

## PERSONAL COACHING

### ★ 夢・目標 ★

### 「こうありたい」と思う姿

たどり着きたいゴール、手に入れたい夢や目標をより早く効率的に達成できるよう、スキルと知識、ツールを持ったコーチがサポートするサービスです。

# Coach Plus 1

## あなたの得るベネフィット

★あなたが未来に向けて自分の物語を作るサポートをします★

- ◆習慣が身に付く
- ◆考えが整理整頓される
- ◆不安が軽減して行動が促進する
- ◆コミュニケーションスキルが高まる
- ◆現状を創り出している真の問題に気付く

## 手続き

### ■Step1 お問い合わせ

まずはお気軽にご相談ください。

### ■Step2 オリエンテーション

コーチングについての説明を行い、質問にお答えします。

### ■Step3 ご契約

コーチングを始めてからも解約はクライアント様の自由です。違約金の発生はありません。

### ■Step4 プレコーチング

課題も含めたスターターキットを書いて頂きます。その上で、コーチングで手に入れたいと思っているゴールを、コーチとクライアントの共同作業で決めていくセッション（プレコーチング）を行います。

### ■Step4 コーチングセッション

電話・スカイプ又はZOOMを使って(お選びいただけます)セッションを行います。

## 料金

★月2回(40分/回)

9,900円(税込み)

## コーチングの感想

- コーチングを始める前は目標が明確でなくモヤモヤしていたものが終わる頃には小さな目標が見えてきて前向きになっている自分に気づかされます。(40代経理事務)
- フレンドリーで本音が話しやすく心の深い所のモヤモヤをいつもスッキリ晴らしてもらっています。その中で気づくことも多く人生が加速していると感じています。(40代ソフトウェア技術者)
- 相手の話をじっくり聞いて自分では気づかない視点を引き出してくれます。(40代理学療法士)



## Coach Plus 1

木村 和人 -Kimura Kazuhito-

お気軽にご連絡ください。

※Zoomを使ったオンラインにて  
対応しております

TEL : 090-8868-2246

MAIL : kimura@coachplus1.com

HP : <https://coachplus1.com/>