

## 1. 最強ブレインメンタルプログラム受講の理由

職場でもストレスが多く、結果を出すためにもメンタルを強くしたかったから。  
プラス思考やメンタルを強くするための書籍や YouTube などでも紹介されているプラス思考になる方法などを色々試しても効果を実感できなかった。  
転職しようか迷う中、「脳の仕組み」を使って、メンタルを強くするプログラムがあり、トレーニングコーチとマンツーマンセッションがあるので受講しました。

## 2. 受講後変化を感じたところ

ものごとをプラスに考えられるようになりました。実感をもてたのが凄いと思いました。今までストレスに感じていたことが気にならなくなり、切り替えが上手になりました。気持ちが明るくなってきたら、新しいことにチャレンジしようという気持ちになり、会社の資格試験にも前向きになりました。  
やりたいことも見付き、達成できる自信がついたことなど自身の変化を感じました。

## 3. なぜ、そのような変化があったと思いますか？

今まで自分が正しいと思っていたプラス思考や目標を達成する考え方が間違っていたと科学的に理解できたから。目標達成できる思考をつくるための脳の仕組みにはルールがあって、それを理解しながら、心の有り方を作る根本的な部分をトレーニングできたから。また、納得して実践できたから。

## 4. 動画(12ステップ)の感想

動画も短くて、とてもわかりやすく、視聴しやすかったです。  
ステップの順番がよく出来ていて、最初にプラス思考を作り、そのあと、目標達成のイメージやメンタル強化の仕組みなど、成功する人の思考の流れを理解できました。

## 5. (ブレインメンタルコーチとの)パーソナルセッションの感想

とにかく楽しかったです。  
アスリートや経営者がメンタルトレーニングコーチと契約して、何をするのか初めて知りました。コーチングやカウンセリング、コンサルとは全く別のものでした。  
周囲にもメンタルトレーニングコーチと個人で契約している人はいないので、このプログラムを受講できてラッキーでした。  
うまく行かない理由を脳の仕組みでロジカルに且つわかりやすく説明して頂きました。事例が豊富で、なんでもすぐに答えて下さるところにビックリします。  
どんな些細な質問しても、丁寧に答えて頂き、安心して本音で話ことができました。

## 6. このプログラムを誰にお勧めしたいですか？

プラス思考や目標達成を書籍やセミナーで学んでも実践できない方、または実践しても効果がなかった方。

明るい未来をつくるために変わりたいと思っているのに、1歩が踏み出せない方。

リーダーや講師など、人を導くお仕事をされている方。

## 7. 最強ブレインメンタルプログラムの感想

すべての土台になる心の有り方をつくり、前向きになってから、達成のイメージなどに進んでいくので、気持ちを無理にもっていくこともなく、自然のながれで実践できて、しかも簡単。こんな簡単なことでよかったんだ、これなら自分にもできると思えば、面白いように変わっていきました。「自分が出来ないのが悪い」ではなく、脳の仕組みをうまく使えてなかったところにも救われました。

なぜ、自分がいままで学んできたものを活かせなかったのかが、わかりました。

感情をコントロールするための根本的なことを知らなかった。

また、難しいことではなく、簡単なことを繰り返すこと、マンツーマンセッションの中で、自分の性格や寛容に合った内容でアドバイスを頂き、疑問はすぐに解決する。とくに、疑問をすぐに解決できるのが、結果に繋がったと思います。

全てオンラインなので、自分の時間で学び実践できたのが良かったです。

やりたいことがみつきり、ワクワクしている自分を好きになりました。ありがとうございました。

## 8.(経営者/講師/リーダーのかた)

受講前と受講後で導き方がかわりましたか？

仕事で必要なことでも、なぜ社員が動かないのか、脳の仕組みで考えると分かりやすく、対策がとれる。自分がプラス思考になることで、自然にチームも明るくなってきて仕事が円滑に進む。落ち込んでいる人がいても、「気持ちの問題」と片付けるのではなく、効果的な切り替え方を伝えることで、徐々に信頼も得られている気がします。

## 9.その他

受講期間はメール相談無制限が更に安心できました。