

学校内でのコーチング訓練のお勧め

もくじ

良い学校とは

意欲と根性

生徒の意欲を高める好奇心・興味関心

分別による意欲付け

自己決定

行動と結果の随伴性

自尊心を育てる

学習を継続するには

コーチング

コーチングが基本にしている考え方

コーチングで得られるもの

コーチングで生徒の意欲を喚起する

田原先生にお話を伺う

コーチングのスキル

コーチングのスキルを学ぶ方法

文科省が勧める「生きる力」の育成とコーチング

コーチング研修を受講された先生の感想（アンケート）

コーチング訓練コースのご案内

はじめに

三年ほど前、私はコーチングのコーチを養成する講座に参加する決心をしました。数十万円の受講料が掛かる講座です。決心した背景にはこんなことがありました。

ある高等学校の修学旅行に随行させていただいたのです。数日間を高校の生徒さんたちと先生達と過ごしました。そのとき、気づいたことがあったのです。それは先生と生徒の関係は「注意する人」と「注意をされる人」の関係にあるのだということです。一緒に驚いたり、一緒に感動したり、一緒に悲しんだりする関係ではないのだなあと思ったのです。「教える人」「教えられる人」という関係でもありません。それでいいのかなあ、と思ったのです。

文中でご紹介していますが、あるときふとしたことから九州のある学校に生徒達の信頼を一身に集めておいでの先生の存在を知りました。私は早速、九州まで出かけてゆきました。そしてその先生にお会いしてお話を伺ったのです。その先生は「学習は生徒と教員が一緒にしているのです」「私は生徒達の支援者なのです」とおっしゃるのです。その話を聞いた途端、多くのことが結びついて整理されました。

無気力な生徒が多くなつたと、全国の学校へ行くたびにお聞きします。なぜか？それは先生達が生徒を尊重して下さってないからではないか。先生と生徒の関係が「注意する人」「注意を受ける人」、「教える人」「教えを受ける人」そういう関係で終始しているからではないのか。これをより望ましい関係に変える手伝いをするには何に取組めば良いだろう？この問いが「コーチング」の学習に誘導したのです。

良い先生にめぐり会つたおかげでコーチングの力は程よく身に着きました。いくつかの企業でコーチングのスキルをご紹介する機会にも恵まれました。もう、多分、学校へ出かけてコーチングのスキルをご紹介するをやつてもいいだろうと思えるようになりました。そこでこの小冊子を作ることに手を着けました。是非、お目通しください。そしてコーチングの興味をもたれたら是非ご連絡ください。多くの先生にコーチングのスキルを学習していただいて生徒と先生の関係が「主体的に学習する人」と「それを支援する人」の関係になることに向けお力をお貸しください。私も微力ながら力になりたいと願っています。

平成一七年二月

株式会社ヒューマン・リンク 代表 今給黎 勝

良い学校とは

良い学校というのはどのような学校でしょうか？その答えは自明です。子供達が意欲的に学習に取り組む、その学校で働く先生達の満足度が高い学校、こんな学校が良い学校の像だろうと思います。

では良い学校にするには何が必要でしょうか？「意欲を育てる」ことと、「先生達の満足意識を高める」ことだと考えます。

「顧客満足を作り出すのは従業員満足である」ということが、最近、サービス業界で言われるようになりました。お客様にサービスを提供するのは従業員である、その従業員が毎日の仕事に満足して積極的な姿勢で仕事に取り組んでいる職場ではお客様の満足度は高いということです。例えばレストランで食事されていることを想像していただければご理解いただけるのではないのでしょうか。

では、従業員満足はどのような場合に高くなるのでしょうか？学校でいえば、先生達の満足度を高めることとなります。これまでにいろいろな研究がなされています。が、その紹介はこの冊子の目的ではありませんので、別の機会にということとさせていただきます、先を急ぎます。

意欲と根性

手許に立教大学の奈須正裕教授が書かれた「学ぶ意欲を育てる」という本があります。この本の内容をもとに生徒達の「学習の意欲」はどのようにすれば高まるかということについて考えてみたいと思います。お付き合いください。

意欲には、通常、二つのものがあるといわれています。それは内発的意欲と外発的意欲です。内発的意欲とは自分から積極的に学習に取り込もうとする姿勢です。一方、外発的意欲とは、自分以外の者から働きかけられて出来る意欲です。たとえば、報酬が得られるとか、罰から逃れることができるとかが期待されるときに起きる意欲がそれにあたります。そして学力は、基本的には内発的意欲に基づかなければ身につかないと見られています。

