

CONTENTS

はじめに 2

第1章

私の軌跡

大変な子育て	10
迷いの日々	13
自分軸を整える	16
あり方が変われば子育てが変わる	21
奇跡の連鎖が起こる	24

第2章

お母さんの元氣のために

イライラしたときに思い出してほしいこと	32
どうしてイライラするの？	35
見方や考え方を変えるコツ	40
叱ることがあっても大丈夫	48
頑張っている自分を褒めてあげる	52

第3章

自分で考える子になるために

子どもの脳が育つときとは？	60
生きるために必要な考える力	63
親子のコミュニケーション	69
子どもに質問をしよう	74
子どもが興味を持つには？	78

第4章

願いを叶えるために

潜在意識をうまく使う	86
神社参拝で運氣アップ	93
目に見えるものだけを信じない	99
いい日に行動する	102
「ありがとう」ですべてがうまくいく	106

第5章

未来に向かって

個性が輝く	114
情報を引き寄せる	118

変化の時代の中で	123
子どもの主体性を大切に	127
すべて受け入れ、やがて光り輝く存在に	132
おわりに	138
参考文献	140