もれびコーチング

自分の想いに、
光が差す時間。

仕事も、人との関わりも。
自分の言葉から、次の一歩を。

パーソナルコーチングのご案内



まだ言葉に
ならないことを、
話してみる。

うまく整理してから、
来なくても大丈夫です。

仕事	このままでいいのか、 気になっている。
自分	どうしたいか聞かれると、 言葉に詰まる。
関係	大切な相手ほど、 うまく伝えられない。

迷いの奥にある、
大切なこと。

相談者

転職したい。
でも、迷っている。

コーチ

次の仕事で、
大切にしたいことは？

相談者

条件だけじゃなく、
自分で決めて働きたいんだ。

説明用の架空の対話です。

答えの前に、選ぶ基準を。

いま、考えている問い

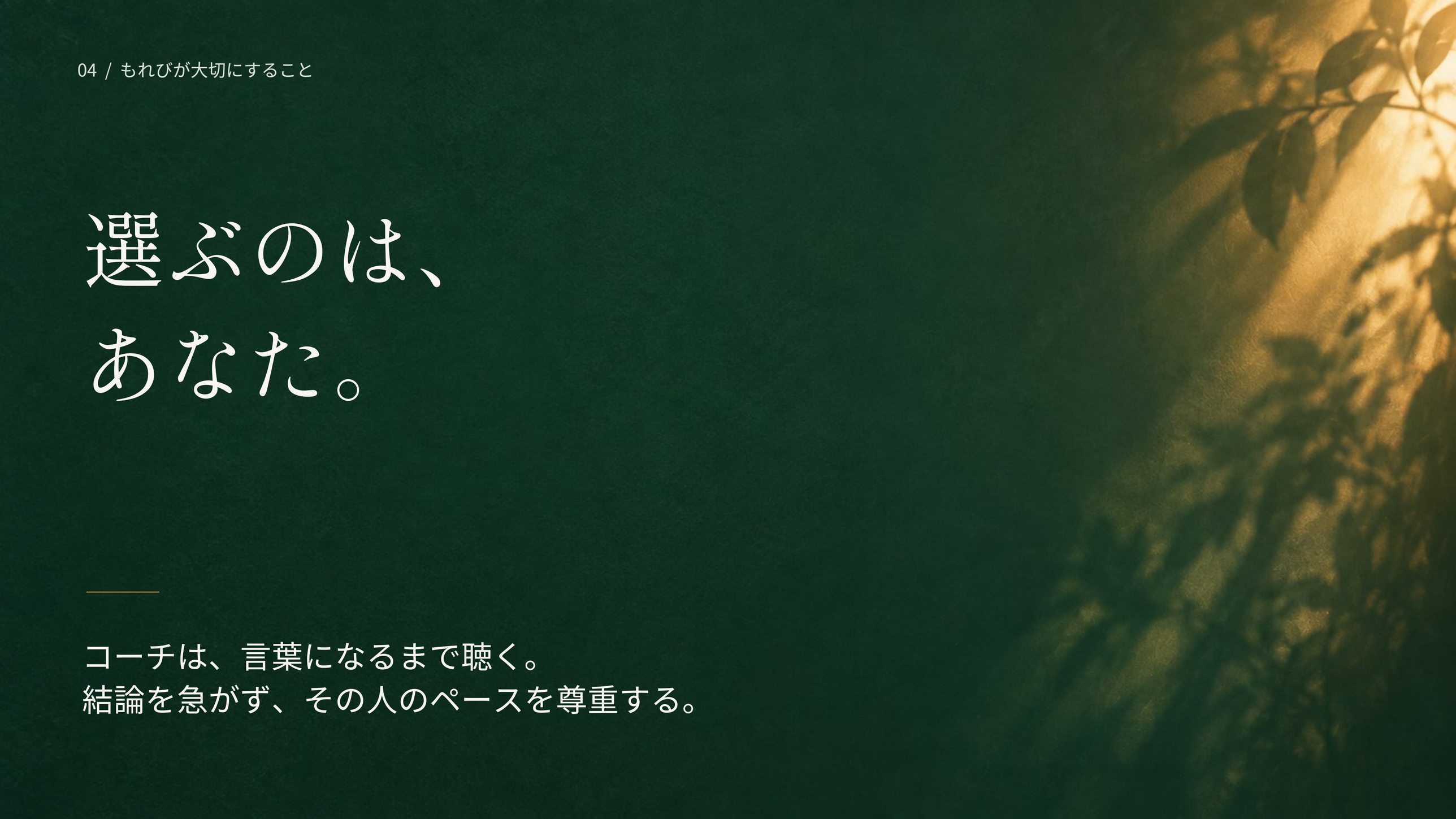
転職する？
今の仕事を続ける？

その奥にある問い

どんな働き方なら、
自分が納得できる？

選ぶのは、
あなた。

コーチは、言葉になるまで聴く。
結論を急がず、その人のペースを尊重する。



話すことも、進め方も。
確かめながら、進みます。

コーチがすること

聴く。問いかける。

言葉と、その背景に耳を傾ける。
気になったことを問いかける。
感じたことや気づきを返す。

あなたが選べること

感じる。選ぶ。

今日は何を話すか。
どこまで話し、何を話さないか。
気づきを、どう日常に持ち帰るか。

大きな決断の前に、小さく試してみる。

「自分で決めて働きたい」なら、
明日できることは何だろう。

たとえば

任されたい仕事を、
言葉にする。

上司に、自分の希望を伝える。

やってみて、
感じたことを残す。

まずは、対話の感覚を。

01

いまのことを話す

まとまっていなくても、
気になるところから。

02

一緒に探る

言葉にしながら、
想いや大切なことを見つめる。

03

振り返る

気づきと、持ち帰りたい
ことを確かめる。

準備が整っていなくても、
話し始められます。

テーマが決まっていない	何を話したいかから、一緒に考えます。
うまく話せるか不安	沈黙や、言葉を探す時間も大切にします。
続けるかは、まだわからない	対話の感覚や、相性を確かめてください。

もれびコーチング

あなたの「いま」を、
聞かせてください。

体験のお申し込み・ご相談

morebi-coaching.pages.dev