

自信がなく、無理だとおもってしまっていることはありませんか？そんな時は是非話をして下さい。思い込みを外したり、視野を広げる事で見える事があるかもしれません。あなたの心のパートナーになれることを心待ちにしています。

なかざわ あやみ

中澤 文美



職業

●コーチ ●ファイナンシャルプランナー

資格

● ICA 国際コーチ協会認定ポテンシャルコーチ
● ICA 国際コーチ協会認定コーチングインストラクター
● AFP (ファイナンシャル・プランナー)
● NPO 法人長野県カウンセラー協会認定準傾聴療法士

略歴

● 1984 年生まれ ●地域：長野市 ●出身地：中野市

長野高専卒業後、3 年間の会社員生活をしました。その頃うつ病になり、入院を繰り返したことから、一度しかない人生を楽しみたいと強く思うようになりました。今後のことを考えていた時にコーチングとファイナンシャルプランナー (FP) の資格に出会い、勉強を始めました。

2009 年 2 月、コーチとして、FP として独立し、セッションの他セミナー講師なども務めています。現在、コーチングと FP で笑顔を増やしていきたいと積極的な活動を展開中！

PROFILE



好きな色 : ピンク

尊敬する人 : 自己実現してる人、世の全ての母親

好きな言葉 : 笑顔

趣味 : 旅行、小物作り

好きな映画 : アルゼンチンババア

好きな歌手 : エンヤ

コーチングセッションメニュー

方法

対面

電話

Skype

● 主な対応場所 コーチスクエア/長野市内

時間帯

平日

土日祝

● 時間帯 9:00~16:00

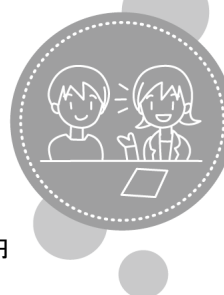
料金

1 回

●60 分/5,000 円

1 セット

●60 分×3 回 13,500 円



キャリア
コーチング

ミッション

誰もがたった一度の人生を自覚し、
夢を持って笑顔で楽しく過ごせるようになるサポートをすること

コーチングを勉強しようと思ったキッカケは、自分の為でした。会社での人間関係や、ずっとこれをやり続けなければいけないのか？というプレッシャー、人員削減による仕事量の大幅増加などでうつ病になっていた私は、何か“今”から脱出させてくれるものが欲しかったのです。

勉強を始めて1年、私に起こった変化はものすごかったです。勉強に1年にかかるといわれるFP資格に5ヵ月で合格し、会社を辞めて自分らしい生き方をする決意もできました。そして、結婚まで！

コーチングに出会う前は、ネガティブで、泣いてばかり…未来を考えるだけで絶望を感じていました。でも今は、幸せを感じています。未来を考えると、不安よりもワクワクする気持ちでいます。

私がこうなれたのも、コーチングに出会えたことから始まる偶然が重なったお陰。でもまだ出会えてなくて悩んでいる人は沢山いるはず。勉強を重ねる中で、視野を広げることや行動することによって、私のような暗かった人が本当に幸せになれるということを実感し、他の人にも幸せになってほしいと思うようになりました。そしてそれは、今では私の一番大切にしたい目標となっています。

どんな人にも、必ずもっと幸せになる方法があります。それが何なのか、一緒に探していきたいです。笑顔になるその日まで、サポートします。

こんな思いを持って、コーチをさせてもらっています。

