

どんな自分なら
それを叶えられる？

～ 在り方が成果に繋がる ～

池垣佐世子

コーチセラピスト

はじめに。経営者の皆様へ

事業への未知への挑戦を、心から讃えます。

経営者として新たな課題に取り組む時、誰しも不安や迷いを感じます。

けれど、それは「本気で未来を切り拓こう」とする行動の証。

臆することなく一歩踏み出している皆様の姿勢を、私は深く敬愛しています。

長年、経営者の「妻」という立場から、多くの会社・事業の裏側をサポートしてきました。

その経験をもとに、経営者の人生の本当の目的や、希望を見つめ直し、

共に歩むすべての「挑戦する大人」へ寄り添うことを使命としています。

ただ事業を推進するだけでなく、心からの夢や想い、

そして未来への希望を共に見つめ、

皆様が自分らしく力強く歩めるよう「伴走者」として支援してまいります。

池垣佐世子

今から15年前当時の社員家族交流会の様子



整うと叶う 3つの現実

1. 燃え上がる情熱を再発見

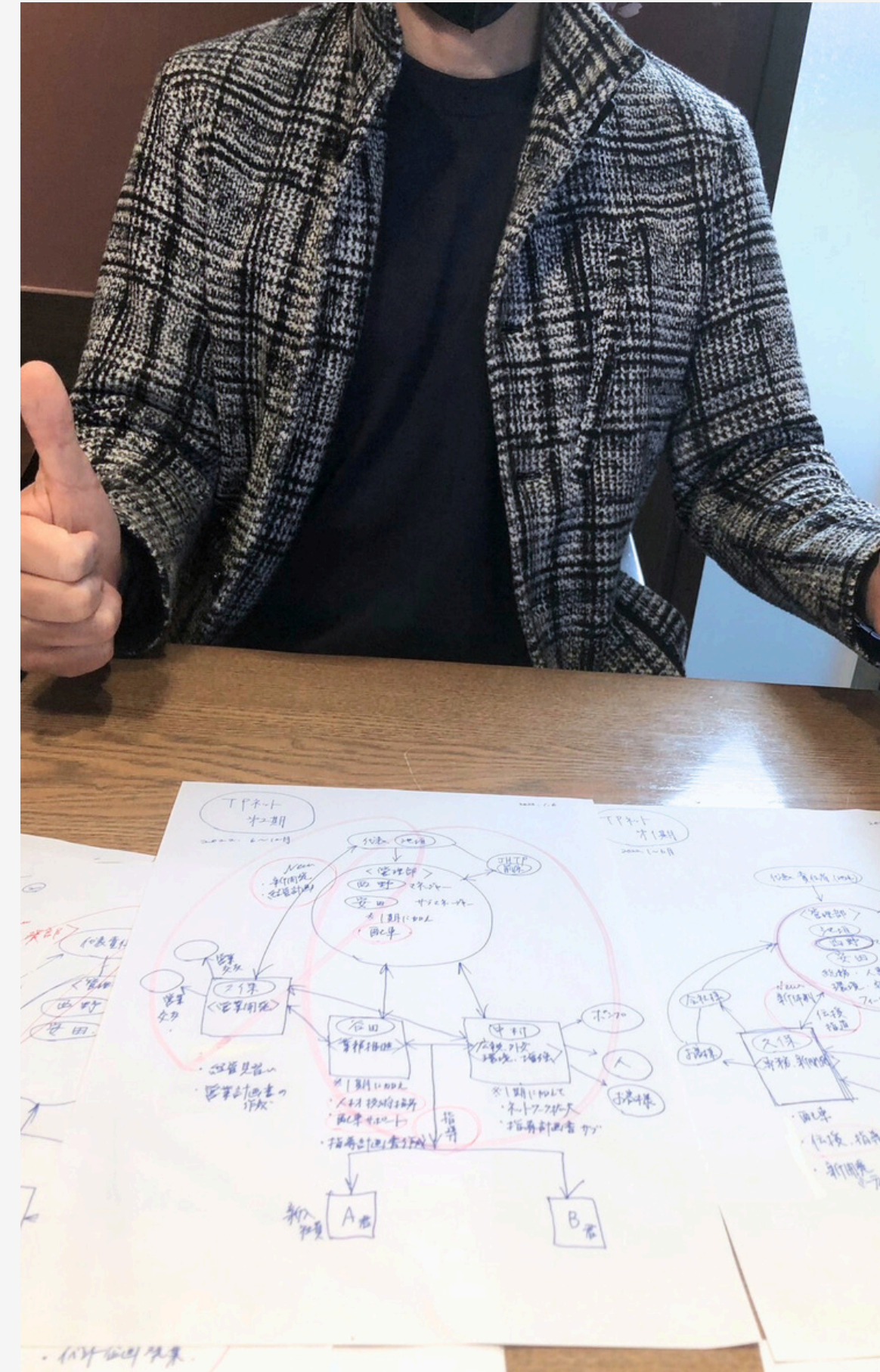
事業・人生で心からワクワクする軸が見つかる

2. 自分と事業の魅力を語れる

発信力・プレゼン力が向上し、ブレないメッセージが伝わる

3. 未来への確信を育てる

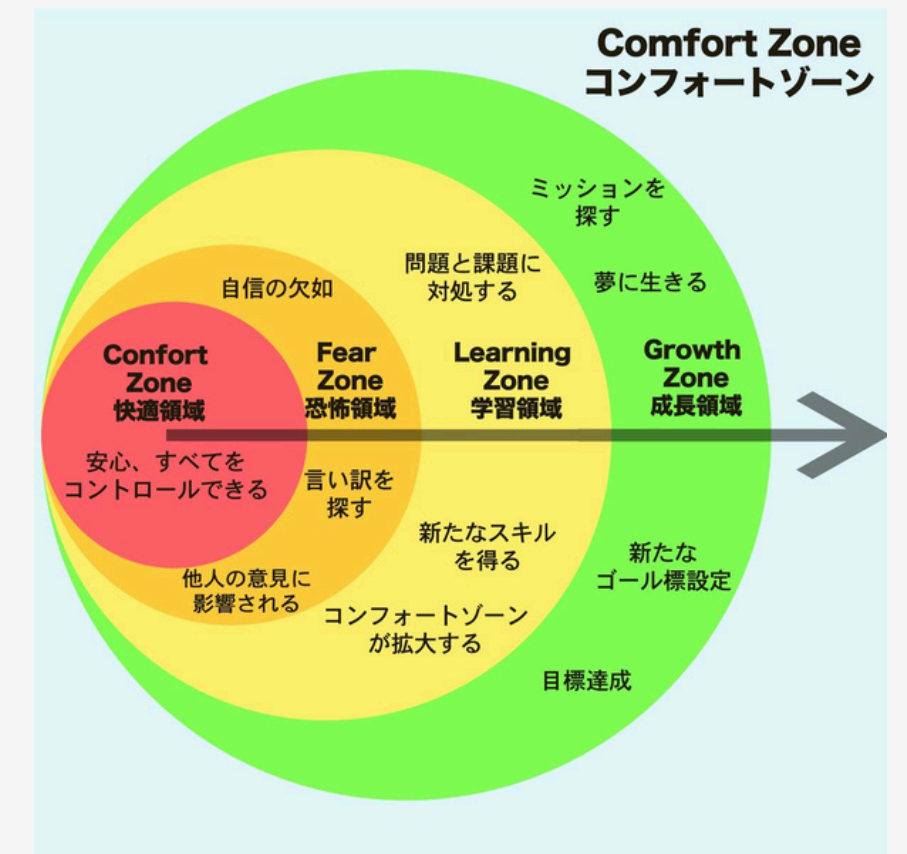
自己効力感が高まり、行動が加速する。



コーチングが必要とされる理由

経営者や事業主の「本当の価値」と可能性を発掘し、
事業の成長や人間関係、人生そのものに長期的な成果をもたらすから。
アメリカをはじめとする海外では、経営者の多くが当たり前にコーチを活用していますが、その背景には

