

教育現場における コーチングコミュニケーション

シナジープラス株式会社
代表取締役社長 三宅裕之



独立行政法人教職員支援機構

三宅裕之 プロフィール

- 日本・中国・シンガポール 教育会社運営
- コミュニケーション・語学・健康
- パーソナルコーチング5000人・法人研修
- 書籍 国内外30万部
- 早稲田大学、中国財経大学
- コロンビア・INSEAD大学院
- 企業研修、講演



目次 教育現場におけるコーチングコミュニケーション

- 思考と質問
- 承認
- 傾聴
- ポジションチェンジ
- 敵対する関係から仲間へ
- 幸福学
- 目標設定
- 演習

本日のテーマ

教育現場における
コーチング
コミュニケーション

Good and New

「良かったこと。新しいこと。」の共有

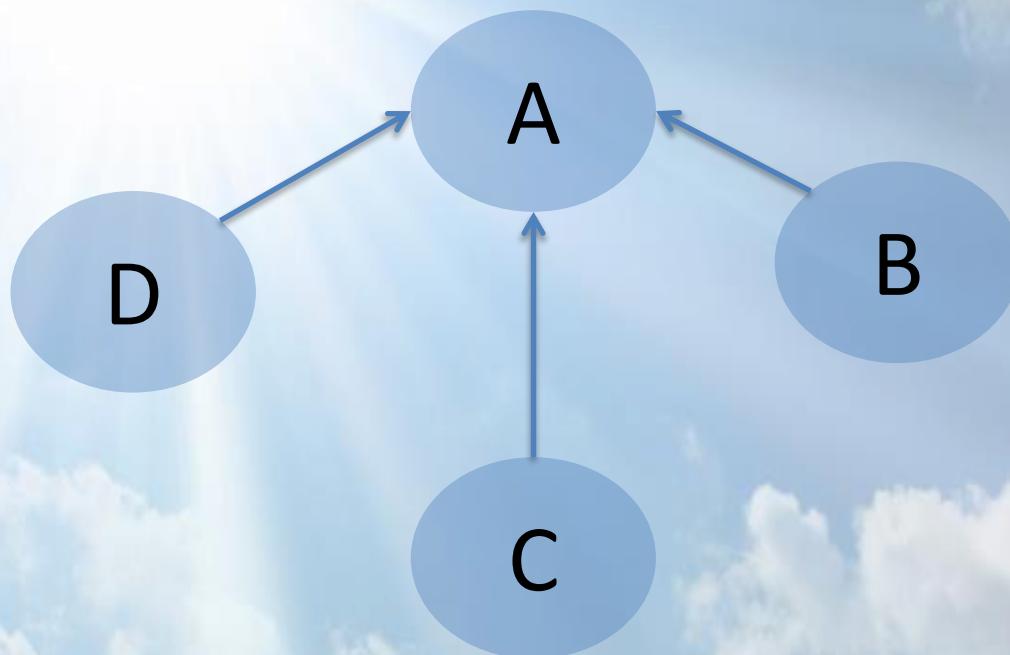
すべての思考はQ&A

朝の質問

- 1.何が幸せ？
 - 2.何がうまくいっている？
 - 3.誰に感謝している？
 - 4.何にワクワクしている？
 - 5.誰に貢献する？
- ※毎朝目につくところに貼りましょう。