学習を自分から自発的に取り組む子供達を意欲のある子どもたちと言うのでしょね。逆にそうでない子ども達を私たちはなんと呼んでいるのでしょうか。根性のない子供だと言っていることが多くいと指摘されています。根性のない子供は意欲がないのでしょうか。奈須先生は必ずしもそうではない、とおっしゃっています。子ども達は、本来学びの欲求を持って生まれているとおっしゃるのです。赤ちゃんにとってはすべてのものが学習の対象です。どんなものにも自分で触ってみてみようとしています。触るだけではなく口を近づけてなめてみたりします。それがどんなものかを学習し

ようします。そうしてその名前を覚えます。いろいろなもの名前と特性が結びついてゆきます。そういうプロセスで私たちも多くの知識を身に付けてきました。

幼稚園の頃までは、すべての子供がたくさんの学習意欲を持っているようです。それが小学校に入ると急に意欲を落とす子供達が多いと書かれています。それが、学級崩壊ということにつながるているのでしょうか。何が、子供達の欲求を急激に無くしてしまうのでしょうか。

生徒の意欲を高める好奇心・興味関心

那須先生は、意欲は、どのようなことから生まれてくるかを説明されています。意欲は、「好奇心」から生まれているとおっしゃっています。そして好奇心は、「興味関心」を作り上げます。子供達は、「興味関心のあるもの」には意欲を持って取り組みます。テレビゲームは遊びですが子供達が強い興味関心を持つものの一つです。多くの子どもがテレビゲームに夢中になるのは私達も知っていることです。

一方で、小学校の学級は子供達の興味関心を考慮して作られているものではありません。文科省が決めた学習指導要領に定められたことが実現するよう、そして学校の決まりで形作られています。時間割が決められていて、ある一定の時間を先生の言うままに過ごさなければならぬように形作

られています。子ども達は自分の興味とは関係のないことに、興味関心のないものに長い時間、拘束されるわけです。もちろん、中には、授業で扱われる内容に興味関心を持つ子供もいるかもしれませんが、興味関心を持たない子もたくさんいます。ですからただ単に通常の運営をしていたのでは子供達の興味関心を喚起することはできません。そこで、小学校に限らず、中学でも高等学校でも先生達は子ども達が興味を覚えてくれるようにいろいろな工夫をお考えに成ります。が、子どもは大勢です。一人ひとり興味を持ち方が違います。工夫の成果は何人かの生徒の興味・関心と意欲を引き出すに過ぎない結果になります。

分別による意欲付け

ところで、この本のなかで那須先生は「分別」という言葉を紹介しています。意欲には内発的意欲と外発的意欲があると説明しました。が、そのどちらでもない意欲の持ち方があるということです。それが「分別」という意欲のおこし方だとおっしゃるのです。ここでいう「分別」とは、学習に取り組んでいくうちにそれに対する興味関心が生まれてくるのではないかと期待して取り組む意欲を言うのだそうです。この意欲は、通常、自分以外の誰かの働きかけが必要です。多くの場合、親しい友達あるいは信頼する先生の意見や助言で分別は起きると言われています。信頼出来ない先生、

あるいは、嫌いな先生の意見や助言では発生しません。ここが悩ましいところです。

この分別は能力拡大に大事や役割を担っています。先の「興味・関心」を持たないものにも子ども達の働きかけが起きるからです。これまで関わったことのない、まったく新しいものに挑戦する意欲が形付けられるからです。

自己決定

興味関心があれば学習が続くかというと必ずしもそうではないようです。内発的意欲は自分でその過程を作っていく、決めてゆくことがなければ維持されないので。取り掛かる前からすべての過程が決められている場合、内発的意欲は育たないと言われています。そのことの多くを自分で決めることができるという状況が内発的意欲には不可欠なのです。「自己決定」がキーワードになるというわけです。

更に興味関心を持って意欲的に取り組んだら学習の成果が上がるかというと必ずしもそうではないようです。自分がそのことを理解しているかどうかということが、自分でわかる必要があります。そして、自分が目標にしている状態に辿り着くのによどのような学習方法とれば良いかがわかっていなければ、学習それ自体に取り組むことができません。