「成果につながる」「意思決定や人間関係を良くする」
「経営者自身のメンタル・健康維持による利益アップ」
などの明確なメリットがあります。



オーナー経営者のよくある課題

- ・ 事業のビジョン・軸がブレる
- ・ 人材・家族・取引先との関係に悩む
- ・ モチベーションが続かない
- ・ 将来像や事業の魅力を言語化できない
- ・ 数字や結果ばかりを追い、心が疲弊する



経営者の成長と成果を加速する「コーチング」の力

- ・ 経営者自身の思考や課題を整理でき、意思決定の質やスピードが向上する。
- ・ 自分では気がつかない内面や価値観を発掘でき、唯一無二のビジョン・事業を創れる。
- ・ 経営者のメンタルが健やかだと、事業の利益アップ・拡大に直接つながる。
- ・ コーチングにより、スタッフの人間関係・チームワークが良くなり、組織全体のパフォーマンスが高まる。
- ・ 気軽に相談できるパートナーを持つことで、経営者特有のストレスや孤独感が解消できる。
- ・ 事業主自身やスタッフ一人ひとりの価値観と強みを伸ばすことで、他にはない独自の事業・仕事が「一生もの」になる。
- ・ 欧米では経営者にとってコーチング導入はごく普通のこととされている。

私のコーチセラピーの特徴

- ・「在り方」をそのままヒアリング
(変だと思ふ所もネガティブも全部大切な自分の一部！)
- ・自己理解・価値観の深掘り
(実は自己軸があったことを思い出す)
- ・行動と内面への感性的アプローチ
(強みを活かしオリジナルでユニークな作戦を考える)
- ・未来の自分からの“メッセージ”に気づく
(本来の自分が導いてくれていることを“聞く”)



なぜ在り方なのか

かのスティーヴ・ジョブスもこう言います。

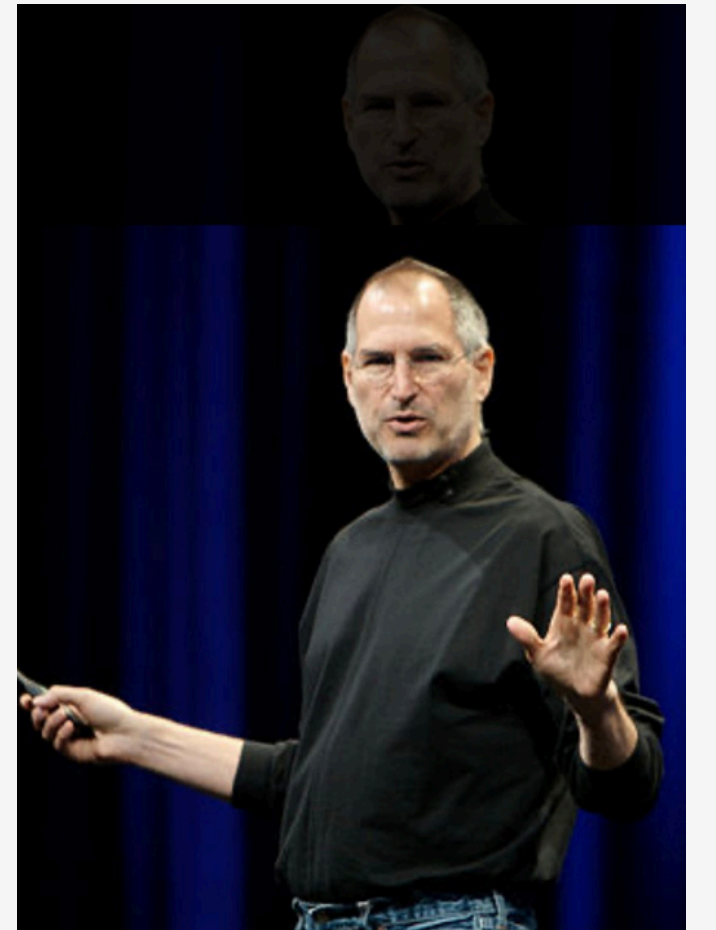
Don't let the noise of others' opinions drown out your own inner voice.』

