



Mi-accoccolare

自分に寄り添う

6カ月間のコミュニティ

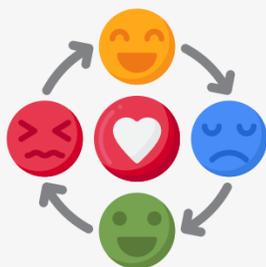
行動できない理由がある
環境は生かす！安心する場所じゃない



自分に寄り添う

Mi-accoccolare

他責思考にならないための
必須要素



環境を変えて
その時は歓喜する
けど時間がたつと
また元通り、、、



何とかしてもらえるかも?!
何とかなる?!
ワクワクした未来を
みたけど、、、

できる人と何が違うのか?
あなたは知っている?
すごいコーチだけど
なんか腑に落ちない

環境変えたのに
なんで???



タスクが多すぎ

自分と向き合う時間をとったほうがいいのはわかっている(;^_^A
環境変えたから何とかなる？
たとえ素晴らしいコーチから学んでも。。。なんか腑に落ちない

もはやノウハウの問題ではい？と
気づき始めた人は進化の時！👏

迷走： 1) どう向きうか不明
2) 向き合ったところで
どう変わるの？
未来が想像できない
3) あの人との違いは何？

じゃあどうしたらいいの？

『Mi-accoccolare』

(あなたに寄り添う)

まずは自分をハグする

そして心に寄り添う



いたってシンプル

- ①自分の〇〇にフォーカス
- ②比重を見直す (in&out)
- ③なんで？をそのままにしない
- ④価値観を認識 (癖を知る)
- ⑤あなたの優先は何？
大切な人の優先は何？

自分を知ると どんな変化が？



『自分を知ること』

数年前に私も向き合ったことが
きっかけで、たくさんの思い込みに
気付いたり、自分が周りにはこれだけ感謝
する人がいること、自分への労い、立ち
止まっていることがあればその理由なども見
えてきました

人間はひとりでは生きていきません
誰かと関わり、育ててもらったから今が
あること

出会ってくれたことに感謝をし

自分を振り返り、『私、よくがんばってきた！』
と思える時間になります

なにより今まで以上に自分を大事にしたいと
さえ思える時間になるでしょう

自分を労うなんて。。。と思っている方もき
っと大切な時間になるはずです

あなたが今、向き合っている辛いことや悲し
いこと、変わりたいとおもっていることがあ
ったら是非、『Mi-accoccolare』で心に寄り
添いませんか

あなたの良さを 生かすサポート



＼＼あなたがあなたらしく！
ライフスタイルをおもしろがる／／

子育て応援から絵本作成&オリジナルソングまで、
一人で成しえなかったことが仲間のおかげで1年で
叶った！！

目標としていた道のりより4年も早く実現できた
こと！ 一人で頑張らないことの大切さを実感

◆活動としては◆

出産後、7年前から整理収納アドバイザー
として仕事復帰。

現在は、6年前からの定期的なお客様や自治体の
子育て応援事業、そして、絵本作成、
オリジナルソングから親子に伝えたいメッセー
ジを発信。

また、事業者の一人として、これまでの経験を全
て生かしてあなたの良さを生かすサポートもしま
す。教育現場で延べ1500人と対話した経験を生か
して、話すことから自分を知ってもらおうセッショ
ンは大好評です！

☆instagram :@masami_clear.myself

毎月1回のオンラインまたはコンテンツ (その時に必要な内容を音声などでお届け)

ご予約方法 詳細下記ECサイトから
お問合せ instagram DM

半年後あなたは
どんな自分で在りたいですか？

あなたの良さを生かすために、話すこと・書き出すこと
から気づきを得てもらうサポート

「自分には価値がないと思っていた、、、」

「自分の無いモノばかりを埋めようとしていた、、、」

そんなあなたは自分を見くびっているかも?!

音声コンテンツやオンライン講座も今のあなたにお役に
立てる内容をご用意します

◆どんな内容？◆

1) 月1回

オンラインワーク+コンテンツ

①やること書き出す会(自由参加)

②オンラインワーク(月1回)

③音声コンテンツ(不定期) or file

2) 月1回のセッション

3) 無料アプリ(Chatwork)の

チャットからいつでも相談可能

お申込み詳細はこちらから↓

毎月払

<https://clear-room.pleasurelife.biz/?p=504>

一括払(割引有)

<https://clear-room.pleasurelife.biz/?p=666>



Mi-accoccolare

自分に寄り添う