種データベースが備えられている。このデータベースは、必ずしも自己啓発用装置 1 内に設けられていなくてもよく、自己啓発用装置 1 から通信ネットワーク N を介して接続され、アクセスが可能となった装置に備えられた記憶装置に設けられていてもよい。

【 0 0 2 5 】

自己啓発用装置 1 の記憶装置 5 には各種プログラムが格納されており、この中の自己啓発用プログラムに基づき、本発明による情報処理が実行される。この情報処理を実行する自己啓発用プログラムは、理想状態情報処理部 6 と、所定期間経過以後情報処理部 7 と、所定期間経過以前情報処理部 8 と、経歴処理部 9 と、キーワード抽出決定部 1 0 と、検索部 1 1 と、蓄積部 1 2 と、収集データ出力部 1 3 と、情報交換部 1 4 と、画像音声出力部 1 5 として機能させる。また、記憶装置 5 には理想状態情報記憶部 2 0、経歴経過情報記憶部 2 1、キーワード候補データベース 2 2、収集情報データベース 2 3、画像音楽データベース 2 4 を備えている。

【 0 0 2 6 】

理想状態情報処理部 6 は、入力手段 3 0 から入力された、現時点より所定期間経過時点の利用者自身の理想状態に関する情報を含む理想状態情報を理想状態情報記憶部 2 0 に記憶する処理を行う。また、理想状態情報記憶部 2 0 に記憶した理想状態情報を出力手段 3 1 に出力を行うよう指示する信号の入力があった場合に、該理想状態情報を出力手段 3 1 に出力する。

所定期間経過以後情報処理部 7 は、入力手段 3 0 から入力された、所定期間経過時点以後利用者の死亡に至るまでの間の理想状態に関する情報を含む所定期間経過以後情報を経歴経過情報記憶部 2 1 に記憶する処理を行う。また、経歴経過情報記憶部 2 1 に記憶した所定期間経過以後情報を出力手段 3 1 に出力を行うよう指示する信号の入力があった場合に、該所定期間経過以後情報を出力手段 3 1 に出力する。

【 0 0 2 7 】

所定期間経過以前情報処理部 8 は、入力手段から入力された、現時点より所定期間経過時点に至るまでの間の利用者の理想状態に関する情報を含む所定期間経過以前情報を経歴経過情報記憶部 2 1 に記憶する処理を行う。また、経歴経過情報記憶部 2 1 に記憶した所定期間経過以前情報を出力手段 3 1 に出力を行うよう指示する信号の入力があった場合に、該所定期間経過以後情報を出力手段 3 1 に出力する。

経歴処理部 9 は、入力手段から入力された、出生から現時点までの利用者自身の経歴に関する情報を経歴経過情報記憶部 2 1 に記憶する処理を行う。また、経歴経過情報記憶部 2 1 に記憶した出生から現時点までの利用者自身の経歴に関する情報を出力手段 3 1 に出力を行うよう指示する信号の入力があった場合に、該所定期間経過以後情報を出力手段 3 1 に出力する。

【 0 0 2 8 】

キーワード抽出決定部 1 0 は、前記理想状態情報処理部 6 において理想状態情報記憶部 2 0 に記憶された理想状態情報の中から後に続く検索部 1 1 でキーワードとして使用する情報を抽出する。

検索部 1 1 は、前記キーワード抽出決定部 1 0 で抽出決定した情報を使用して、通信ネットワーク N を介して理想状態に関連する情報である理想状態関連情報検索する。

蓄積部 1 2 は、前記検索部 1 1 で収集された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を選択するよう要求し、該要求に応じて選択された理想状態関連情報を前記キーワードと関連付けて収集情報データベース 2 3 に蓄積する。

収集データ出力部 1 3 は、収集情報データベース 2 3 に蓄積された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を所定の出力手段 3 1 に出力を行うよう指示する信号の入力があつた場合に、指示のあつた理想状態関連情報を出力手段 3 1 に出力する。

