

自分に気づいて、自分をより知ると…

Q.参加前と参加後の自分を比べると、どんな変化を感じますか？

疑問だった自分の気持ち行動の理由が理解できて、スッキリしたのと、対策を打ったら人生変われると感じ、ワクワクして来ました。

Q.参加前と参加後の自分を比べると、どんな変化を感じますか？

どこへどうエネルギーを充てたらいいのかも何をして生きていくのかもわからない状態でしたが、今やることが見え虚無感が薄れました。

Q.参加前と参加後の自分を比べると、どんな変化を感じますか？

参加前は、今の仕事に対する向き合い方にもやや感があったが、参加後は、新たな価値観に切り替えたことで、もやもやが晴れてスッキリし、気持ちが楽になった。

気持ちの変化

Q.どんな学びや気づきがありましたか？

本日はありがとうございました。固定概念：人は変われない、が自分の課題、。自力では絶対に気づけなかった視点、引き出していただき本当にありがとうございました。

Q.参加前と参加後の自分を比べると、どんな変化を感じますか？

参加前は、「こうだったらいいなあ」と思っていました。セッション後は「これでいいんだ」にかわった自分に驚きました。

Q.どんな学びや気づきがありましたか？

人生で起きていることや経験は、全てに意味があって、人の役にたつためのヒントがたくさんつまっているということ

気づき・物事の捉え方の変化

Q.どんな学びや気づきがありましたか？

一見すると関係なさそうな原因となった出来事が、課題に結びついた瞬間が1番感動するし、面白いと思いました。自分の中から毎日何か引き出して、よどみがなくなるまで修正していきたいと思いました。

Q.参加前と参加後の自分を比べると、どんな変化を感じますか？

脳と心の損傷が癒やされて回復中の気がします。セッション後の仕事が、前向きに上手く運んでいます。

Q.参加前と参加後の自分を比べると、どんな変化を感じますか？

未来への行動が定まり、今の行動が確信となりました。

行動や現実の変化