

セラピーに対する想い

あなたは「他人の評価が気になる」といった無意識の思い込みに縛られていませんか？ 私はコアビリーフセラピーを通じて、長年の不安から解され、心からの変化を実感しました。

セラピストの深い共感に支えられたこの体験を、今度は「変わりたい」と願うあなたに届けたいと思っています。

セッションの特徴

- ・安心できる場で、温かさと希望を感じれる環境を整えます。
- ・個人のペースや状態を見極め、寄り添ったセラピーを提供します。
- ・瞑想で自身の心を整え、深い安心感を実現します。

コーチングに対する想い

コーチングは「自分自身を輝かせる旅」です。我が子の不登校を乗り越えた際、わずか数ヶ月で未来に希望を抱き、夢を語る姿を目の当たりにしました。この変化は家族の絆も深め、人の「底知れぬ可能性」を確信させてくれました。

コーチングで、あなたの可能性を広げる旅に出ませんか？

セッションの特徴

- ・安心と希望を感じられる場で、目標へ共に歩みます。
- ・現状の課題解決にとどまらず、将来的な成長まで視野に入れます。
- ・瞑想で自身の心を整え、温かさと安心感を実現します。

