

## 自ら学ぶ教職員 活動報告書

グループ名 思索と自己の完成サポーター

テーマ 教育コーチングの理論と実践

## 取組のポイント・成果

## 1 取組の内容

○：定例ミーティング ◎：前向き部屋 ◆：公開講座

【メ：メンバー参加人数 コ：コーチ(講師)人数 外：メンバー外参加人数】

6月28日(金)	○第1回(顔合わせ・予定や展望)【メ8】
7月19日(金)	○第2回(関口氏・小澤氏来校、コーチング入門)【メ6コ2】
～8月29日(木)	参考図書読む、参考YouTube見る→感想をまとめる。研究内容考える。
8月30日(金)	○第3回(学習内容交流・研究打合せ・前向き部屋実施決定)【メ8】
9月11日～	◎前向き部屋①(3年生7名、2年生1名)
9月19日(木)	○第4回(関口氏オンライン参加、実践交流、公開講座役割分担)【メ7コ1】
10月11日～	◎前向き部屋②(3年生7名)
10月28日(月)	○第5回(公開講座役割確認)【メ8】
10月29日(火)	◆探究する先生のためのコーチング基礎講座 第1回【メ6コ2外14】
11月15日(金)	◆探究する先生のためのコーチング基礎講座 第2回【メ6コ2外13】
11月18日(月)	リーダーのためのコーチング研修(教育センター)【メ1】
11月20日～	◎前向き部屋③(3年生2名、2年生1名)
11月29日(金)	◆探究する先生のためのコーチング基礎講座 第3回【メ6コ2外10】
12月29日(金)	第2回教育未来塾「教育とコーチング」【メ4コ2】
12月29日(金)	◆探究する先生のためのコーチング基礎講座 第4回【メ6コ2外5】
1月15日(金)	○第6回(研究と実践の振り返りとまとめ・参考図書交流)【メ7】

## 2 ポイントと成果

(1) 教員チームが探究活動をする形式で、実践を通して学びを深めた。(添付資料①)

①活動初期から講師の関口氏にご来校いただき、この活動に対してのコーチングを受けた。

➡チームとしての目的や理想の姿を思い描き、具体的な計画に沿って実践できた。

②研究テーマ「どうしたら人は本当にやりたいことを見つけ、主体的に行動できるのか？それを支えるコミュニケーションとは？」を設定しミーティングと実践を繰り返した。

➡答えのない問を設定し、それを探究する過程でコーチングスキルを学び、身に付けた。

③4回の公開講座に多くの先生の参加があった。

➡コーチングへの興味関心の高さを実感したと共に、異校種間での繋がりができ、学びを深められた。(参加者：高校教員(8名) 特別支援学校教員(1名) 中学校教員(7名))

④ICTを活用した。

➡情報共有、役割分担、公開講座への申し込みやアンケートの集約、オンラインミーティング、などで活用。メンバーのICT活用スキルも向上した。

(2) 校内でのコーチング実践の場「前向き部屋」を実施。(添付資料②)

①希望生徒を募り、一対一で生徒と向き合った。

➡じっくり教員と話したいと望んでいる生徒は予想以上に多く、満足度も高かった。

②チームメンバーの一人一人が実践の場を持つことができた。

➡一人の生徒と対峙する機会を得ることで、確実にレベルアップにつながった。また、チームメンバーの一員としての責任感を共有できた。お互いの実践を共有することで、アイデアが生まれ、次の実践へ繋がった。

③教育未来塾にて、教員志望の生徒に「前向き部屋」での実践や学んだことを発表した。

➡デモセッションやプロコーチによるコーチングを受け、コーチング的コミュニケーションの重要性を高校生とも共有することができた。コーチングを学びたいという生徒も多かった。

### 3 参加者感想 (抜粋)

- ・生徒(我々人間)は「認められる」経験をどれだけできるか、教員はどれだけ「認める」かが大切だと思った。(高校教諭)
- ・ワーク形式の研修で有意義な時間を過ごすことができました。内容も、実践につながるものでありがたかったです。(高校養護教諭)
- ・生徒への対応の仕方が変わった。課題の分離を行うことで、自分が感情的にならずに指導できるようになった。(中学校教諭)



## 今後の課題

コーチングは学級運営、部活動指導はもちろん、生活指導、進路指導、ひいては授業でも効果を発揮でき、無限の可能性を秘めている。教員 - 生徒だけでなく、教員間や生徒間でも有効なコミュニケーションとなるだろう。主な課題は以下の3つである。

