

夢実現コーチング 「コーチングのポイント」

10月の夢実現コーチングは、フォーカスの法則 良い面にフォーカス！
「それでOK! 大丈夫! 何とかなるよ!」です。



「良い面にフォーカス!」とは、物事や起こったことの良い面に意識を向けるということです。

「良い面にフォーカス!」すれば、未来が良い方向に動き始めます。

では、良い面に意識を向けてフォーカスすると、なぜ未来が良い方向へ動き始めるのでしょうか。それは、意識をフォーカスしたものが、クローズアップされて現実化していくからです。

心理学では、心も体も意識をフォーカスしたものに反応すると言われています。例えば、楽しい音楽にフォーカスして聴いていると、何だか楽しい気分になってきますし、悲しい音楽にフォーカスして聴いていると、涙もなく悲しい気分になってきます。実際には、楽しいことや悲しいことがなくても、そのような気分になるから不思議です。ですから、物事や起こったことの良い面にフォーカスすることが大切です。物事の良い面に意識を向け、できないことから、できることに意識を向けていきましょう。

フォーカスの法則で、良い面にフォーカスしていきましょう!
そうすれば、何事も「それでOK! 大丈夫! 何とかなるよ!」の
コーチングの言葉で、いい方向へ向かいます。

楽しいことにフォーカスすれば、もっと楽しいことがやってきます。

自分の夢の実現にフォーカスすれば、夢の実現が近づきます。

何があっても、子どもたちや物事の良い面にフォーカスして、よいよい未来を
切り開いていきましょう! Let's try!