情報交換部 1 4 は、通信ネットワーク N を介して複数の利用者が例えば掲示板などにより意見交換を行うための通信処理を行う。

画像音楽出力部 1 5 は、利用者自身の理想状態に関する情報を利用者が入力するに際し、予め画像音楽データベース 2 4 等の記録媒体に記録された画像及び音楽を出力手段 3 1 に出力する。

【 0 0 2 9 】

引続き、自己啓発用装置 1 を用いた情報処理の手順につき、以下に説明する。図 2 は本実施形態に係る自己啓発用プログラムのフロー図である。

先ず、ステップ S 1 で、画像音楽出力部 1 5 は、利用者が利用者自身の将来の理想状態に関する情報を入力手段 3 0 より入力するに際し、画像音楽データベース 2 4 などの記録媒体に記録された画像及び音楽を出力手段 3 1 に出力する。尚、この記録媒体はハードディスク等の内部記憶手段に限られず、持ち出し可能な外部記憶手段であってもよい。

【 0 0 3 0 】

記録媒体には、利用者が将来の自分自身の理想の状態を創造し、実現させるために有効となる考え方や哲学を具体的に分かりやすく描いた画像、文字、映像や音楽等が予め記録されており、かかる画像音楽を利用者が鑑賞して理解することにより、容易に気力を集中させることができる。また、記録媒体には、上記に加え、簡単なヨガの運動、後述する呼吸方法、瞑想方法や眼球運動、イメージ訓練などについて、具体的に分かりやすく描いた画像、文字、映像や音楽に関する情報をも記録されている。

【 0 0 3 1 】

このような画像音楽としては、例えば、現在起こっている現象は過去に何らかの原因があつたために起こつたのであり、未来についてもその原因は現在にあるという仏教の因果の法則や、自分と環境とは一体不可分の関係にある依正不二等の考え方をアニメーションによって解説するといったものである。その際、出力手段 3 1 には、コンピュータグラフィックで描かれた人物や動物、ロボットなどを模したインストラクターの映像を出力し、利用者自身を啓発し向上させていく上で必要となる価値観や考え方をこのインストラクターが解説する映像音楽の出力を行う。このインストラクターは、複数の候補の中から利用者が好むタイプを選択可能とすることで、利用者がより興味を持ち、以後の各操作に集中でき、自己啓発が円滑に進められるので好ましい。さらに、以後の各ステップにおいてもこのインストラクターが利用者に対し各操作を行うよう促し、また、様々な解説を行う映像を出力していく。

【 0 0 3 2 】

次に、ステップ S 2 で、理想状態情報処理部 6 が、理想状態情報入力シートを出力手段 3 1 に出力し、前記インストラクターが利用者に対して所定期間経過時点の理想状態情報の入力を促す映像の出力を行う。この要求に応じて利用者が入力手段 3 0 から入力を行った現時点より所定期間経過時点の利用者自身の理想状態に関する情報を含む理想状態情報を理想状態情報処理部 6 が理想状態情報記憶部 2 0 に記憶する処理を行う（ステップ S 3）。

10

20

30

40

50

【0033】

ここで、本実施形態の理想状態情報における所定期間とは、例えば6ヶ月、5年、10年、20年、30年等といった期間であり、その長短については特に限定されず、ある一定の期間であればよいが、区切りのよい期間であれば利用者は将来を容易且つ明確に想像できる点で好ましい。また、所定期間経過時点とは、例えば6ヶ月後、5年後、10年後、20年後または30年後といった現時点より所定期間を経過した時点のことである。