これは他人の意見という雑音に、自分自身の内なる声をかき消させないでくださいという意味で、まさに『自分自身の直感や心の声＝在り方を最優先しなさい』と説いています

このように私の考えるコーチセラピーは、
目標に向かうあなたの直感と繋がる精神の『在り方』こそが本来の能力を思い出し、
自然に成果を引き寄せる力 を育てていくものです。

音楽の世界で生きてきた私ならではの心に響く問いかけとともに、
数字やAIでは判定できない『感性』というアプローチを通じて、
あなたの内側に眠る能力を呼び覚まし、 枠を超えた未来へと伴走します。

スティーヴ・ジョブス





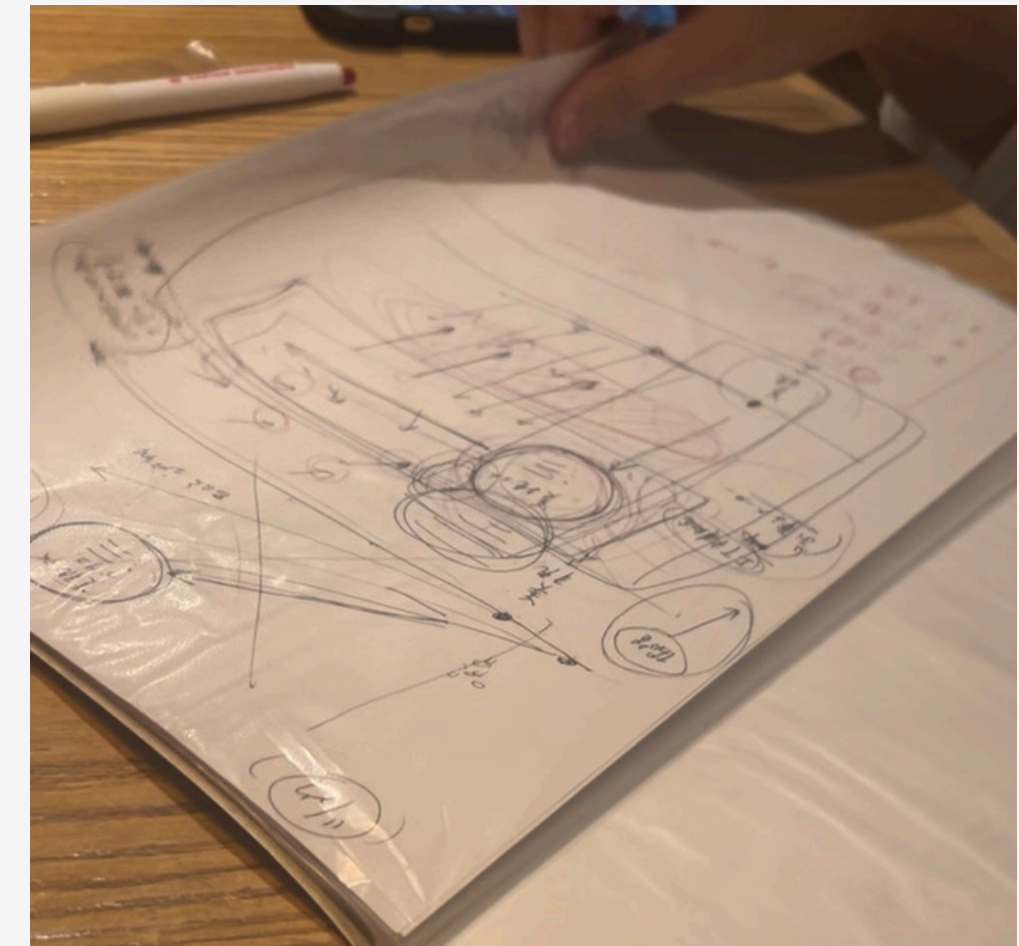
池垣佐世子プロフィール

- ・ 企業コンサル・ビジネスコーチセラピスト
- ・ 地域コミュニティ・イベントプロデューサー
- ・ 女性・経営者・地域活性など多数の支援実績
- ・ 大阪音楽大学卒 社会音楽活動家
- ・ 株式会社 ルシェア 代表取締役