その上に、学習の方法がわかっていても、その方法が自分にはとてもできそうにない方法だとすると子ども達はその学習に取り掛かることはしません。自分にもできると思われる方法を知らなければ学習は進まないということです。

行動と結果の随伴性

学習をしてもそれなりの成果が実感できなければ、継続して学習に取り組むことができません。例えば、学習の途中で、その学習を中断することを余儀なくされ、それが繰り返されると、学習しても成果は実感できない状況が生まれます。そしてそのことがさらに繰り返されると成果が実感できない状態が続くこととなります。そうなると学習に対する無力感が発生するとおっしゃっています。これを学習性無力感と言うのだそうです。小学校の教室で一斉授業をします。演習で、出来ない子はいつも途中まで行ったところで中断が余儀なくされます。授業の課題が次へと進んでしまうのです。先の学習性無力感はこうして生まれています。この無力感が蔓延化すると、自己嫌悪が生まれます。自己否定です。

自己否定の逆が自己肯定です。自分は学習をしたらそれなりの成果を出すことが出来る力を持っている、自分は他人が認めてくれるような個性を持っている、そういう感情が自己肯定でしょう。

自己有能感ということにもなりません。

子供達はいつもその存在を尊重される環境がなければ学習への意欲を持続することはできないというわけです。

自尊心を育てる

広島のある中学校で「どんな学校にしたいのですか」と聞いたことがあります。教頭が即答されました。「自尊心を持った子供達を育てたいのです」一次志望の学校に行けず二次志望の学校に入学した子供達は、入学当初、無力感を持っているそうです。教頭は子供達の無力感をなくしたいと考えて自尊心を育てたいと話されたのです。無力感は先に見ましたように意欲的な学習を生みません。それを無くすために自分の良さに注目して、自分自身に自信を持つようにする、そのことを「自尊心を育てる」とおっしゃったのだらうと理解しました。

ところで、多くの学校の実態は子供達の自尊心を育む環境になっているのでしょうか。お聞きする限りでは、逆に自尊心をなくすような働きかけが生徒にされているように思えます。一方的な規則の押し付け、繰り返される叱責、それらの多くは子供達の自尊心を傷つけているのではないのでしょうか。先生たちの教え方も、多くの場合、自尊心を傷つける形で行われているのではないでしょ

うか。授業は一般に先生の考えが、唯一正しいのだということ的前提に行われているのではないのでしょうか。これらも子供達の自尊心を大きく傷つけているかもしれません。

確かに自尊心を育てない限り、内発的な学習への意欲は生まれません。そして、自尊心を育てるのであれば、まず、子ども達と接する人たちが子ども達を尊重する心を持っていただいて、子ども達を尊重する姿勢で接してもらうことから始めなければならないのではないのでしょうか。子供達を尊重する言葉の投げかけがされなければならないのではないのでしょうか。子供達の良いところを見つけて、声をかけてやるといことがなされなければならないと考えます。

学習を継続するには

学習の成果、学力が身に着くには継続した学習が必要だといわれています。その継続学習を実現するには目標を持つ習慣が必要だろうと考えます。その目標は、勿論、個別である必要があります。

自分自身の目標です。

しかし、自分だけの個別の目標に継続して取り組むには心理的な安定感が必要だろうと思います。継続する意欲とでも言った方が良くかも知れません。

心理的な安定感とは円満な人間関係の中に居ることで確保できるといわれています。とするなら、

円満な人間関係を生徒達の周りに意図的に作れば良いことになります。

その一つの方法として、生徒達のチームを作り、チームの目標を持つ方法が考えられます。小集団活動を導入するということになります。チームの目標を持つことによつて、生徒たちが助け合い、お互いが助けあう関係であること知ること、心理的な安定感を獲得することができま

す。意欲を継続するために必要なことがいま一つあります。それは目標に対して現在の場所がどこにいるかということを知つても知つていない状態を作ることです。その情報を得ることを「フィードバックがある」と言います。このフィードバックは、自分自身で獲得するのが良いには違いありませんが、他者からのフィードバックでも同じ成果を獲得することができます。定期的に目標の実現度をチェックをする機会を制度的に作ることが継続を実現してくれると考えます。

コーチング

実業界で数年前からコーチングというのが注目を集めています。スポーツの世界で使われるコーチに「ing」をつけた言葉です。「コーチをすること」と訳せば良いのでしょうか。コーチングはコーチがクライアントに行くコミュニケーションです。コーチングはコーチとクライアントの間に信頼関係を作り、コーチがクライアントの話に傾聴し、質問し、フィードバックで進められるものです。