【0034】

そして、理想状態に関する情報とは、利用者自身の仕事、家庭、健康、精神状態、経済状態、趣味等に関し、将来のある時点において利用者自身がこうありたいと希望する状態についての情報をいい、単なる目標などであってもよいが、好ましくは、実現可能性が低いと思われる憧れの状態に関する情報である。また、利用者自身に関する情報のみならず、利用者の家族、友人、知人、同僚などの人物の将来の希望する状態をも含む。また、理想状態情報は、例えば10年後の状態について、現時点における年収、健康状態、精神状態などについて数値化したものと比較を行って、向上率や飛躍率として数値により示したものであってもよい。

10

【0035】

この数値化および飛躍率などの演算の際には、現時点を基準に飛躍率や向上率を演算しても構わないが、そうではなく逆に所定期間経過後の理想の状態を基準として現在からかけ離れた理想の状態を想像し、比較を行ってもよい。これにより、過去、現在の延長線上で未来を描き、よくある目標設定や将来設計といったことを行うのではなく、現時点とはおよそかけ離れた将来の理想状態に関する数値情報を利用者自身に認識させることができる。そして、利用者は現時点とは全く異なる将来に向けて自分の未来を創造していくことができ、現時点までは十分に活用されていなかった利用者自身の能力を最大限に活用することができる。このように、利用者に所定期間経過後の理想の状態を文字や数値を用いて明確に想像させ、思い描かせることで、その理想状態を実現するためにこれから一体何をしなければならないかを自覚させ、自己啓発を行わせるよう促すことができる。一般に人は他人からの助言を100%完全に受け入れることは困難であり、本人は気付かないところでこの他人からの助言の一部を拒絶しようとする心理が働くものである。そこで、利用者本人が自己実現能力の向上のための助言を自分に対し行うことで、自己啓発をより効果の高いものとすることができる。

20

30

【0036】

理想状態情報を入力する理想状態情報入力シートは、例えば、図3に示すようなものであり、利用者自身の全般的なことについては、所定期間経過時点の利用者の年齢、健康状態、精神状態、趣味等を自由に記載し、仕事に関して勤務状況、レベル、仕事内容等を同じく自由に記載する。また、家族について、配偶者、子供、父、母、ペットなどの年齢、外観、健康状態、趣味などの理想の状態を記載する。更に友人、知人などについても記載してもよい。さらに、理想状態情報について現時点からの飛躍率を各項目ごとに110乃至200の数値により示している。

【0037】

続いて、ステップS4で、経歴処理部9が、利用者の出生から現在に至るまでの経歴に関する情報を入力するための年表形式のシートを出力手段31に出力し、インストラクターが入力を促す指示を行う出力をする。この年表形式のシートは例えば図4に示すようなものが挙げられる。インストラクターの指示に応じ、利用者が出生から現時点までの経歴情報を入力すると、経歴処理部9は入力された情報を経歴経過情報記憶部21に記憶する処理を行う。

40

【0038】

図4では、西暦、和暦、利用者本人及び家族の年齢、年収などを記載し、各年毎の利用者本人または家族の経歴を自由に記載する。また、利用者は、この入力された経歴から例えば5年といった所定期間毎のテーマを決定し、入力する。これにより、利用者が過去から現在までを見つめ直すことを容易にし、よって、利用者の現在の姿は、過去からの利用

50

者本人が行った選択の積み重ねの結果であることを利用者自身が容易に理解できるようにするための補助を行う。このテーマとしては例えば、出現、人格形成、好奇心など自由に決定すればよい。

【0039】

更に、経歴処理部9は、出力手段31の画面上でインストラクターが例えば父、母、兄弟など利用者の身近な人に対し現在までの関わりについて、してもらったこと、して返したこと、迷惑をかけたことの3つのテーマにそって繰り返し思い出すよう指示する内観の手法等を解説、指導する出力を行う。これにより、利用者は出力された内容を視聴し、これに従って思いを巡らすだけで容易に自己洞察を行うことができ、自分自身や他者への理解、信頼を深め、自己の存在価値や責任を自覚することができ、自己啓発を行うことができる。

