【超有料級】

# 子供の可能性を伸ばしてあげる親になる方法

## 子育て、こんな状態になってませんか？

いつも笑顔で楽しく過ごしたいのに、ちょっとしたことでイラっとしてしまう。。

子供の可能性を伸ばしてあげたいのに、ついつい余計なことを言ってしまう。。

怒ってしまって、子供に謝りたいのに謝れない。。

他の子と比較してしまって、自分の子にイラっとしてしまう。。

あまり大きな声では言えないけど反射的に手が出てしまう。。。

親であれば子供の可能性を伸ばしてあげたいと思うのは当然ですよね。

だけど、

　子供の可能性を伸ばしてあげられない現実。

　子供を信じてあげたいのに、それができない現実。

私もそうだったのでその気持ち、とても分かります。

毎日イライラするし、苦しいですよね。

本当はそんな生活送りたくないのに、苦しいですよね。

毎日我慢するような日々。。。

# その原因は・・・

なぜ、大好きな子供たちにそのようなことをしてしまうのでしょう？

その原因は、

実は…

**あなたがこれまで『人生で経験してきたこと』**

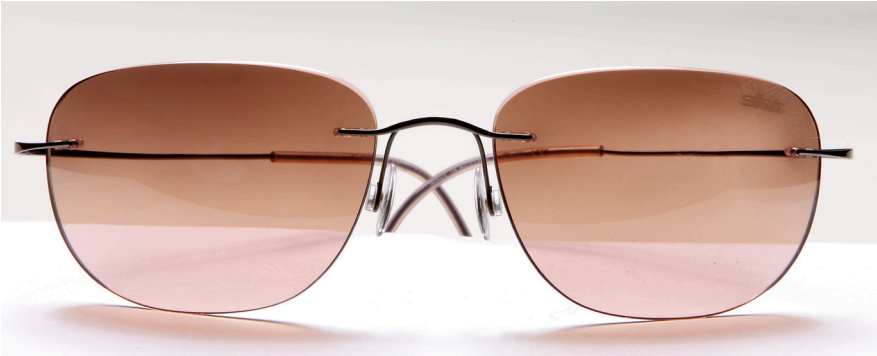
によるものです。

**あなたにはこれまで『経験してきたこと』に**

**よって得た『価値観』があり、**

**その『価値観という色眼鏡』を通して**

**あなたは周囲の環境を見ています。**



それはあなただけでなく、

**誰しもがその人特有の『価値観の色眼鏡』をいくつも装着しています。**

その色眼鏡が偏っている色眼鏡であればあるほど、

イライラするし、
怒ってしまうし、
自分を責めてしまいます。

つまり、**この色眼鏡を取り外すことができたなら、**

偏ったものの見方がなくなります。

さらに言うと、

**自分にとって『嫌なこと・不都合なこと』が**

**価値観の色眼鏡となっていて、**

**人はその『嫌なこと・不都合なこと』を避けるため、**

**その色眼鏡を装着しています。**

子育てにおいては、相手は子供なので**「嫌なこと・不都合なこと」**は避けられず、**「嫌なこと・不都合なこと」**が日々シャワーのように降ってくる状態になりますよね。

