



カウンセリング&コーチングのプロ

ココハレリス

庄野晴美



090-8797-5580

事業内容

カウンセリング、コーチング

神戸新聞社が運営するWEBガイドで掲載中

自身の経験を生かし、がんばる人の気持ちへ寄り添いサポート

コーチングでは目標を達成するためのアクションを一緒に考え、実現を目指す

兵庫県伊丹市で、カウンセリングルームを運営している「ココハレリス」代表の庄野晴美さん。カウンセリングとコーチングを通して、人間関係や生き方などに悩む人たちに寄り添っています。

「近年は、企業の従業員の方々に向けたコーチングが増えていきます。コーチングとは、クライアントさまが『こうしたい』『こうなりたい』と望んでいる姿を実現するために、何をすべきかをご自身で導き出せるよう働きかけ、実現に向けて行動に移せるようお手伝いすることです」

目標を達成するための具体的なイメージが描けない新入社員や、後輩たちへの接し方に戸惑っている先輩社員が少なくないとか。「話をうかがい、課題解決の道筋について一緒に考えながら、それぞれが目指すゴールへと歩みを進めていきます」と庄野さん。

実際にヒアリングすると、社員同士のコミュニケーション不足が目立ちました。そこで「朝のあいさつにプラスαでちょっとした話題を振ってみては」と他社での成功事例をお話した結果、少しずつオフィスでの会話量が増え、業務の報連相も円滑になっていったそうです。

「他には、資格取得までのコーチングが記憶に新しいですね。過去、3回失敗してしまった会社員の方がいらして、半年間・月1回のペースで勉強方法の見直しを行いました。対面では、次の試験までの短期的なアクションを整理し、LINEを使って適宜進み具合の確認も実施いたしました。結果的に2021年度に見事、合格されました。すぐに報告をくださって私もうれしかったですし、コーチとしての自信もつきました」

結婚後、10年ほど産後うつや人間関係のトラブルによる大きなストレスを抱えながら、長年にわたり主婦業と子育てに専念してきた庄野さん。現職を志したのは、父の介護がきっかけだったと言います。

「2018年のある日、父が階段から落ちて大けがをってしまったんです。父は自由に身動きが取れないイライラから、ケアに徹する私ともう…

➔ 続きはマイベストプロをご覧ください。

<https://mbp-japan.com/hyogo/COCOHARELISS/>
プロフィール詳細、取材記事、コラム等はQRからご覧ください

マイベストプロは、顧客ひとりひとりに向き合う頼れるプロを紹介します。新聞社・テレビ局等の審査が通った専門家のみを掲載し、顔の見える紹介記事を通じて、リアルな人となりを知ることができます。