10

【0040】

ステップ5で、画像音楽出力部15は、後のステップS6,7における所定期間以後情報及び所定期間以前情報の入力するに際し、出力手段31においてインストラクターが例えば潜在意識の活性化に有効な心理的、身体的トレーニングである眼球訓練、呼吸法やイメージ訓練等を利用者に行わせるための指導を行う出力をする。このような様々なトレーニングを並行して利用者に行わせることで、将来の利用者自身の状態を具体的且つ明確に描き出せるよう補助する。そして、過去、現在の延長線上に未来を描くのではなく、これからの選択次第で、本当に理想的な自分を創造していけるという可能性を容易に体得できるようにする。

20

【0041】

インストラクターが指導する心理的、身体的トレーニングのうち、眼球訓練とは、両手を自分の前に差し出し、両掌を自分の方に向け、両掌の各指が所定幅だけ離間させた状態で各指先が各々対向するようにする。そして、該両手と、両腕及び両肩を結ぶ線が平面視略三角形状になるようにする。ゆったりと呼吸を行いながら左手親指、右手親指、左手人差し指、右手人差し指、左手中指、右手中指のように、各指先をジグザグに見るように、できるだけ素早く視線を動かす。その際、視線の動きと呼吸とが同じリズムで行えるようにする。その後、30秒程度目を閉じて現時点や該現時点までの自分について反省を行い、また自分の将来像等を確認するものである。

30

また、呼吸法とは、椅子に深く腰掛け、背筋を伸ばし、両掌をそれぞれ両膝の上で上方に向けて置き、親指と人差し指とのそれぞれの先端部分を付けて輪をつくる。息を吸うときは横隔膜を下げ、息を吐くときは横隔膜を上げることで腹式呼吸を行う。この状態を1分程度維持し、その後目を閉じて自身の感覚、身体や心の中での体験などに思い巡らし、これらの認識を行うものである。

そして、イメージ訓練とは、例えば、前記した呼吸法の姿勢をとって目を閉じ、大海原を大きな船が左から右に移動する場面を詳細に描いたり(単純移動法)、同様に目を閉じた際に自動車や飛行機が自分の方に走行してきた後自分の傍らを走り去る場面を詳細に描いたり(距離移動訓練)、複数の人が自分に向かって歩いてくる場面を描く(並列移動法)などといったことを行うものである。この単純移動法によれば心の中に距離や座標の感覚を得ることができ、距離移動訓練によれば自己の周辺視野の領域を認識することができ、そして、並列移動法によれば直線的なものから平面的なものへ意識を変化させることができるようになる。

40

尚、上記各訓練方法は、株式会社シーコーポレーション発行の栗田昌裕著、栗田式スーパーリーディングシステム教本に記載されているが、この方法に限定せず、他のトレーニング方法であってもよい。

【0042】

ステップS6において、所定期間経過以後情報処理部7が、ステップS3で入力された所定期間経過時点の理想状態情報を達成した後死亡に至るまでの経過情報を入力する年表形式のシートを出力手段31に出力し、インストラクターが入力を促す指示を行う出力をする。このシートはステップS4において、前記経歴処理部9が表示したシートと同じ形

50

式であり、その後半部分である。インストラクターの指示に応じ、理想状態情報処理部 6 が理想状態情報記憶部 20 に記憶した所定期間経過時点の理想状態情報を基準にして、所定期間経過後より利用者本人の死亡年齢までの理想状態に関する情報を利用者に想像させて、シートに入力させると、所定期間経過以後情報記憶部 7 は経過経歴情報記憶部 21 に該所定期間経過以後情報を記憶する処理を行う。

