Co-もれびコーチング

ふたりのこれからを、
ふたりで話す。

夫婦・カップルのための対話



大切な相手ほど、
話しにくいことも。

話すと、いつも
同じところで止まる。

大きな不満はない。
でも、すれ違う。

住まいや働き方を、
ふたりで考えたい。

まずは、おひとりでの
ご相談も可能です。

ふたりのあいだに、何が起きている？

01

声を聴く

それぞれが感じること、
願っていることを話す。

02

いつもの型に気づく

繰り返すやりとりを、
ふたりで見つめる。

03

関わり方を選ぶ

これから試してみたい
関わり方を考える。

違いを、同じ場に持ち寄る。

わたしの声

何を感じている？

大切にしていること。
願っていること。
まだ伝えられていないこと。

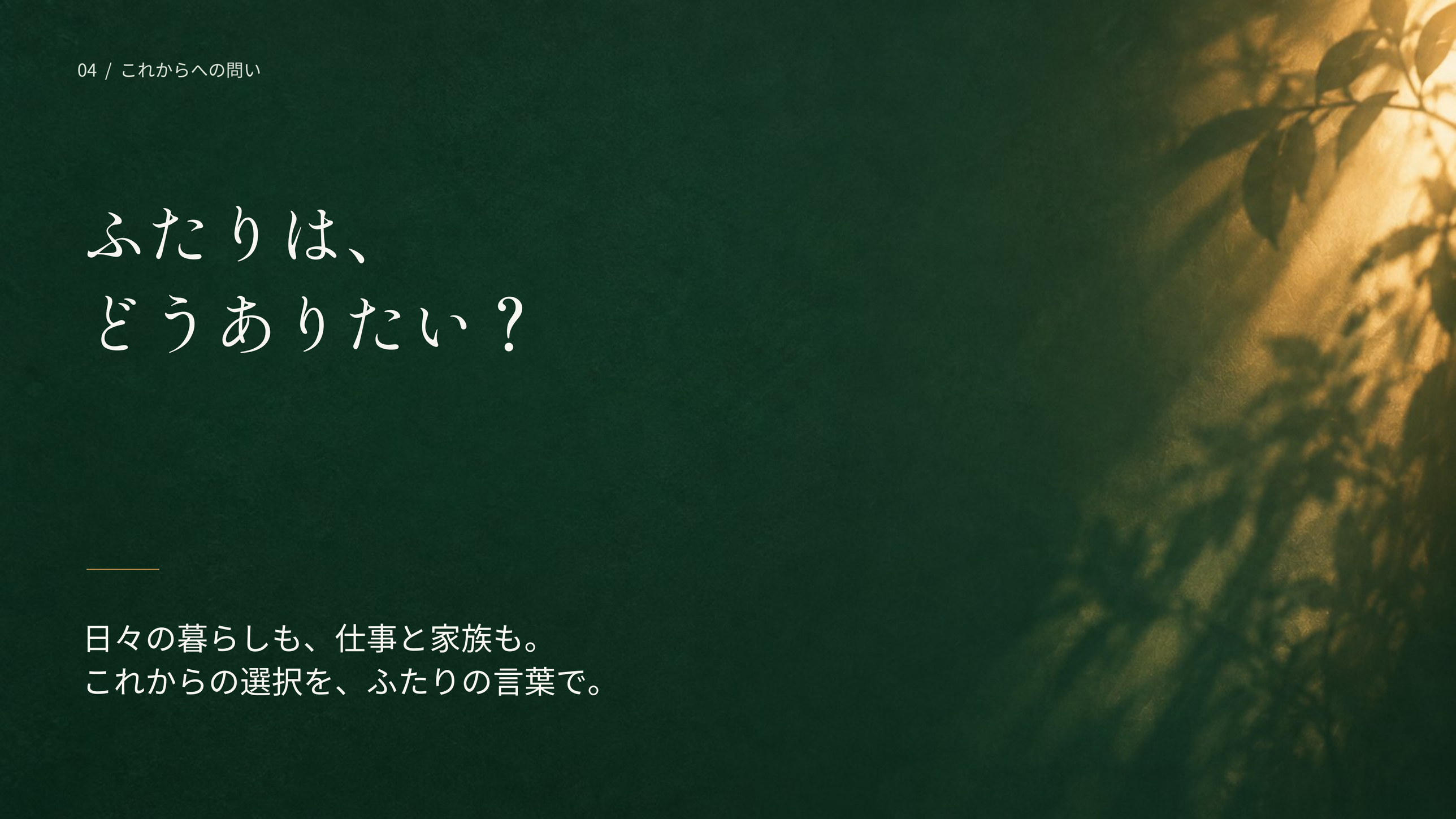
あなたの声

何を大切にしている？

相手の言葉に耳を傾ける。
自分との違いを知る。
ふたりの関わり方を探る。

ふたりは、
どうありたい？

日々の暮らしも、仕事と家族も。
これからの選択を、ふたりの言葉で。



どちらの声にも、耳を澄ます。

聴く	どちらの声も、大切にする。
待つ	結論を急がずに、聴く。
選ぶ	選ぶのは、おふたり。

自分の願いから、ふたりの対話へ。

一人の声

自分の願いを話す。

何を大切にしているのか。
どんな関係でいたいのか。

聴き合う時間

違いを知る。

それぞれの想いを聴き、
次の関わり方を探る。

まずは、話せるところから。

01

ご相談

気になっていることを
お聞かせください。

02

体験の対話

ふたりの想いを、
同じ場で聴き合います。

03

希望に応じて継続

対話の感覚を踏まえ、
これからを考えます。

参加はおふたりの意思で。まずはおひとりでのご相談も可能です。

ふたりの声を、
言葉にしてみる。

最近、すれ違ったのは
どんなとき？

そのとき、大切に
したかったことは？

これから、どんな
関係でいたい？

Co-もれびコーチング／まね

ふたりの声に、
耳を澄ます。

まとまっていなくても、お話しください。

morebi-coaching.pages.dev