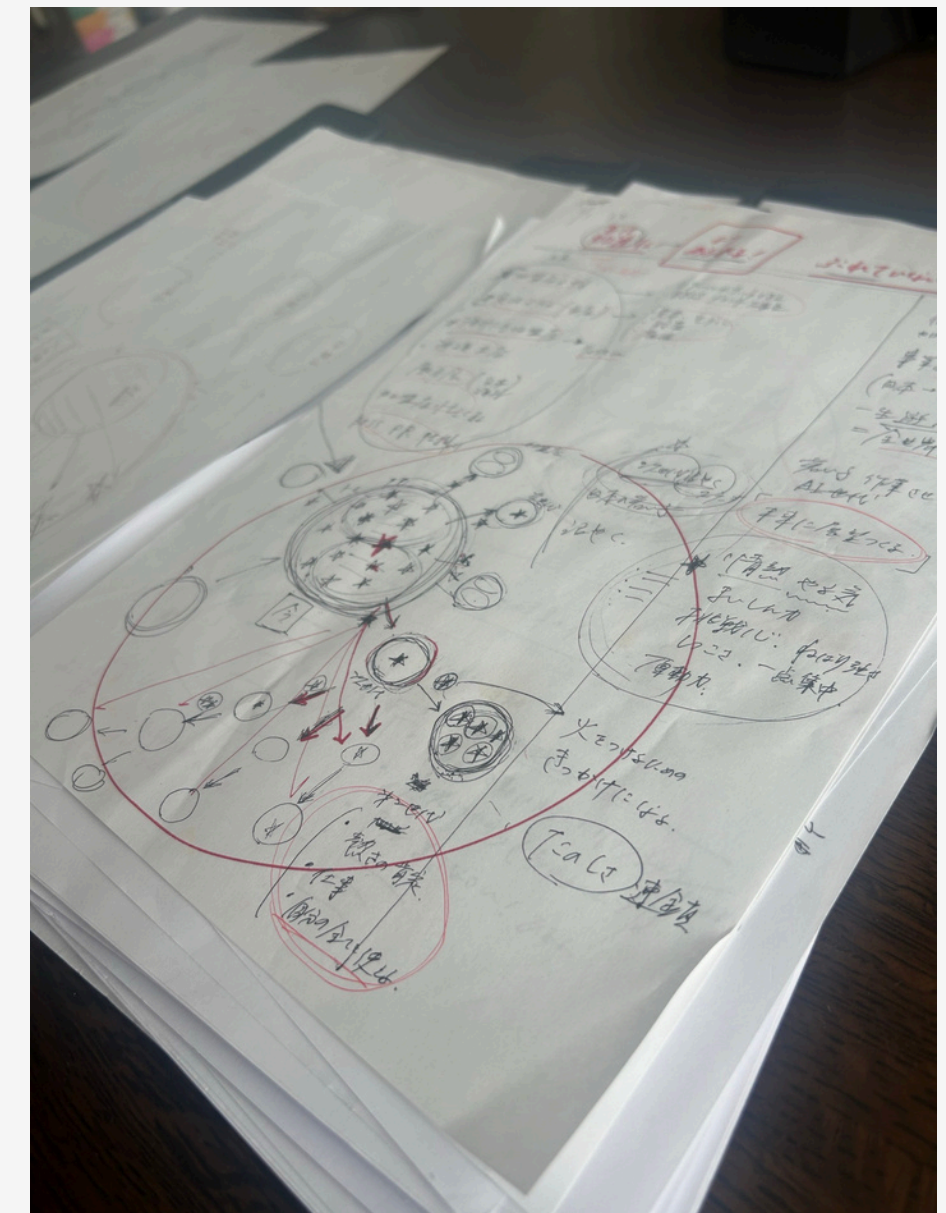
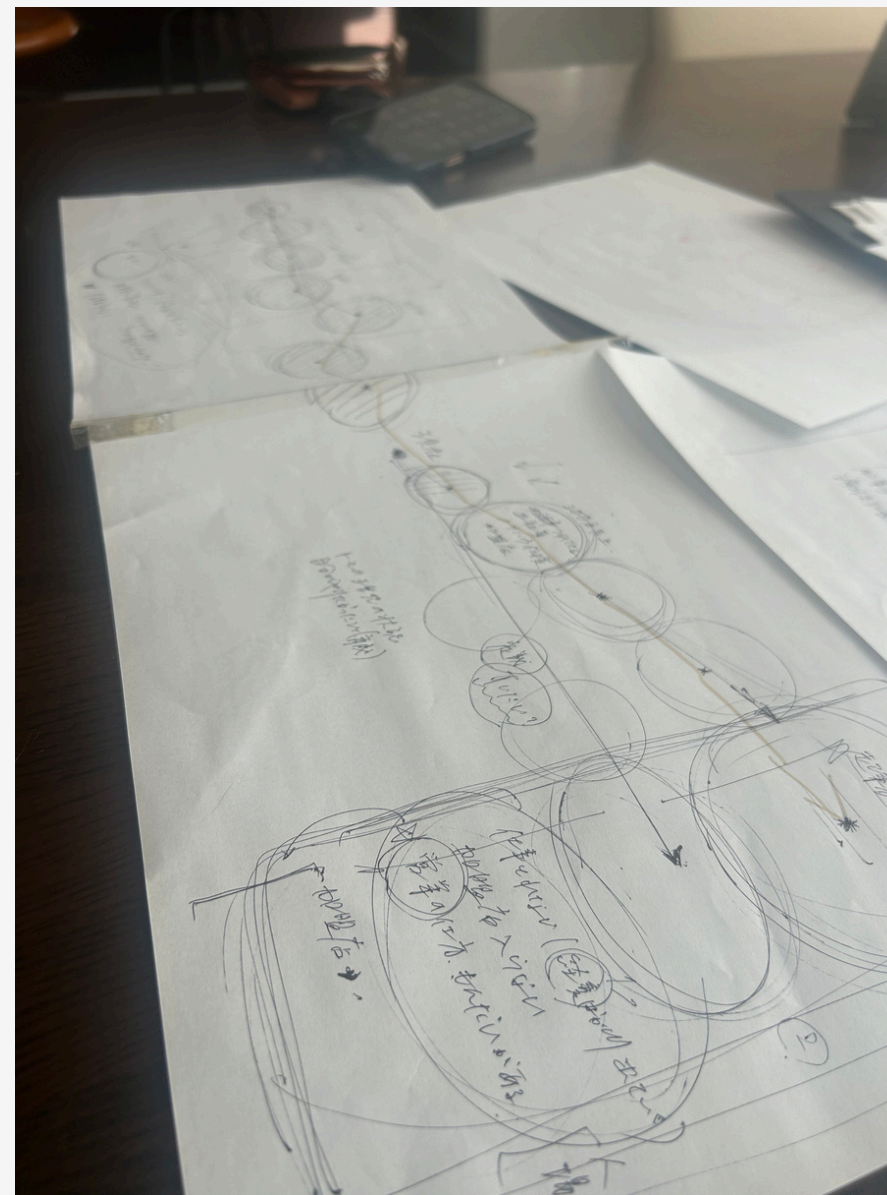
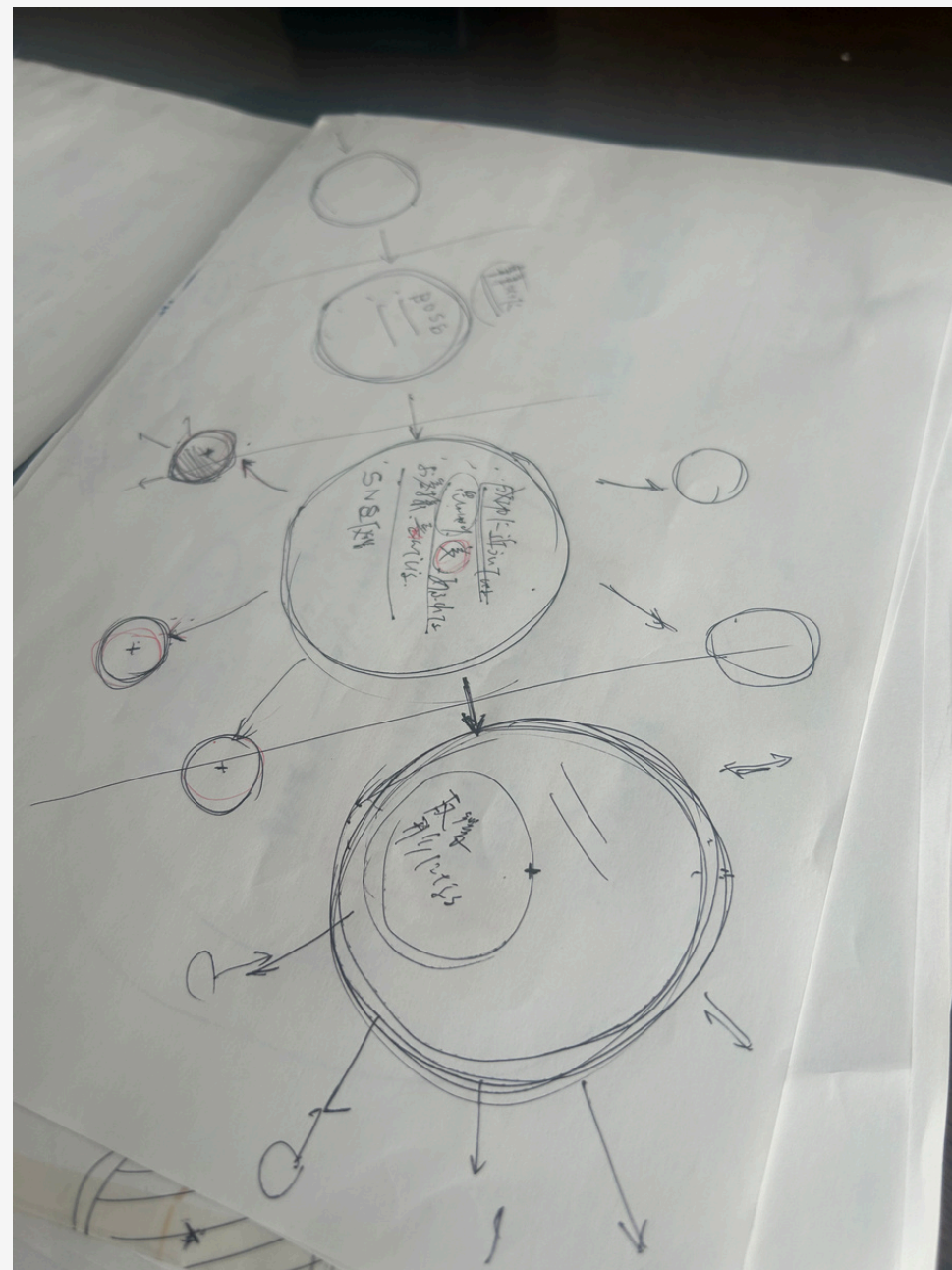
未来を創る自分になる！コーチセラピープログラム

1. ヒアリング『気楽に』
2. 現状把握・自分を『喋り尽くす』
3. 在り方・理想像『なりきる』
4. 目標設定&アクションプラン『枠を外す』
5. 感情・障壁逆転・強み発見『オリジナル武器を数える』
6. 自分基準の確立・大切にしたい価値観『未来を思い出す』
7. 成果・自己変容確認・自己効力感『自分の声を聞く』
8. 統合・今後への唯一無二のアクション宣言
『世界のために自分のみができる使命を掲げる』

お話しされることを
手書きで図にして整理しながら
聞き取ります
後でPDFにてお送りします



聞き取りしたのを1年後見返すとほぼ実現しています。
その時は無茶だと思っていたとしても・・・です



実際に書き取ったものたち

自分に向き合う時間は、
自分自身が一番喜ぶ時。
それが何よりの素敵な未来を創ります。

あなたを映し出す“鏡”が私の役割。
早速、セッション開始していきましょう！

池垣佐世子

セッションの予約・お問い合わせは
公式ラインまで

