



願いを叶える体質作り ロードマップ

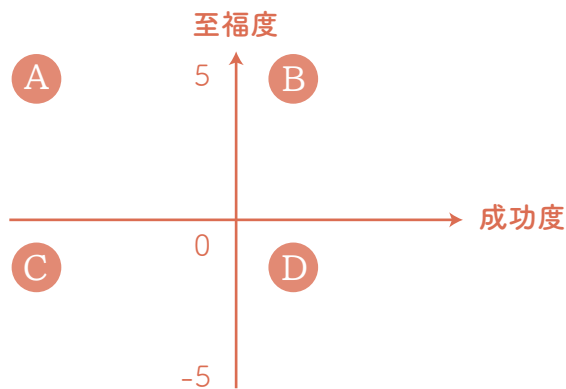
🌸 あなたはどちらの傾向が強いですか？（成功度チェック）

物事を選ぶ基準が楽しさ重視、ご褒美がある方がモチベーションが上がる
→あなたはC（左）寄りタイプさん

コツコツ努力を重ねて成果を出すことが得意、積み上げていく過程に価値を感じる
→あなたはD（右）寄りタイプさん

🌸 あなたは今「私に生まれてよかったな」と感じていますか？（至福度チェック）

満足ではない 普通 私で良かった
-5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5



あなたは今どのあたりかチェックしてみましょう

🌸 C（左）寄りタイプさんへの質問

人から言われたことで「うるさいなあ」「厳しいなあ」「そんなことない」と聞き流していることはありませんか？

サボり癖、逃げ癖、開き直り癖とどうお付き合いしたら向き合えそうですか？

🌸 D（右）寄りタイプさんへの質問

人から何かを言われた時に「私ちゃんとできてます」「指図しないで」と言いたくなることはありますか？

私は正しい、間違っていないという頑なさとお付き合いできそうか再設定してみましょう。