コーチングが注目を集めるようになった背景がいくつか考えられます。

一つは消費者のニーズが個別になり、それに応えるサービスの時代になったということが考えられます。従前のように大量生産のサービスでよかった時代は「標準化」をし「マニュアル」を作り、訓練をすれば対応ができました。が、個別ニーズに応えるためには対応に出たその人、個人が対応せざるを得ません。その人の能力が直接サービスの品質を決めることになります。自力をつけてもらわなければならないわけです。そこで、質問をして、考えてもらうことよって「考える力」を付けてもらうコーチングがその方法として使われるようになったというわけです。

社会人のニーズが高度化したということも影響を受けているといわれています。物心共に豊かな状況になり、多くの日本人が今まで以上に個性的に、主体的に生きたいという欲求を持つようになりました。それが個別のサービスを求めるようになった要因にもなっているわけですが、自分で考えて生活をしてゆくこと、それ自体の能力を高めたいという要求にコーチングが最適だと考えられています。

コーチングが基本にしている考え方

コーチングはスキル（技法）ですがそのスキルの奥にある考え方があります。それは次のようなものです。

- ① 全ての人は成長する可能性を持っている
- ② その人が持っている問題を解く方法は、その人が持っている、或いは理解する解（方法）が最良である

この二点は良く考えると自明のことですが、私達が日頃忘れている事柄だけに意識し続けると、それだけでも人間関係作りはうまくいくようにも思えます。

コーチングで得られるもの

コーチングを受けることによって何が得られるのか？私自身の体験も入れてまとめてみます。

- ・ 自尊心を引き出すことができます

コーチはクライアントを尊重してコーチングに取り組みます。それが原則です。

コーチはクライアントを尊重しながら、クライアントが自分で考えることを求めます。よってクライアントは尊重されているという感じを実感することが出来ます。

継続的にコーチングを受けていると自尊心を日常的にも持てるようになります。

・ 意欲を高めることが出来ます

コーチングはクライアントの問題解決をすることに取り組みます。コーチにサポートされながら日頃解決したいと考えていたテーマの解決案を考える作業をします。コーチはクライアントに自己決定を要求しながらそれをサポートして問題の解決策づくりを進めます。コーチにサポートされたクライアントは高い達成意欲を持ちます。

・ 安定した人間関係

コーチングには叱責をえません。質問と承認だけが使われます。承認とはクライアントがコーチにどんな良い影響を与えているかをコーチが伝えるコミュニケーションです。承認を受けるとほめられたときより心地よさを感じるようになります。人と人の係わり合いの中に快感を持つことが多くなりますと自分が持つ人間関係の全てが安定した感じになります。

・ 考える力をつける

コーチングはコーチがクライアントに質問を投げかけながら進められます。質問されたクライアントは考えます。思い起こそうとします。思い出した事実と事実を結び付けようと

します。すなわち考えるのです。コーチングを繰り返すことで考える力が強化されます。

・ 自己躰け力がつく

自分が持つ問題に焦点をあて、その解決策を考え、実践するということがコーチングを受けけることで実現します。コーチングを継続的に受けることで自分の持つ問題点が次々と解決してゆくのです。この経験は日常もそのようにする習慣を作り出します。

コーチングで生徒の意欲を喚起する

コーチングの説明をここまでしてまいりました。コーチング・スキルは学習の意欲喚起には打ってつけの手法です。コーチングを先生達に習得していただき、活用していただけるようになれば学校での先生と生徒の関係は激変するはずです。

コーチングのスキルを学ばれたわけではないのですが、コーチングのスキルを従前から使っておられる先生が九州の高校におられます。一度学校を訪問しお話を伺ったことがあります。そのとき作ったレポートを披露します。