課題①スキルより、むしろ考え方や在り方が求められるため、他の教員へ拡散させることが難しい。

課題②定期的にお互いチェックし合い、コーチのアドバイスをもらい実践を続ける必要がある。

課題③学びのコミュニティの維持。

→課題を踏まえた今後の展望

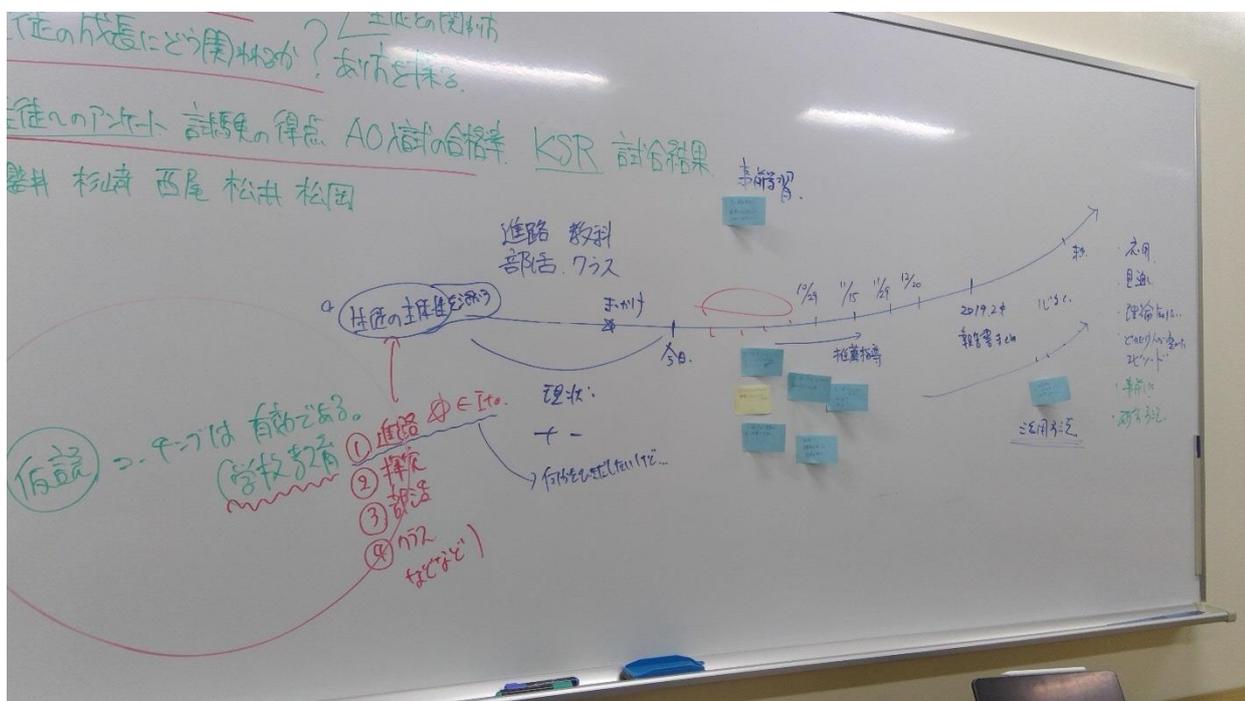
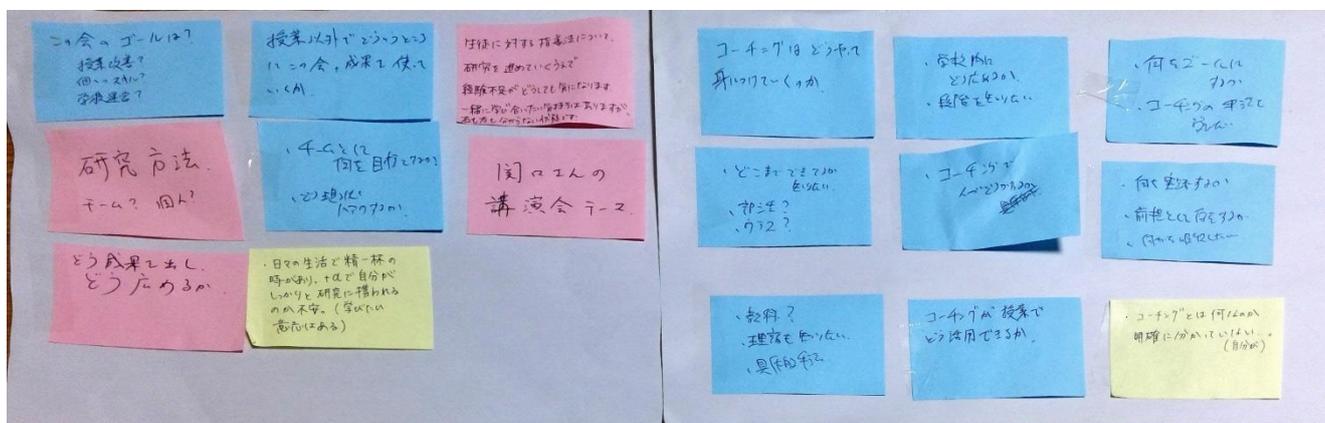
若手の先生が「前向き部屋」を継続し、初任者や新転任の若い先生へ今回学んだことを(メンター - メンティーとして)伝えていくことで、お互いの成長につながると考えられる。また、今回コーチングを学んだ先生方が、今後探究型学習で活躍し、コーチング的関わり方の重要性を広められると確信している。さらに教育相談系の先生から、「前向き部屋」の取り組みは他の先生方と情報交換をすることで、教育相談の窓口的な役割を担えるのでは、というアドバイスをいただいた。

