

Be Innocent

今の自分に満足していますか？
変えたいところはありませんか？
可能ならば

「あるがままの自分でありたい」
と思いませんか？

あなたが魅かれるものは何ですか？
あなたの時間、心、人生を注ぎたいと思う
そんな素敵なものを一緒に見つけて
もっと人生を楽しみませんか？

～あるがままの自分へ～

1講座 3時間 全5回

受講方法

①グループ受講

②個人受講

(個別に日程調整)

#1 Know Myself ～自分に気づく～

すべてのベースはあなた自身
あなたはどんな人ですか？
様々な質問を通して
自分に気づき、自分を認めて
自分を受け入れます



講師 熊澤美穂

#2 My Ideal ～なりたい自分～

子供は素直に夢を語ります
子供心を思い出して
制限・思い込みを取り払って
心の底から望む自分像を明確にし
ビジュアル化します

#3 Plan In Detail ～具体策～

思い描いているだけでは
現実は変わりません
今度は具体的に計画を立てます
今、何をするか？
来週、来月、来年、何をするか？

#4 Trick Myself ～自分を騙す～

なりたいイメージをインストール
詐欺師になって自分を騙します
自分の脳を騙すのです
すると、いつの間にか
それが自然なあなたになるのです

#5 Produce Myself ～自分を魅せる～

中身が素敵になったら
それにとまなう外見も整えます
同じ能力を持った人で
見た目のいい人と悪い人
どちらが選ばれますか？



お申込・お問合せはGinza SEREN 熊澤まで
〒104-0061 東京都中央区銀座2-13-16
info@ginzaseren.wpu.jp 090-1539-8937
URL: <http://www.ginzaseren.wpu.jp/>