『田原先生（仮称）にお話を伺う』

「生徒たちに伝えたいことはと質問したらどんな答えがかえってくるのでしょうか」
箇条書きでいいですか？

①将来に希望を持つて生きよう。

②人生に勝ち負けはない。

（個性があるだけだ、という意味に理解しました）

③自分らしく自分の土俵で、人のために生きよう。

（人のための生きるとは、人の役に立つことをしようという意味に理解しました）

④いろいろなものにどんどんチャレンジしよう。

（潜在的な能力の開発をしようという呼びかけだと理解しました）

⑤自分の好きな土俵をできるだけ沢山持つことで豊かな人生を生きることが出来る。

（豊かに生きるとは、能力を發揮する領域をたくさん持つことだと理解しました）

⑥生きていることに対する喜びを感じよう。

（感動して生きる、というふうに理解しました）

「クラス運営のコツをどのようにお考えですか」

新しいクラスでは、まず、核になる子に承認を与えることをします。

良い点を見つけて指摘してやるのです。まず、みんなの前で指摘します。後で一人呼んでもう一度確

認めます。

際立った子をまずほめることもします。

そして、「皆をほめたいけど私は鈍いからみんなが自分でアピールして欲しい。」という要求を出します。子供達が挑戦を始めます。自分をアピールする生徒が増えます。

うれしくなってきました。その気持ちをメッセージとしてみんなに伝えます。

ほめるときのキーワードは「役に立つ」「役に立っている」です。

クラスの生徒たち一人一人に対して、本人も気づかなかったような素晴らしい点を見抜くことを心がけています。そして、それを本人に伝えることは、大きな感動です。その感動を共有できることは、個人対個人の共有財産になります。

クラス運営の基本にしていることは、

一番こなせる人には一番高い目標を作ってもらおうようにしています。学力でも学力以外のことでも。全て一人ひとりを個別に捕らえています。

(コーチングではこれを「ストレッチング」(引き伸ばす)とっています。)

学校のルールに対処する：

自分の権限で変えられるものは変えてやります。できないことはできないと伝えます。

クラス合宿というのをやります。1泊2日とか2泊3日とか。

合宿では自分の人柄を積極的にアピールするようにします。男子生徒とは夜遅くまで話し込むことがほとんどです。

授業後課外授業をクラス活動に当てる。

その時間に保護者会、発表会（自分史ノート）などもやる。

毎日5分前に特別な朝のクラスを始める。

先生より遅れた生徒は5分間は教室に入れない。

その時間に出席するかどうかは生徒が朝起きた時点で選択している。

（或いは前日寝る時に）

「生徒と一体になる方法は？」

『心に焦点をいつも当てる』ことです。

何かあったらA・5のカードを用意しておいて「今感じていること」を書いてもらうようにしています。生徒たちの感情にスポットを当て、それを感じ取ってやるのが狙いです。カードは1〜2日中に印刷して全員に全員のものを配ります。最初は嫌がる子もいるがなれてきます。

（コーチングの「ラポールをかける」ということを制度化したもののようです）

3年生のカードは「受験勉強がしんどい」と書かれたものが多くなります。そういう時は「どうなればいい?」「なにをしたい?」という質問をします。答えが返ってきたら出来る範囲ですが実現してやります。郊外へ出て皆で大声で合唱をするとか、です。ピアノが引ける子供達がリードしてくれます。

「自分史ノート」というのを1人ひとりに作ってもらっています。

1年生の最初からはじめます。最初のページに「私ってこんなに素敵だよ」という題で作文を書いてももらいます。ノートには自分の長所、短所を思い出して整理させます。

今までの楽しかったこと、つらかったことを思い出させて、書いてもらいます。

「私がよく大好きだ」という文章を作ってもらうこともします。

(これらの作業は自分の個性を自覚してもらおうときに使う手法です)

「積極的な姿勢を育てることを大切にされていますが、どんなことをされるのですか」

「他の子供達にできないこと、このクラスでなくてはできないことを考えてみよう」という呼びかけをしています。

その活動結果を9〜10月の保護者会で自己評価をさせています。

「子ども達の力を高めるには？」

『負荷を大きくして要求を伝える』ことがポイントです

強制力を私がつけていることが成功のキーだと考えています。ですから、宿題を沢山出します。が選択肢を沢山作っておき、ひとり一人で優先順序を変えてやれるようにします。特定の子のトラブル処理、個人的な悩み事があるときなど自分が乗れない時にはキャンセルしてあります。

（この方法をコーチングでストレッチということは先にご紹介しました）

「問題行動をする子どもにはどう対処するのですか」

化粧をする子が最初は1割くらいいます。突っ張る子もいます。「君のよさがかき消される。もったいないからよせ。」といえます。それで変わってくれます、が又戻ります。その一瞬一瞬が大事です。よく見ていて声をかけることがポイントです。