【0043】

ステップ S 7 で、所定期間経過以前情報処理部 8 が、現在より、所定期間経過時点に至るまでの経過情報を入力する、図 6 に示すような年表形式のシートを出力手段 31 に出力し、出力手段 31 にインストラクターの入力を促す映像が出力される。この指示に応じて利用者が、理想状態情報処理部 6 が記憶した所定期間経過時点の理想状態情報を所定期間内に達成するための経過に関する情報を予測し、シートに入力すると、所定期間経過以前情報処理部 8 は経歴経過情報記憶部 21 に該所定期間経過以前情報を記憶する処理を行う。

10

【0044】

ステップ S 8 で、キーワード抽出決定部 10 は、前記理想状態情報記憶部 20 に記憶された理想状態に関する情報の中から後に続く検索部 11 でキーワードとして使用する文字、数字、記号、絵等の情報を抽出する。キーワードの抽出方法は、例えば、「海外旅行」、「マイホーム」、「犬」など、いくつかの候補を予め所定のキーワード候補データベース 22 に蓄積しておき、該候補に優先順位を付し、候補に該当する文字が入力された場合にこの文字を優先順位に従い抽出するなどが挙げられる。尚、このキーワードの抽出は利用者自身が行ってもよい。

20

【0045】

ステップ S 9 で、検索部 11 は、キーワード抽出決定部 10 で抽出したキーワードを使用して、通信ネットワーク N を介してウェブページなどから理想状態に関連する情報である理想状態関連情報を検索する処理を行う。検索方法は、公知の方法が利用され、各種検索エンジンを使用してキーワードが使用されているウェブページやウェブページに掲載されている画像、映像、音楽、文字や記述などの情報であって理想状態に関連する情報を収集する。

【0046】

ステップ S 10 で、蓄積部 12 は、検索部 11 で収集された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を選択するよう利用者に対し要求し、該要求に応じて利用者が選択する指示を行った理想状態関連情報を前記キーワードと関連付けて収集情報データベース 23 に記憶する。

30

【0047】

ステップ S 11 で、収集データ出力部 13 は、収集情報データベース 23 に記憶された理想状態関連情報の中から特定の理想状態関連情報を出力手段 31 に出力を行うことを指示する信号の入力があった場合に、指示のあった理想状態関連情報を出力手段 31 に表示出力する処理を行う。その際、出力指示のあった理想状態関連情報を各出力指示ごとにその都度出力するようにしてもよく、また、キーワードに関連付けて記憶されている複数の理想状態関連情報を該キーワードを選択することにより連続して順次スライド形式で表示出力するようにしてもよい。

40

【0048】

また、収集データ出力部 13 は、収集情報データベース 23 に記憶した理想状態関連情報を、例えば毎日同じ時間に出力手段 31 に出力し、更に、その理想状態関連情報の出力の際にステップ S 3 において記憶した理想状態情報を記載したシートを理想状態関連情報の出力の前後に、または該出力と同時に出力手段 31 に出力してもよい。利用者は出力手段 31 に出力された理想状態情報を記載したシートを毎日眺めることで、利用者自己の将来の目標を忘れないようにさせるとともに、潜在意識として定着させるようにする。

【0049】

そして、ステップ S 12 で、収集データ出力部 13 の理想状態関連情報の出力処理に前

50

後して、またはこれと同時に、或いはこの出力とは別に、適時において、画像音楽出力部 15 は、画像音楽データベース 24 等の記録媒体に記録された簡単なヨガの運動、呼吸方法、瞑想方法や眼球運動、イメージ訓練などに関する情報についてインストラクターが解説を行い、利用者に行わせるよう促す出力を行う。利用者はこの出力に従うことで、上記各運動、訓練を容易に行うことができ、これにより利用者のイメージ力、潜在意識を活性化させることができるので、脳力の強化することができ、体・心・気を活性化させることができる。そして、自己実現意欲、目的達成能力の向上を補助することができる。

