

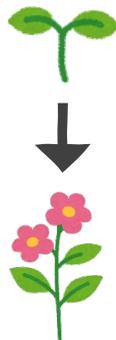


言霊 (ことだま)

昔の日本では、言葉には不思議な力があると信じられており、それは「言葉には、言った言葉のとおりになる力がある」ということ。

れい

ありがとう



「ありがとう」と声をかけた方はすくすく育ち
「バカヤロウ」と声をかけた方はかた、という
実験がある

バカヤロウ



後ろの席の女の子は
これからのびる子じゃよ



担任の先生



そうすると、本当にその女の子の成績がアップする。
これは、先生が、この子はのびるという期待をもって
接したことが成績アップにつながった、と考えられている。
心理学の言葉で「ピグマリオン効果」と言う。

ウソみたいな話だけど、本当にあった実験

「ことだま」の話



この話から言いたいことは...

ふだん、自分がよく言っている言葉、つまり「口グセ」がある人は、人生がその口グセのとおりになってしまう、ということ。



注意!

ネガティブな口グセがある人は
こういうループになりやすい!

なんでもかんでも「ウザッ」と言ってしまう人は、
そんなにウザいことじゃないことにも「ウザッ」と言う。



そんなにウザいことじゃないことも、「ウザいこと」になる



なんで世の中こんなにウザいことばっかなの？まじウザい！



めちゃくちゃストレスがたまり、メンタルがおちてしまう。
ウザいことだらけの人生にがんばるのがめんどくさくなる。



なんで私にはいいことないの！と もっとネガティブになる

「ことだま」の話



言葉が持つ力は大きい！

そのことは、あなたが、まわりの人から受け取っている言葉で感じていることも多いはず。

れい どちらの言い方をしたらがんばれそう？

いけるいける！



どうせはいらないって！



バスケットのフリースロー

れい どちらの言い方がメンタルへこむ？

だいじょうぶ
そういうこともあるよ



あーもー最悪...

お水こぼしちゃいました

人から言われる言葉は、自分では変えられない。でも、自分で自分に「どうせダメ」「最悪」って言っていない？それって自分で自分をへこませているようなもの。自分にかける言葉は変えられるよ！

くじけそうになったら自分に言ってみよう

大丈夫よ 私是最強

by『私是最強』Ado(作・大森元貴)

「ことだま」の話

あなたのネガティブログセを見つけよう！

今日からなるべく言わないように気をつけよう

ポジティブログセをたくさん見つけよう！

れい 「まあいっか」「だいじょうぶ」「しょうがない」「ドンマイ」「そういうこともあるさ」
「オッケー」「なんとかなるさ」「ラッキー」「やったー」「たのしい」「おもしろい」

とにかくログセになるように言いまくろう