夢実現コーチングのポイント

4月の夢実現コーチングは、

さあ、はじめよう 最高の1年！

「最高の自分を はっきしよう！」です。



2022年4月、いよいよ新年度の始まりです。頬にあたる風も暖かく、希望あふれる春になりました。暖かい春の日差しを浴びて、子どもたちも嬉しそうです。

さて、新年度は、どんな1年になるでしょうか。

子どもたちばかりではなく、大人も最高の自分を発揮して、最高の1年にしたいものです。

そうは言っても、なかなか自分の最高の力を発揮できないことがあります。

それは、メンタルブロックがあるからです。自分自身で「どうせできない！」「無理に決まってる！」と、自分の心で、自分の力や可能性をブロックしてしまうのです。そんなとき、メンタルブロックを外す方法があります。それは、自分自身への言葉です。「最高の1年にする！」「最高の自分を発揮する！」と言えばいいのです。言葉にして言うことで、脳の顕在意識に伝わります。何回も繰り返して言うことで、潜在意識まで伝わって、現実化されやすくなります。もちろん努力も必要ですが、自分自身への言葉は、とてつもないパワーを発揮します。その言葉を紙に書いて貼っておくと、更に現実化されやすくなります。

「最高の1年！」、「最高の自分！」と言葉にして言えば、自分に対する意識が変わり、「最高の1年」や「最高の自分」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。