承認の輪

「私は～さんの・・・を見てします。
私はそれが好きです。」



傾聴

◆ I レベル：内的傾聴

自分自身に意識の焦点を当てる聴き方

◆ Youレベル：集中的傾聴

相手にしっかりと意識の焦点を当てる聴き方

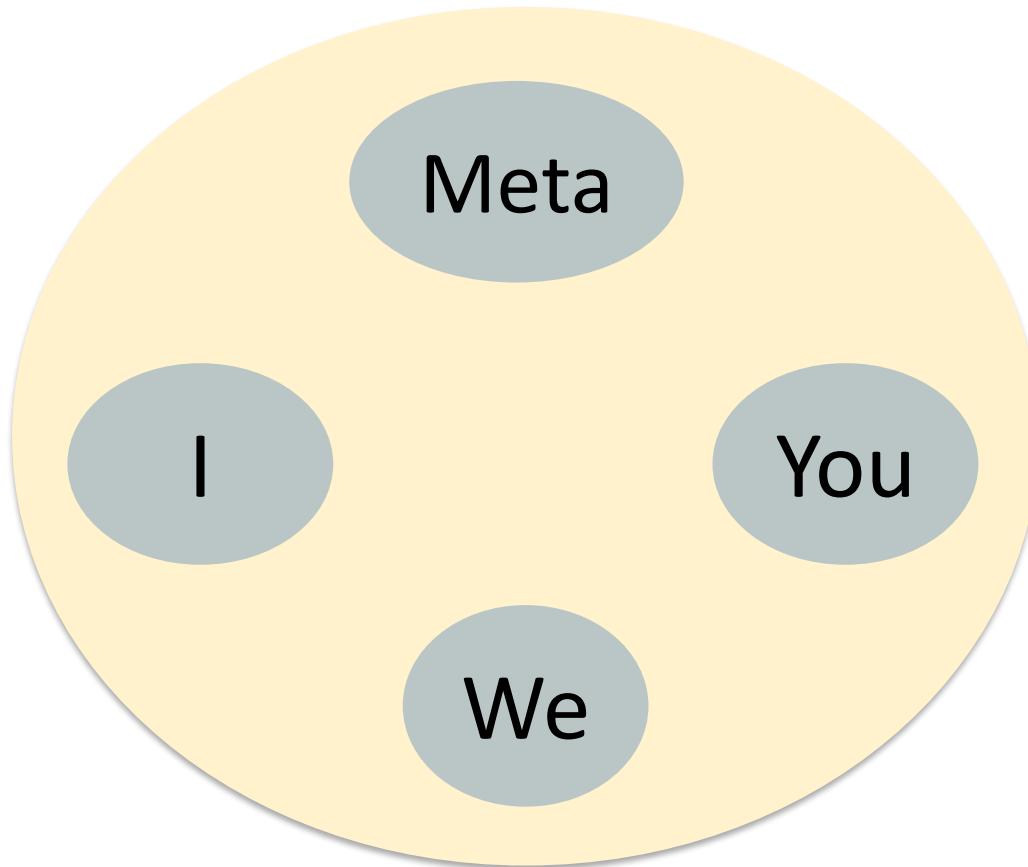
◆ Innerレベル：移入的傾聴

相手の五感で感じ、感情移入する。

私の生徒Aさん

- ご両親は？
- 兄弟構成
- 好きな食べ物
- 好きなこと
- 習い事
- 好きなテレビ・漫画
- 起床、就寝時間
- 学習時間・場所・スタイル
- 悩んでいること

人間関係を劇的に好転させる技術



対立する敵から共通のゴールへ向かう味方へ

1. 関係性の毒素に気づく
(非難、侮辱、自己正当化、逃避)
2. 2%の真実、20分の休息、Iメッセージ
3. 相手に対して心を開き、好奇心を持つ
(Open, Flexible, At present)
4. 相手にシンクロして演じる
5. 関係性を確認する
6. 不満の背後の希望
7. 椅子を並べて問題を前に置く
8. 共通のゴールを探す
9. 始めの一歩を踏み出す

