

## 【最初のワーク】

---

① 今週あったいいことを3つ書き出してください。

2分で書いてみてください。

② 今日、セミナーに参加したきっかけはなんですか？

2分で書いてみてください。

③ このセミナーが終わった時、どんな風になっていたいですか？

2分で書いてみてください。

## 【あなたは未来にどうなりたいですか？】

① 10年後、どうなりたいですか？

2分で書いてみてください。

② どんな自分になりたいですか？

2分で書いてみてください。

③ 叶えたい夢はありますか？

2分で書いてみてください。

## 【ベクトルのワーク】

①

① あなたが望むことやりたいことは？

③どのようにすれば〇〇は解決できる？

今の自分

②行動を起こせない原因は？(不安・怖れ・心配など)

① まずあなたの望むこと、やりたいことを簡条書きで書き出してみましょう。タイマーを使って2分間で書き出してください。仕事のことだけでなく、プライベートなことを書いてもOKです。

②

① あなたが望むことやりたいことは？

③どのようにすれば〇〇は解決できる？

今の自分

②行動を起こせない原因は？(不安・怖れ・心配など)

② この書き出した内容について、できない理由、無理だと思っている理由、不安や心配に感じていることを、マイナスのベクトルに書き出します。これも簡条書きで、2分で正直に書いてみてください。

③

① あなたが望むことやりたいことは？

③どのようにすれば〇〇は解決できる？

今の自分

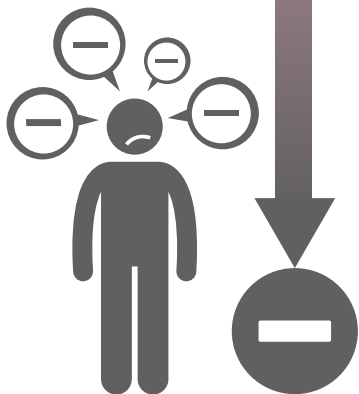
②行動を起こせない原因は？(不安・怖れ・心配など)

③ この②で書き出したものを一文ずつ、「どのようにしたら〇〇は解決する？」と質問形に書き換えます。一つ一つ省略せずに、「HOW」で質問する文章に書き換えてください。こうすることで、あなたの潜在意識が解決策について、自動検索をかけるようになります。

## 【ベクトルのワーク】



今の  
自分



① あなたが望むことやりたいことは？

③どのようにすれば〇〇は解決できる？

②行動を起こせない原因は？（不安・恐れ・心配など）

## 【ベクトルのワークを書き終えて】

ベクトルのワークを書いてみてどのように感じましたか？

## 【なりたい未来とベクトルのワークでの気づき】

2つ目のワーク【あなたは未来にどうなりたいですか？】で書き出したことと、  
【ベクトルのワーク】で書き出したことを比べてみて、何か感じることや気づきがありますか？