- (1) 定例ミーティング
- (2) 公開講座チラシ
- (3) 公開講座メモ
- (4) 感想やまとめ

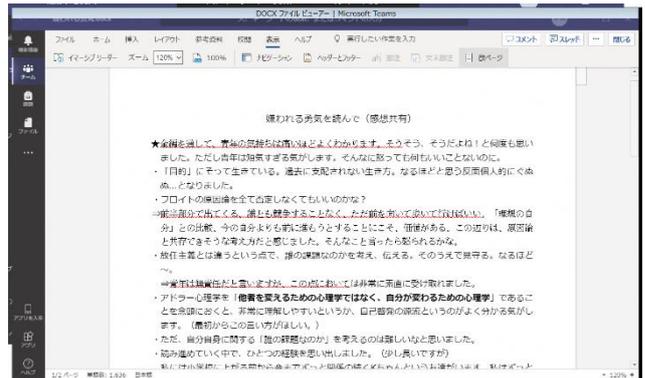
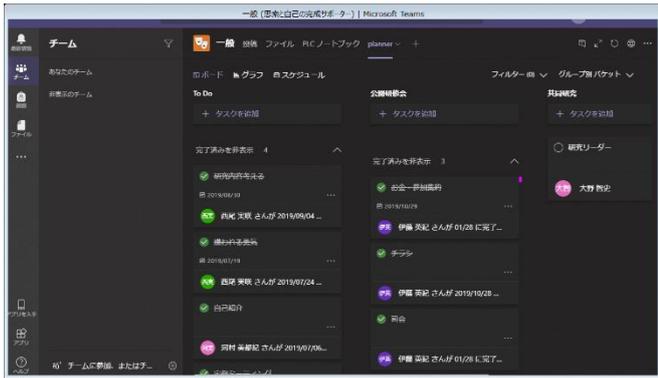
(1) ミーティング

校内メンバーの定例ミーティングでは以下の事を実施した。

- ・目的・目標・研究テーマ・予定・役割分担等打合せ。
- ・コーチング体験
- ・実践報告
- ・参考文献や参考動画について感想を交流



(付箋を活用しながら、ビジョンを共有し、計画や具体的な実践に落とし込んでいく。)



(事前打ち合わせや役割分担、感想の共有には Teams を活用)

### (2) 公開講座チラシ

チラシはグループウェアのつぶやき機能を使って県内公立高校、特別支援学校へ周知。また、中津川市教育委員会の許可と協力を得て市内の小・中学校へ配布。

### (3) 公開講座

#### ・講師 (コーチ)

株式会社 Edo 代表取締役 関口祐太氏

#### ・サポートコーチ

株式会社ステキバリエーション

常務取締役 小澤さやか氏

#### ・学校別参加者一覧

神坂中(4名) 第二中(2名) 坂本中(1名)  
 東濃特支(1名) 恵那高(2名) 中津商高(1名)  
 土岐商高(1名) 教育研修課(1名) 中津高定(1名)  
 中津高全(2名) 思索と自己の完成サポーター (8名)

## 探究する先生のための コーチング基礎講座

<b>第1回 10/29/火</b> コーチングとは？ アドラー心理学とは？	<b>第2回 11/15/金</b> コーチング基礎
<b>第3回 11/29/金</b> ライフデザイン キャリアデザイン	<b>第4回 12/20/金</b> 進路指導に使える コーチング

会場 中津高等学校第3棟校舎1階LL教室  
 時間 18:00~20:00  
 参加費 500円/回(資料代として)  
 ※4回すべての受講が望ましいですが、1回へ申し込みが可能です。

### What is coaching ?

促進的アプローチ、指導的アプローチでクライアントの学習や成長、変化を促し、相手の潜在能力を解放させ、最大限に力を発揮させることを目指す能力開発法・育成方法論。クライアントを支援するための相談の一形態のこと。  
 今後教員として求められる、生徒の成長や人生を伴走するために必要なコミュニケーションの一手段として、この機会にコーチングについて一緒に学びませんか？

#### 講師紹介

株式会社 Edo 代表取締役  
 関口祐太氏

- 株式会社チームフロー
- 認定プロコーチ
- キャリア教育コーディネーター

#### お申込みはこちら

\*QRコードから申込フォームにアクセスし、必要事項をご入力下さい。  
 \*QRコードが読み取れない方は、下記のお問い合わせ先へご希望の旨をお伝えください。

主催 思索と自己の完成サポーター お問い合わせ: p51079@gifu-net.ed.jp(中津高校 伊藤)  
 この講座は「岐阜県自ら学ぶ教職員応援事業」の一環で実施します。

## 中津高校 コミュニケーション研究室

NHCL Nakatsu highschool communication lab.