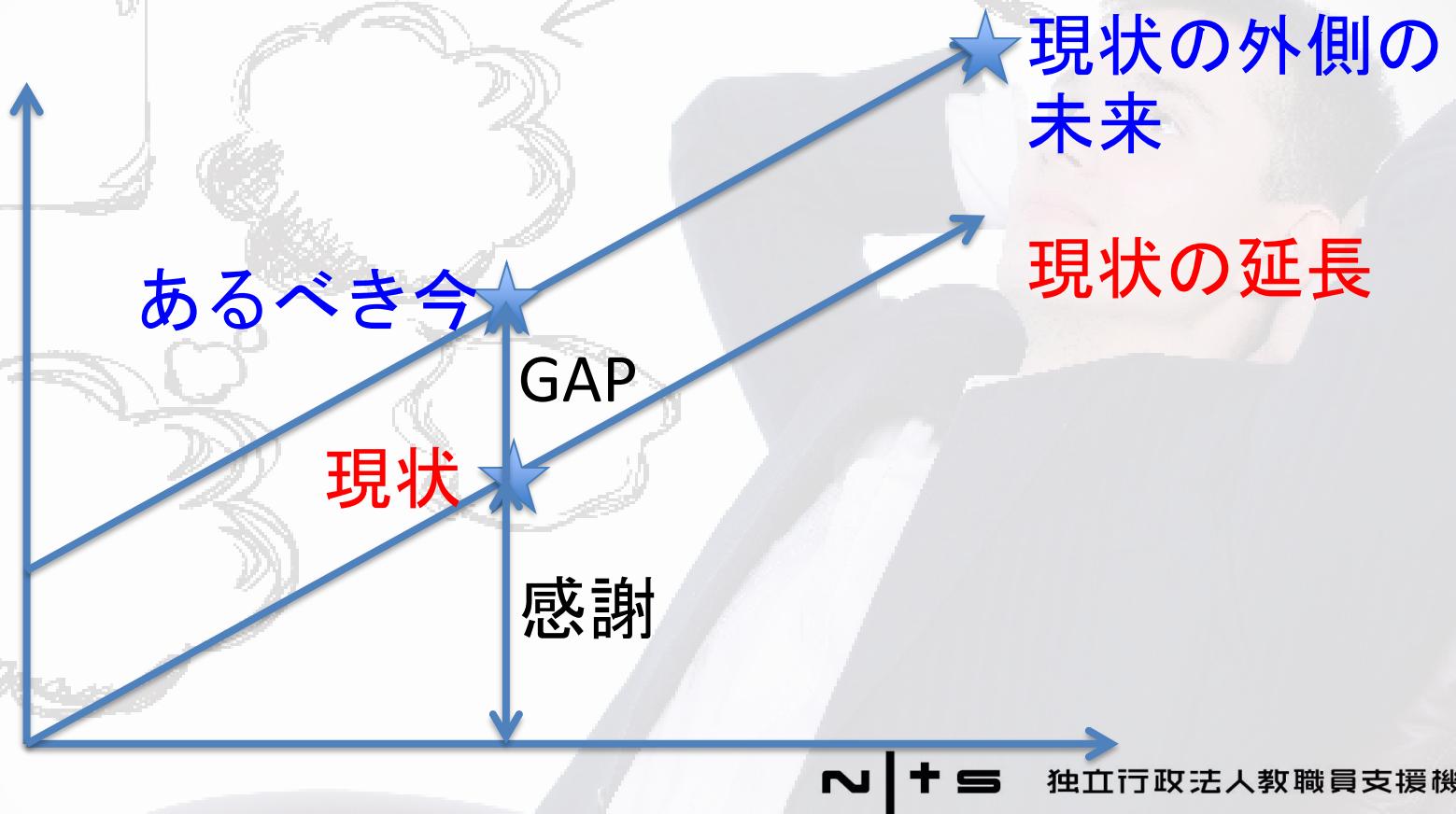
幸福学

●ハピネスを作るもの

1. 成長の実感
2. 人間関係
3. 貢献の喜び

現状の外側へ

現状の延長の外側に未来を置かないと見える
ものが変わらない。



フューチャーマップ

	●才 (達成)	●才 (達成)	1年後 達成・行動	今月 (行動)
一言で言うと				
得たい感情				
仕事・キャリア（貢献）				
お金・経済・物欲				
健康				
家族・パートナー				
人間性・人間関係				
学び・自己啓発・能力				
遊び・趣味・余暇				
居住環境				

1年後のフューチャーインタビュー

1. 目標は？気分は？
2. 以前の自分との違い
3. 今までの道のり
4. 工夫したこと
5. 一番大変だったこと
6. どうやって乗り越えた？
7. 予想外のアクシデント・邪魔者／対処法
8. モティベーションのキープ
9. 予想外に得たもの
- 10.やり直すとしたら？
- 11.過去の自分に対して
- 12.新たに掲げている目標は？

演習

- Good and New (グループワーク) ★
- 傾聴 (ペアワーク)
- ポジションチェンジ (ペアワーク)
- フューチャーインタビュー (ペアワーク) ★
- 気づきとアクションプランのシェア

子供たちの want to を育む

子供に

- 共感する
- 聞く
- 可能性を信じる
- 選択肢を示す
- 刺激を与える
- 自分で考えさせる
- やりたいことをやらせる

大人が

- 生き生きと働く
- やりたいことをやる
- 挑戦する
- 未来に希望を持つ

正解はどこにもないし、どこにでもある。

間違えを怖れない。