

① 恋愛・人間関係

1. あの人は私のこと、どう思っていますか？
→ 相手に投影している「自分の思い込み」に気づく練習
 2. この関係、続けるべきですか？手放すべきですか？
→ 自分の本音と恐れを切り分ける練習
 3. 連絡が来ない理由は何ですか？
→ 不安の正体を言語化する練習
 4. 復縁の可能性はありますか？
→ 執着と願望の違いを見抜く練習
 5. この人と結婚したら、どんな未来になりますか？
→ パートナーシップにおける自分の価値観を明確にする練習
-

② 仕事・お金

6. 今の仕事、向いていますか？
→ 才能と「無理しているポイント」を見つける練習
 7. 転職した方がいいですか？
→ 逃げたい気持ちか、選び直したい意志かを見極める練習
 8. この選択で後悔しませんか？
→ 決断を曇らせている思考癖を見抜く練習
 9. お金が不安です。何が原因ですか？
→ 行動ではなく“お金との関係性”を読む練習
 10. 起業・副業、私にできますか？
→ 覚悟・責任・ズレている期待を言語化する練習
-

③ 人生・自己軸

11. 私の強みって何ですか？
→ 無自覚に使っている力を自覚させる練習
12. 今、何を一番大切にすべきですか？
→ 外の正解と内なる基準を切り分ける練習
13. なぜ同じことで悩み続けるんですか？
→ 思考と感情のループ構造を読む練習
14. この不安はどこから来ていますか？

→ 現実と妄想を分けて捉える練習

15. 今の私へのメッセージをください

→ 自分との対話を深める統合リーディング練習