～探究する先生のためのコーチング基礎講座講座～



## 研究テーマ

どうしたら人は**本当にやりたいこと**を見つけ、それに向けて**主体的に行動**できるのか？それを支える**コミュニケーション**とは、どんな**コミュニケーション**なのか？

～進路サポートに活かせるコーチング～

・公開講座概要

10/29 (火) 第1回

「コーチングとは?・コミュニケーション探究」

- ・NHCL 開設の経緯 ・研究のポイント確認
- ・コミュニケーションの要素(言語・非言語)
- ・メラビアンの法則 ・ステイト
- ・ティーチングコーチングカウンセリング
- ・コーチングの全体像 ・幸せの3条件

11/15 (金) 第2回

「アドラー心理学とは?・コーチング基礎」

- ・アドラーとアドラー心理学
- ・共同体感覚 ・勇気付け
- ・コーチングのポイント

11/29 (金) 第3回

「ライフデザイン・キャリアデザイン」

- ・ライフデザイン ・キャリアデザイン
- ・8つの扉 ・目線切り替えマップ
- ・空間を移動しながらコーチング

12/20 (金) 第4回

「進路指導に使えるコーチング」

- ・三者懇談で有効なコーチング
- ・人生曲線から極大極小にせまる

・公開講座メモ

[12/20 第4回 メモ](#) : 毎回 Google ドキュメントとして共有。欠席者にも情報を届けた。

(4) 感想やまとめ

【参加者感想等】

●10段階の平均値の変化

(コーチに求められる) 自分軸 【事前】 5.1 ➡ 【事後】 6.8 (+1.7)

(コーチに求められる) 考え方 【事前】 4.6 ➡ 【事後】 7.3 (+2.6)

(コーチに求められる) スキル 【事前】 3.5 ➡ 【事後】 6.0 (+2.5)

勇気と幸せ(自己受容・他者信頼・貢献感) 【事前】 5.1 ➡ 【事後】 7.0 (+1.9)

➡考え方やスキルの向上が実感できた先生が多かった。一回の研修で向上するのは難しいとされる自分軸の項目もある程度上昇し、連続した研修の成果であったと感じる。



●今回の研修をいかしてご自身で実践されたことがあれば、感想などとともに教えてください。

- ・自分も含めて人はそれぞれ自己の主観で物事を見ている。言葉を上手に使うと心の扉を開いた人づきあいができるようになりたいと思います。
- ・実践できたと自分で感じられる事例はありません。しかし、最近生徒の話に注意深く聞くようにはなつたかなあと思っています。
- ・第2回目の講座の後、マスクをしている人を、毎日昼休みに一人ずつ呼ぶという実践をしました。結果として、次の日にマスクをとれた割合は8割前後でした。きっと、みんな話を聴いてほしかったんだなと思います。
- ・第2回目の講座のおかげで、何か実践してみようと思うことができ、楽しく実践もできました。感謝です。
- ・生徒への対応の仕方が変わった。課題の分離を行うことで、自分が感情的にならずに指導できるようになった。
- ・こちらが与えるのではなく、生徒に気付かせるための問いかけ、待つ姿勢、具体性。
- ・生徒との対話の中でコーチングのスキルを活かし勇気づけを行いたいと思いました。ただ、いざその場面になるとかなり意識をしないとそのスキルは使えないというのも実感しております。
- ・生徒の小論文指導に生かすことができましたと思います。
- ・生徒の話（主に相談事に関して）を聞くとき、2人で俯瞰して生徒自身をみることを意識するようになりました。今まではカウンセリングに寄った話の聞き方をしていたと思いますが、”どうしたらいいのか”という相談についてはやはり、コーチング的な話の聞き方が大切かなと。
- ・一部のみの参加で、全体を通しての学びができていないので、すぐに実践というわけにはいきませんが、これをきっかけに学びを深めていきたいです。今回参加したのはアドラー心理学ですが、こちらは学校における教育の仕事というより、子育てに生きる話だと思っています。ですので、子育て中のお父さんやお母さん、そしてこれからお父さんやお母さんになる人たちに聞いてほしいなと思います。
- ・「ありがとう」を有効に活用できるよう意識しております。
- ・部活動の懇談に使いました。一人ずつ様々な方面から生徒の過去や思いを引き出すことができ、部活の全体の運営に活かせました。また、来年、担任を持ったら、早い段階でこのスキルを使って、生徒理解・生徒支援に応用したいです(今からワクワクします)。