衣服を特殊にする子どももいます。「そこしか主張するところはないのか？そういう君を見るのは先生がづらいよ。困ってしまうよ。どうする？」といったり、友達を経由しても伝えてもらうこともあります。「田坂さんが君のことで弱っていたよ」こういう話は携帯のメールで一瞬にクラス全員に伝わります。

（コーチングでは承認というスキルに入る方法です。自分の感情を率直に伝える方法です）

誉めることも同様にやります。「あいつ変わったよな」「すごいって言っていたって伝えて」「僕はすごくうれしいよ、ぼくがこんなこといっていたってお父さんやお母さんに必ず伝えて」電話をします。メールする場合があります。

「好奇心を育む方法ってありますか？」

『社会との関わりに興味を持たせる』ことが大切だと思います。

新しい経験ができるだけ沢山、気付きを多く持たせるようにします。

商店街を見学に行き、「すたれた店、どうしてだろう？」「対応はどうだった？」「品物は？」

「新しい店は今後どうなるだろうか？」「どう思う？」「こんな経験をしている高校生は他の学校やクラスにはいないよ？すごいことをやっているんだよね。」

教室の後ろの掲示板（前の黒板より広い面積）を用いて、10項目に分けた（例えば、国際情勢とか、社会面とか、教育面とか）コーナーを各班で受け持たせて、新聞・雑誌の切り抜きと自分のコメントコーナーを作っています。毎週発表させる機会を設けています。

「なぜこんなことが実現するのですか？」

たぶん性格でしょう。若い頃外国に旅行して「無償で人の世話をしてくれる人」にたくさん会いました。その人たちへの恩返しをしているのですよう。

「どんな心持をされているのでしょうか？」

生かされていることへの感謝として生徒達に接しています。

どんな先生がはやっているかをいつも知るように心がけています。

学びは教師、生徒双方がするものだと考えています。

他の先生も可能だと思えますよ。モデルを見つけてまねればいいのです。真似て、評価をして、無理なところは止めて、又次のモデルを探す。モデルをいくつも持つことはありますね。後はやる気です。やる気は他人なら見えないとやる気があるとは言いません。他人に伝わるようなやる気であればやる気があるとは言いません。

基本的サービスである生徒への奉仕を何故しないか？競争がないからです。しない。しないからできない。要は「生きていることを伝える」ことだけだと思えます。いろいろな分野に一番の人はそれぞれいると思えます。ここで、伝えられるのは自分だけだ、という誇りを持つことが大切だと思います。

（田坂先生の基本姿勢は「教える」のではなく「伝える」。コーチングでは支援するといえます。）
教科指導には沢山のモデル先生がいます。予備校の先生もモデルになります。が、心の問題、感じることに关してはモデルがありません。あつてもモデルもどきになっています。モデルが少なすぎます。クラス運営のモデルも少ないと思えます。個人技、名人技になつていのように思いません。

（田坂先生は「キーワード」という言葉を盛んにお使いになる。目的意識が常の鮮明になつているのであろう。コーチングでも言葉を大切にします。言葉がトリガーになつていろいろなことが考えの中に浮かんでくるからです。）

以上

以上が田坂先生を訪ねたときのレポートですが、お考え、お使いになられているやり方、その双方がほとんどコーチングで推奨している考えとスキルです。

私は学校でコーチングを使ってもらい、先生と生徒の関係を変えてほしいと思い三年ほど前から自分の費用でコーチングの訓練講座に通いました。今度は私がコーチングの普及をさせる側に立ちたいと思っています。

コーチングのスキル

ラポール：

ラポールとは二人の信頼関係が出来上がった状態を言います。コーチングはこのラポールをとることからはじめられます。適切な質問をペーシングと呼ばれる手法で進められます。

傾聴：

「積極的傾聴法」という技法を使います。

聞き手の状態を相手にフィードバックすることが主体です。うなずき、相槌うち、言葉を受け止める言葉を相手に伝えます。勿論、適時に目線をあわせることや聞いている姿勢をとること

もします。

話し手の話の内容を要約してフィードバックするのも傾聴の手法です。

質問：

コーチングでは質問が中心の柱です。質問することで相手の潜在意識になる情報を引き出して問題解決の方法を組み立てます。

質問には「信頼関係を作る質問」「信頼関係を深める質問」「内観的考えを促進する質問」「柔軟性を取り戻す質問」「信頼関係を壊す質問」などがあります。

コーチングのスキルを学ぶ方法

コーチングはコミュニケーションのスキルです。スキルですから習得するには訓練が必要です。華道や茶道、スポーツと同じです。茶道の言葉に「守破離」という言葉がありますがコーチングにも守破離があるのではないかと思います。

