

夢実現コーチングのポイント

3月の夢実現コーチングは、

何があってもハッピーエンド！

「今日もラッキー！ 毎日ハッピー！」です。

いよいよ本年度も終わりの時期を迎えました。

本年度は、ラッキーなことやハッピーなことありましたか。そして、ハッピーエンドが迎えられそうですか。学校や家庭で様々なことがあったと思いますが、起こったことをどう捉えるかがとても重要です。

日常に起こったことを、「ラッキー！」、「ハッピー！」と捉えたい、あまり良くないことでも「だいじょうぶ！」「なんとかなる！」と捉えたいすると、気持ちが前向きになります。

そして、その前向きな意識は潜在意識に伝わり、次のラッキーやハッピーにつながるような好循環が始まると言われています。そうであるならば、物事を「ラッキー！」、「ハッピー！」、「だいじょうぶ！」、「なんとかなる！」、「ありがたい！」、「良かった！」と捉えた方が断然お得です。

「今日もラッキー！」、「毎日ハッピー！」と言葉にして言えば、物事に対する意識が変わり、ラッキーやハッピーにつながる好循環が始まります。

まさに、夢実現コーチングの最も大事な考え方である「言葉を変えれば、未来が変わる！」そのものです。言葉は、未来スイッチなのです。

何事も、起こったことの捉え方を前向きに変換して、「ラッキー！」、「ハッピー！」、「だいじょうぶ！」、「ありがたい！」、「良かった！」等の良い言葉を使っていくことが未来を変えていくことにつながります。試してみられませんか。