●研究テーマ「どうしたら人は本当にやりたいことを見つけ、主体的に行動できるのか？それを支えるコミュニケーションとは？」に対して、あなたの思うことをお書きください。

- ・人の役にたっているという実感が持ちたいし、子供たちにも持たせたいと思います。
- ・認められるから始まり、認めることができたとき、主体的な行動が始まるのでは？しかし、ここまでの人生で、「認められない」時間の割合の方が多いため、生徒（我々人間）は「認められる」経験をどれだけできるか、教員はどれだけ「認める」かが大切だと思います。そうです。認めることです。
- ・まずは今の自分が認められること。否定されないこと。そして自分の考えや行動しようとしていることが承認され、背中をそっと押してもらえること。結果はどうあれ、自分を信じて応援してくれる人がいると思えること。

- ・与えられたものを何も考えずにするのではなく、日頃から考えるくせをつける。さまざまなコミュニティーの人と会い、多種多様な考えに触れる。周りは答えを与えるのではなく、自分で答えを導き出せるような声かけをする。
- ・他者を信頼することは大切だと改めて思いました。
- ・今の自分を客観的に俯瞰的に見ること（とらえること）から。
- ・「やりたいこと」という枠組みを外すこと。「やりたいことは何？」というアプローチは苦しんでいる人をさらに苦しめることになると思います。「やりたいこと」を「考える」と、今ここにはないものに思考と体が向いてしまいますが、「やりたいこと」はすでに身近にあたり、なかったとしてもその芽はすでに自分のなかにあたりして、それに気づけるかどうかだと思います。やりたいことを「考える」という作業は、自分のなかにはないものを（とおいところにあるものを）探し当てる作業になってしまいがちなので、自己受容できない人にとってはますます自己否定につながってしまいます（自分には何も無いと思ってしまう）。思考・知性ではなく感性。感じられること。そこに心と体を向けていくこと。そういうアプローチが必要かなと思います。そしてその大前提として「安心感」（＝愛情、自己受容、他者受容、勇気、未来志向…etc）が絶対に必要になると思います。
- ・やりたいと思うことをやってみることが大切だろうと思います。やりたいことを実際にやってみる方向に進めるように支援するコミュニケーションが大切だろうと思いました。
- ・まずは自分を見つめ、自分で考え、自分に何が必要かを、自分で気づくことが大切なのではないかと思います。また、それを支えるコミュニケーションとして、自己受容・他者信頼・貢献感の3つをあげることがキーポイントになると思います。コミュニケーションを通してこの3つのレベルを上げ、自分を見つめなおす動機付けやきっかけになることが理想ではないでしょうか。
- ・否定しない仲間がいること。勇気付けてくれる仲間がいること。それを支えるコミュニケーションとは・・・盲面を破りつつ、共感し、エネルギーをシェアできるコミュニケーションではないでしょうか？

●研修を通して心に残っていることや、ポイントだなと感じた部分を教えてください。

- ・具体性を持たせること。これが一番私に足りないことだと感じました。
- ・生徒を認めることが大切と書きましたが、結局は自分が自分を認められるかに尽きると思います。ありのままの自分を受け入れることがポイントだと思いました。
- ・ステートをプラス1することで、相手への対応の仕方が良くなること。アドラーについて教えていただき、嫌われる勇気と幸せになる勇気の2冊を読破しました。大変共感するとともに、今後も読み返していきます。
- ・こちらが思っている目標と生徒にとっての目標は同じでないこともあるということ。コミュニケーションを通じて生徒を知り、共に考え、共にゴールを目指す。そこには生徒の考えを引き出す問いかけと具体性が必要だと感じました。
- ・モチベーションのバロメーターを現段階から1つ2つあげるにはどうしたらよいか。貢献感。
- ・①コーチングは、経験値が浅い場合にはティーチングの方に比重を置いた方がいいということ。
- ・②コーチングでは扱えない、カウンセリング対象の人もいるということ。
- ・人との対話は苦手ですが、大切に、なれると楽しいなと思いました。

- ・学校の役割が変わってきていると思います。ですが、本当の意味で「主体的に」考える人間であろうとしたときに、人間を 0歳から成人までを見通していかに教育していくかを考える必要があります。私は高等学校の教員ですが、0歳から人の発達と、発達に応じたアプローチの仕方を学ばなければ、高等学校段階に子どもにどのようにアプローチすべきかという答えは見えてこないということを再認識しました。
- ・参加させていただいたすべての研修で、毎回学ばせていただいたことが多くあります。コーチングはスキルだけに留まるものではなく、自分軸や考え方を充実させることも必要なのだと感じました。やり方はあっても答えはなく、どこまでも突き詰められるものだと思います。
- ・コーチのあり方や生き様が問われている ということです。生徒は教員の鏡だと思っておりますので、これは確信できました。我々がイキイキと学んで、実践していく姿勢が何よりも大切だな、と。
- ・問を通して、いかに具体的に映像化するか。