守はコーチングの基本スキルとその使い方を学び身に付ける段階です。破は基本スキルを使い

ながら多くの質問を身に着け体験します。その人らしいコーチングが姿を見せるようになります。離は自分らしさが強くでるコーチングが出現した状態でしょうか。新しいスキルも作り出して行きます。

文科省が勧める「生きる力」の育成とコーチング

高等学校学習指導要領の第一章「総則」第四款「総合的な学習の時間」を見てみますと「総合的な学習の時間」のねらいについて、「自ら課題を見付け、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、よりよく問題を解決する資質や能力を育てること」と、「学び方やものの考え方を身に付け、問題の解決や探究活動に主体的、創造的に取り組む態度を育て、自己の在り方生き方を考えることができるようにすること」が挙げられています。

これまで説明をしてきましたコーチングの特性とこの説明は完全に近い類似性を持っているように見えます。「生きる力」を育むにはコーチングは有効性が高いと考えるのですがいかがでしょうか？

コーチング研修を受講された先生の感想（アンケート）

1. コミュニケーションを中心にした体験学習は今まで何回かうけたことがありましたが、今までのものとは少し雰囲気がちがいました。
2. コーチング・スキルについて全く無知のようなぐらいであったが、実践を交えてで頭で知るより体で覚えることが多くあった。質問の仕方でもこれからは質を求めていきたいと思えます。
3. 今回のコーチングの講義や演習は様々な面で役に立つと思いました。部活動、クラス運営をはじめとする学校経営だけでなく、教師間や家庭でも大いに必要なことではないかと感じました。今日学んだことを出来るだけ多くの人に伝えて広めて行きたいと思えます。ありがとうございます。
4. いくつかの実習で気づいたことがありました。今後役に立てたいと思えます。
5. 初めての体験で驚くことばかりでした。なるほどこのような見方があったのかと眼からウロコの状態でした。今日学んだことをすぐに生かすということは難しいと思いますが一つでも簡単なことからでもはじめてみたいと思えます。ありがとうございます。

6.

コーチングを初めて知り、なるほどと思った。頭の中で理解していてもなかなかうまく実行できなかった。あとは経験を積んで慣れていくしかないと思う。もう一回話を聴けばさらに定着すると思う。今日はありがとうございました。

7.

教員の仕事の大部分は閉じられた教室の中で一対生徒なので、不安なことがあっても（自分のやり方などについて）なかなか同僚の先生方と共有することができません。そんな中でこのような研修は本当にありがたいです。授業のやり方などについても、もつと色々な先生と共有したいと思います。夏休みなど外部で行われる研修会にもつと参加したいのですが、クラブや補習などの中でなかなか参加できないことが悩みです。（服部 智美）

10.

生徒達とより良い関係を作っていく際に役立つことをいろいろ学びました。今日学んだことを生かし、教師どうし、生徒どうしもすてきな関係をつくれるよう努めていきたいと思えます。

コーチング訓練コースのご案内

先生達がコーチングのスキル習得に挑戦する機会をお作りになりませんか？
支援はお引き受けします。

以下のコースを用意いたしております。ご希望がございましたらお声掛けください。

A 1日コースのセッション

九：〇〇～十七：〇〇 二五人くらい以下のグループ対象

午前中に基本スキルを紹介し、午後はロールプレイング実施

B 2日コースのセッション

両日とも 九：〇〇～十七：〇〇 二五人以下くらいのグループ対象

基本スキルの紹介の後、徹底した演習を実践します。

問題解決ステップに沿ったコーチングができるようになるセッションです。

学校の『全体研修訓練』或いは

『有志の方々の研修訓練』或いは

『保護者対象のセッション』 等、どのような形でもご相談に応じます。

声をおかけください。

平成十七年夏より『京都夜間コース』を開講予定しています。

費用：

交通宿泊費と講師料10,000円をご用意願います。

テキストは原紙を提供しますので人数分印刷をお願いします。

実施の一ヶ月以上前にご連絡願います。

連絡先：株式会社ヒューマン・リンク

電話 075-212-7015 FAX 075-212-7016

eメール imakyurei@humanlink.info