尚、このステップ S 12 のイメージ訓練の指導出力は、必ず行わなければならないものでなく省略してもよい。

【0050】

ステップ 13 で、情報交換部 14 は、通信部 3 から通信ネットワーク N を介して通信を行って、本実施形態にかかる自己啓発用装置 1 を利用している複数の利用者の意見を入出力させるための画面を出力手段 31 に出力し、利用者同士の情報交換を行わせるための処理を行う。これにより、各利用者に、自分と同じように潜在能力向上や自己実現能力向上のために努力している者を認識させることができ、目的達成への意欲を更に向上させることができる。そして複数の利用者相互の啓発を可能とする。

【0051】

また、本実施形態に係る自己啓発用プログラムで自己啓発を行う際には、能力開発に実績のある事業者、団体などに所属する指導者の指導を直接受けるといったことを併用して行ってもよい。これにより、相乗効果がとなって自己啓発の効果が飛躍的に向上する。

【0052】

以上より、自己啓発に有効に利用可能な情報の収集、蓄積及び出力を容易に行うことができるので、手軽に利用者に潜在能力を向上させ、自己実現能力を向上させ、自己啓発を行わせることが可能となる。

【0053】

更に、本実施形態に係る自己啓発用装置を会社や地域などといった組織運営において活用すれば、単に利用者個人の潜在能力向上、自己実現能力向上のみならず、組織全体としての能力を向上させることができる。一般に、企業経営の現場では、経営理念の明文化や中長期経営計画の策定、各種メンタルトレーニング等、様々な取り組みがなされるが、経営者の手腕によっては効果が上がらない場合もありうる。そこで、本実施形態に係る自己啓発用装置を組織的に利用することで、組織を構成する各個人の能力を向上させることができ、これにより会社、企業、自治体等の組織の能力を向上させることができる。

【図面の簡単な説明】

【0054】

【図 1】本発明の一実施形態に係る自己啓発装置のコンピュータのブロック図である。

【図 2】前記自己啓発用プログラムのフロー図である。

【図 3】前記自己啓発装置のシートである。

【図 4】前記自己啓発装置のシートである。

【図 5】前記自己啓発装置のシートである。

【図 6】前記自己啓発装置のシートである。

【符号の説明】

【0055】

- 1 自己啓発装置
- 6 理想状態情報処理部
- 7 所定期間経過以後情報処理部
- 8 所定期間経過以前情報処理部
- 9 経歴処理部
- 10 キーワード抽出決定部
- 11 検索部
- 12 蓄積部

10

20

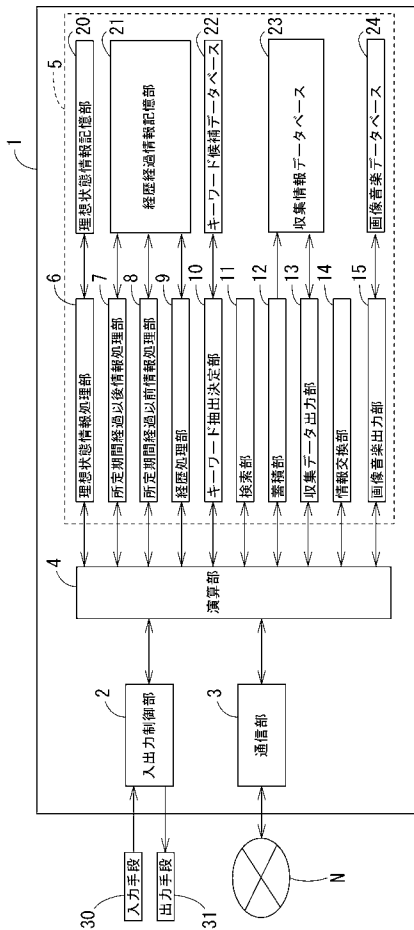
30

40

50

- 1 3 収集データ出力部
- 1 4 画像音楽出力部
- 2 0 理想状態情報記憶部
- 2 1 経歴経過情報記憶部
- 3 0 入力手段
- 3 1 出力手段

【 図 1 】



【 図 2 】