### ●ご感想・改善点・ご意見 などなど

- ・新しい気づき、学びをいただけて新鮮でした。ありがとうございました。
- ・参加させていただき、ありがとうございました。来年度に向けて、若い方々の柔らかい発想で、次なる「自ら学ぶ」の事業誕生を楽しみにしています。
- ・お話を聴くだけでなく、ワーク形式の研修で有意義な時間を過ごすことができました。内容も、実践につながるものでありがたかったです。
- ・関口さんはじめ、終業後にもかかわらず多くの先生方の学ぶ姿勢に感銘を受けました。全回参加したかったですが、また資料を拝見し学びたいと思います。中津高校の先生方、ありがとうございました。
- ・コーチングを詳しく学ぶことができました。しかし、本音を言えばティーチングの部分をもう少し多く設定して欲しかったと思いました。回を重ねるごとにコーチングに対して詳しくなれたというよりは、何度か同じことをやったという感が強いです（私の学びが浅かったのが一因でもあります）。全体を通して貴重な体験になりました。
- ・1回しか参加できませんでしたが、その1回だけでも素晴らしい会でした。主催、運営に携わっていただいた先生方本当にありがとうございました。このようなアクションが少しずついろんなところに伝わっていくといいなと思います。
- ・ありがとうございました。資料をこれからもまた読み直して活かしていきたいと思います。
- ・本当に意義のある時間をありがとうございました。参加してよかったと思います。ただ参加したというだけで終わるのではなく、実践したり後輩に伝えたりなど、自分でもっと意味のあるものにしていきたいと思っています。
- ・関口さんの振り返りのじっくりさが良かったです。結構、新しい事に目や思考が行きがちですが、毎回しっかり2週間前まで時を戻して下さって、自分の記憶力と実践力の足りなさを実感しました(笑)。そして、小澤さんのアイスブレイク！バリエーションも豊富で、クラスのエンカウンターですぐ使えるものばかり！4回目は講座内のワークのウォーミングアップも兼ねており、脱帽でした。お二人とも、我々の習得度合や困り感に合わせて、講座の構成を毎回考えてくださり、おかげで毎回の充実度がとても高かったと感じます。ありがとうございました。

## 【講師からのコメント】

### ・関口祐太氏コメント

今回特に印象的だったのは企画された先生方の学びに対する姿勢でした。「学校内の有志で集まり、他校の先生方も一緒に、コミュニケーションの探究をする」「前向き部屋」「生徒さん有志を集めての授業」お忙しい業務の傍ら、これらを実践される先生方の「学びに向かう姿勢」と生徒さんに対する「愛情」そのものが、授業を拝見した時に、コーチングのスキルを超えて生徒さんに多くの影響を与えているように感じました。

コーチングという「与える・教える」だけでなく「引き出す・伴走する」という関わりは、これからの時代を主体的に幸せに生きる上で、探究学習において、進路指導において、民間企業のリーダー育成に携わる中でも、非常に有効であり、必要であると感じています。今後は実践の中で様々な事例が生まれてくるかと思しますので、「ケーススタディの場」や「場所を変えての講座」があることでより探究がより良いものになるのではと思っています。

これからは生きる若い世代のためにと、熱意ある場にご一緒させて頂けたこと心から嬉しく思います。また私自身もとても多くの学びを頂きました。これからは人生で1番長い時間付き合うことになる「コミュニケーション」。その質を上げることで様々な方の豊かな人生に貢献できたらと思っています。この度は貴重な機会を頂きありがとうございました。

### ・小澤さやか氏コメント

コーチングの本質が『在り方』であるなら、今回出逢った先生方は、既に素晴らしいコーチでした。先生同士の会話のやりとりや先生方の生徒への愛情に触れて、心が温まりました。その中でも、伊藤先生が生徒へ自らが学んだコーチングを教える姿がとても印象的でした。言葉ひとつひとつに思いが感じられ、貢献意欲に溢れている姿をみて、『私もこんな生き方をしてみたい！』と感動しました。

今回のコーチング講座では、地域の中学校、特別支援学校、高校の先生方が参加されていました。地域にこの機会があること自体が素晴らしいことだと思います。そして、コーチングの効果を最も感じたところは、通常4回の講座では、叶わないような関係の質の高まりが感じられたことです。

2時間4回の機会でしたが、参加されている皆様が笑顔で相手を受け入れ、心根から会話を自然にさる姿を見て、『すごいことが起きている！』と感動しました。教育者の方々の深いつながりは、あらゆる地域課題を解決していく、大きな力になるのではないかと思います。子どもの未来に働きかける教育者の方々が垣根なく繋がりあえるということは、その地域の未来への希望そのものだと思います。この機会に参加できて、心から嬉しく思います。ありがとうございました。