当然、イライラします。
当然、怒ってしまいます。

なので、

**イライラする自分を怒らないでくださいね。**

**あなたは 十分頑張っています。**

**あなたは 十分に子供のために行動しています。**

**自分を責めすぎないでください。**

## どのように改善していくのか？

どのようにこの状態から抜け出すのか。

アンガーマネジメントを学ぶのか？
瞑想をするのか？
ヨガをするのか？

今は情報が溢れているのでいろんな方法を目にするかもしれません。

ただ、上にあげたような方法では

**一時的な改善でしかなく、根本解決にはなりません。**

**ダイエットでいうリバウンドが必ず起きます。**

ではどうするのか。

単純です。

**この価値観の眼鏡を取り外すことができればOKです。**

しかし、言うのは簡単。
実際にその眼鏡を取り外すのはとても難しいことです。

これに付け加えると、

**1人でこの眼鏡を取り外すのは難しいです。**
**できたとしても、何年も、何十年もの時間がかかります。**

すなわち、
**この眼鏡を取り外す方法を知っている人から教えてもらうことで**
**びっくりするくらい簡単に取り外すことができます。**

何かを学ぶ時も同じですよね。

**知っている人から学べば習得するのは早いです。**

子供の時、小学校で九九や分数を学んだときと同じです。

# 具体的な方法とは？

次に、

**どうやってその価値観の眼鏡を取り外すか**

です。

そもそも、価値観はどのようにしてできた、もしくは、できていると

思いますか？

方程式を書くのであれば、

**【価値観】＝【過去の経験】×【解釈】**

となります。

**価値観とは、過去の経験をどのように解釈するか、**
**その解釈によって価値観ができています。**

ここで、
【過去の経験】は過去に起きた事実なので変えることができません。

であればどうするか。

**【解釈】を変えればいいんです。**

今あなたが持っている価値観は、あなたの過去の【解釈】によって生まれた価値観です。

**この過去の【解釈】を変えてあればいいのです。**

## 改善した結果、見える世界は？

あなたがもし、

今あなたを苦しめている偏った『**価値観の色眼鏡**』を

外すことができたらどんな世界が待っていると思いますか？

それは想像しずらいかもしれませんが、

いろんな思ってもみなかった変化を実感するでしょう。

例えば次のような変化が起きます。

- イライラしなくなる。怒らなくなる。
- 自分責めをしなくなる。
- 他者比較をしなくなる。
- 自分が本当に達成したい目標が見つかる。
- 毎日感謝いっぱいで人生を送ることができる。

**これらは全て目に見えない変化です。**

ここではっきりとお伝えしたいのは、

**目に見えない変化がどれだけ人にとって大切か**

ということです。

**目に見えない変化が起こると、目に見える変化が起きます。**

- ビジネスで売り上げが上がる。
- 働く時間を短くしても収入がアップする。
- きれいになる。オシャレに気を遣うようになる。
- 夫婦仲が良くなる。
- 親子関係、兄弟関係が良くなる。
- 家族の笑顔が増える。

などあらゆる変化が起き、目の前の世界が変わっていきます。

**あなたが生きていく人生の次元が変わります。**

人生は一度きりです。

あなたは

「一度きりの人生を後悔せず、

本当に楽しかった、

と思える人生を終えたくないですか？」

ひとりでも多くの人がそんな人生を送り、

その人生の送り方を

子供たちに、

パートナーに、

目の前の仲間に、

伝えていっていただきたい。

そんな連鎖が起きることを願っています。

最後に、

**あなたの人生は有限です。**

いつあなたの人生が終わりを迎えるか分かりません。

あと40年生きられるとしても、

1日：24時間

1年：24時間　×　365日　＝　8,760時間

40年：8,760時間　×　40年　＝　350,400時間

**残りの「350,400時間」をどう生きるかはあなた次第です。**

**誰かではなく、あなたがあなたの人生を創っていくのです。**

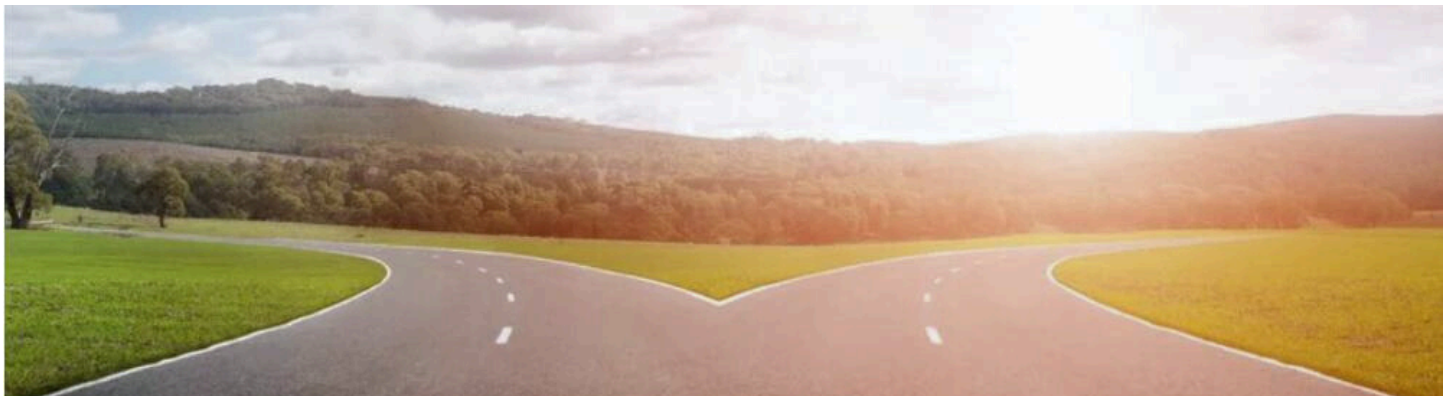
今ここでお伝えできる内容はここまでになりますが、

これをヒントに是非考えてみてください。

体験セッションを試してみませんか？

そして、

あなたの人生を邪魔している『**偏った色眼鏡**』を外してみませんか？



今あなたの前には、

**「これまでと似たような人生を歩む道」**と

**「理想の自分に出会える人生を歩む道」** があります。

**あなたは残された人生で、どちらを選びますか？**

「色眼鏡を外したい」

「あなたの色眼鏡がどんな眼鏡か知りたい」

そんな方は以下のリンクからお申込みください。

## 一緒に、あなたの色眼鏡を外しましょう。

---

**体験セッションお申込みはこちら**

https://full-emotion.com/taiken/

大人の情操・感情教育コーチ

清水 道