

2022 春の無料コーチングセッションキャンペーン

オンラインで
体験できます!

コーチングセッションを 体験してみませんか?

受付期間 2022年2月1日(火)～5月31日(火)

セッション料金 **今だけ無料**

応募資格 コーチングアカデミーのセッションを受けたことのない方(アンケートへのご協力をお願いします)

セッション方法 オンラインまたは対面(どちらかお好きな方をお選びください)

担当コーチからのメッセージ



上野祐子
Sachiko Ueno

あなたの中に必ず答えはある

私は、人には無限の可能性があると思います。しかし、様々な影響により、人の可能性は眠っているように見えます。人が、人生の岐路で「本当はこうりたい」と願っていたとしても「自分には無理だ」と決めつけ、諦めてしまうことが多いのではないのでしょうか。その時に、人の可能性を信じ関わり続けるコーチと出会ったら、本来持っている可能性を輝かせ、イキイキと自分の人生を生きていけるのではないかと思います。私はそこに、コーチングの価値があると思います。あなたと、大切な時間を一緒にできることを楽しみにしています。



金子真弓
Mayumi Kaneko

ほしい未来やなりたい自分を共に探します

今の生活を変えたい。今の自分から変わりたい。けど…何を変えればいい? どうやったら変わる? そもそも、どんな自分になりたい? って、自分のことがわからないときってありませんか。私は、あなたのポジティブな話もネガティブな話もあなたの気持ちを一緒に感じながらじっくり聴きます。私はあなたに寄り添い、あなたの本当に欲しいものやあなたがなりたい1年後・3年後・10年後の姿と一緒に探します。私は、あなたが目標や課題を達成するための手段や方法は何かを一緒に考えます。あなたが本当にやりたいこと・なりたい自分を見つけ、あなたの幸せを手に入れましょう。そのために、私はあなたを全力でサポートします。



高橋昌子
Masako Takahashi

あなたを大切に作る時間に

「ちゃんと子育てしなくては」「良い子に育てなくては」そう思えば思うほど子育てはうまくいきませんでした。仲良し親子になることも、楽しい人生を送ることも、諦めかけていた時にコーチングに出会い、コーチになりました。私はセッションを通じて、自分のことを話して、自分の心の声を聴いていくうちに、少しずつ人間らしさを取り戻してきたように感じています。自分に優しくなれたら、相手にも優しくなれるんですね。

セッションはあなた自身を大切に作る時間です。あなたの話を聞かせてください。

※日程・地域によっては、上記三人以外のコーチが担当する場合があります。



お申込み・お問合せはこちら

Tel 026-228-8676 (受付: 平日 12~19時) / coachsquare@gmail.com

<http://www.coach-s.net>



お申込みフォーム

セッションってどんなもの？

② テーマに関して「なりたい自分」や「目標」を明確にしていきます。

③ 望む未来に向けてできることやアイデアを出していきます。

望む未来

行動

コーチ

クライアント (相談者)

① 考えたいテーマについて話していただき、コーチからの質問にお答えいただくことで考えを深めていきます。

こんな人にオススメ！



自分の個性や魅力に気づき、自分らしい人生に向けて行動できるように！

相手の個性を大切にしながら、楽しくコミュニケーションが取れるように！



自己理解・自己成長

人間関係

行動力・意欲 up

子育て

目標達成

コミュニケーション上手

職場でのコミュニケーション力がupし、自分も周りも充実して仕事ができるように！



仕事の効率 up

部下の育成

モチベーションup

※対面またはオンライン、好きな方をお選びいただけます

体験された方の感想

セッションをどのようにしてもらえるか楽しみにしていた。自分の中の何を解決とか考えていなかったけど、思いつくまま話していたら、自分の中に辛かったことがまだ残っていたのに気づけた。知れて良かったです。
(坂城町・50歳・女性)

具体的な次の一歩が明確になった。自分にとっては行動しないことが恐怖なのだとわかった。コーチが丁寧に導いてくれた。一つ一つを丁寧に見ることによって、自分の目的や不安になる原因に気づけた。
(長野市・45歳・女性)

日頃から子どもをあまりほめていないことがわかった。普段の自分に気づくことができた。
(長野市・39歳・女性)

コーチが書き留めてくれていた内容を、再度声に出して確認してくれたので、自分の考えを整理できた。
(長野市・34歳・女性)

話しているうちにやるべきことに気づいた。次にやることが具体的に見つかった。
(塩尻市・53歳・女性)

自分が何にイライラしていたのか、どうなりたいたのか、ぼんやりしていたものがとてもハッキリした。また具体的に始めることを示して頂いたことは、新鮮な感じでした。何を話しても否定されないのが、ついどんどん喋ってしまいました。話しているうちは気づかなかったけど、ノートに書いて頂いた文字を見て初めて気がついた感じです。(伊那市・45歳・女性)

お申込み・お問合わせ先

コーチスクエア事務局 (長野駅より徒歩5分)
(〒380-0823 長野市南千歳1-3-7 アイビススクエア2階)

Tel **026-228-8676** (受付: 平日 12~19時) <https://forms.gle/k2h35wocf7r3Wp396>

mail coachsquare@gmail.com HP <http://www.coach-s.net>



※お申込み後3日以上経過しても事務局からの連絡がない場合は、受信が完了していない場合がございますので、お手数でもお電話でのお問い合わせをお願い申し上げます。
※コーチスクエアでは個人情報保護法を遵守いたします。頂いた個人情報はサービスに関する情報のお知らせのために使用いたします。