- (1) 前向き部屋の企画・運営
- (2) 前向き部屋での実践
- (3) 生徒評価
- (4) 第2回教育未来塾

(1) 前向き部屋の企画・運営

【目的】

- ・ 授業、部活動、進路、学級などにおいて悩みのある生徒が少しでも前向きになれるよう手助けをする。
- ・ コーチングの心構えやポイントを共有し、それぞれができるところで実践し、その成果と課題を持ち寄る。

【期間】

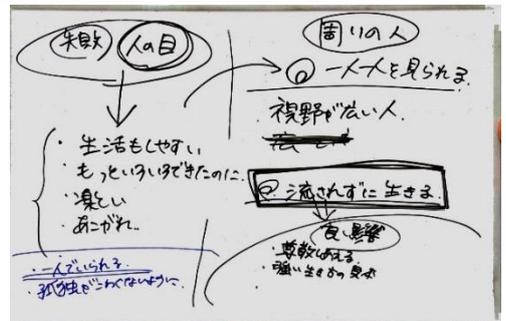
- ① 9月11日～9月18日
- ② 10月11日～10月18日
- ③ 11月18日～11月22日

【対象】

1年次生～3年次生の希望者

【内容】

- ・ 放課後の時間を利用して、授業、部活動、進路、学級などにおいて悩みのある生徒に対してコーチングを行う。



【募集方法】

- クラスに掲示したQRコード⇒申込フォーム
- もしくは口頭で担当者に申し込む

(2) 前向き部屋での実践

【参加者】

- 計 18 名
- ① 3年生 7名、2年生 1名
- ② 3年生 7名
- ③ 3年生 2名、2年生 1名

【教員】

- ・ 教員は順番に生徒を担当
- ・ 必要に応じてホワイトボードやタブレットを使い、話した内容を整理し記録した。

セッション・フィードバックシート (前向き部屋)

クライアント氏名 XXXXXXXXXX コーチ氏名 大野 先生

日付 2019年 9月 11日 (水) ~ (18:40) セッション回数 1回

両端の説明を読み、教のセッションを通じてあなたが経験したこともっとも近いところに印をつけてください。

私と「共にいる」感じがしなかった。 「白紙」で聞いてもらえなかった。 気持ちを共有された感じがしなかった。	0 <span style="display: inline-block; width: 100px; border-bottom: 1px solid black;"></span> 10	私と「共に」いてくれた。「白紙」 で聞いてくれた。気持ちを共有され た感じがした。
私が取り上げてほしかった話題や、 本当に求めている目標が十分話し 合われることがなかった。	0 <span style="display: inline-block; width: 100px; border-bottom: 1px solid black;"></span> 10	私が取り上げてほしかった話題や、 本当に求めている目標が十分話し 合われた。
コーチのアプローチは、私にぴった りなものではなかった。	0 <span style="display: inline-block; width: 100px; border-bottom: 1px solid black;"></span> 10	コーチのアプローチは、私にあって いた。
今日のセッションは、自分にとって、 物足りなかった。	0 <span style="display: inline-block; width: 100px; border-bottom: 1px solid black;"></span> 10	今日のセッションは自分にとって、 非常に有意義だった。

今回のコーチングの価値  円

<メモ> 先生を授業のそについてお話して聞いてもらいたいのか、叩いたらどうしたいのかを  
改めて考える必要がありました。将来のことは先のことだけ考えず、今の周りの人に  
何ができるかは今のうちから考えられること、できることがあるという話をしました。  
入試についてもお話させていただいて疑問に思っていたことも疑問でよかったです。  
何かをモチベーションにできなくて、前向きになれた気がします。  
\*フィードバックの目的は、評価を受けることなく、どこを伸ばし、どこを改善したらいいのかを教えてください。クライ  
アントとコーチの関係では、正直に何でも言い合えることが大事です。

### (3) 生徒評価

#### 【10段階アンケート平均】

私と共にいてくれた、白紙で聞いてくれた、気持ちを共有された感じがした。	10.0
私に取り上げてほしかった話題や、本当に求めている目標が十分話し合われた。	9.9
コーチのアプローチは私にあった。	10.0
今日のセッションは自分にとって有意義だった。	9.9

#### 【感想】

- ・ 将来が前より明確になった。どんな未来が自分にとって一番の理想なのかを考えたから。
- ・ 自分を改めて見つめなおすことができた。将来のことが少し想像できた。今まで将来のことを考えるのが面倒だと思っていたけど、これを機会に考えることができた。
- ・ 話を聞いてもらえて気持ちが楽になりました。
- ・ 自分がなりたい像になるためにどうしたらいいと思っているか、とか、自分の中でもモヤモヤしていたことをいっぱい話せて楽しかったです。
- ・ コーチングの仕方、導き方が自分に合っていました。改めて今まで目先の事にしかとらわれてなかったんだと思いました。
- ・ 先生と将来のことについてお話してどうしてそうなりたいのか、叶ったらどうしたいのかを改めて考えることができました。将来のことだと先のことだけを考えすぎだけど、今から周りの人に何ができるかなど今のうちから考えられること、できることがあるということを学びました。入試についても話しさせていただいて疑問に思っていたことも質問できてよかったです。何かもやもやしてたものがなくなって、前向きになれた気がします！
- ・ 来る前の自分より前向きになれた。明日から、前向き部屋で決めた自分の目標に向かって頑張ります！
- ・ 将来がキラキラ輝いて見えました！

### (4) 第2回教育未来塾

12月20日(金) 15:00~17:00

#### 【内容】

講義(コーチングについて)

デモセッション(前向き部屋でのセッション再現!)

ワークショップ(プロのコーチングを体験しよう!)

教員の発表(コーチングを学んでみて)

#### 【講師】

株式会社 Edo 関口祐太さん(プロコーチ) ・ 中津高校教員 伊藤

#### 【サポーター】

小澤さやかさん(プロコーチ) ・ 中津高校教員 河村・櫻井・松井

#### 【参加者】

1年生 1名 2年生 9名 3年生 3名



## 【アンケート】

5点満点の平均値

楽しさ：4.54 ためになった：5.00

10段階で参加前後の変化

ステート（参加前→後） 4.62 → 8.08

自己受容（参加前→後） 4.69 → 8.15

他者信頼（参加前→後） 5.38 → 7.85

貢献感（参加前→後） 4.08 → 7.31



## 【コーチングやコミュニケーションの基礎を学んでみた感想】

- ・今まで受けたことのない授業だったので、とても刺激を受けました。コーチングについて知ることができたのでよかったです。自分がもしこれを身につけ、教員になることができたなら大きな力になると思いました。
- ・相手の興味に興味をもつという言葉がすごく心に刺さりました。実際コーチングを見て思ったのですが、されている人は自分のことを話すと言うよりも、自然と話させられているという感覚で、しかもそれがすごく心地よさそうだったので、まずそこにコーチングの素晴らしさを感じたし、僕も誰かにそうさせられる立場になりたいと思いました。そういった話し方を身につけられたら自分の周りの環境や世界観、あと将来も大きく違ってきて、なにより幸せな生き方ができるのではないかなと思います。
- ・スキルが大事なのかと思っていたのですが、自分自身のあり方などの方が大切だということに驚きました。

## 【先生方がコーチングについて学ぶことについて 感想】

- ・凄く大切な事だと思いました。オランダのみならず、日本でも全教員が習うべき事だと思います。
- ・私も模擬コーチングのようなコーチングを受けてみたいと思いました。また、もっと多くの人がコーチングを受けたら、自分が何をしたいのかなどを整理したり見つけ直したりできると思うので、先生方が私たち生徒にコーチングをしてくださったら、もっと自分が進みたい道に行ける人が増えるのではないかなと思いました。
- ・私たちが進路のことを相談するとき、まず先生に話してみようと思うから、先生方がコーチングを学んでその力を使って私たちと話してくださると、今までより将来のビジョンが明確になるし、ワクワクしてやる気も出ると思うので、大賛成です。
- ・私は教員を目指していて、ただただ毎日授業するというだけではいけないと思っています。本で教員のあり方について読んだときに、人格づくりが大切であり、教員の役割であるというのを知りました。それに私はとても共感したし、同時にそんな教員になりたいと思いました。だから、生徒と関わる中でどうやったら生徒に寄り添えるのだろうか、自分に何が出来るだろうというのは考えてみるけど、なかなかイメージがつかなくなったりしていました。生徒と関わるという教員の仕事、役割としてコーチングを学ぶことはとっても大切だと思うし、生徒と向き合い、寄り添う関係をつくるためにも、私は教員がコーチングを学ぶのは良いことだと思うし、学ぶべきなのではないかと思います。

【明日からやってみようと思った事 今後役に立ちそうな事】

- ・相手の興味のあることに興味を持つという事は、どんな会話でも出来るし、今の自分は人の話を聞き流してるだけなのでしっかり聞いて反応するようにしていきたい。
- ・自分に向き合ってみようと思いました。また、友達と話すときなどにも活かして、また、コーチングについてもっと学びたいと思いました。
- ・テンションのモチ具合、相手から話を聞き出す話術を活用していきたいです！また前向き部屋にも行ってみたいになりました！
- ・人の話を聞いたり相談に乗るときに、その内容によって反応のテンションを変えたり、相手に合わせたりして、気持ちよく話してもらえるように意識してみたいと思いました。
- ・相手の話を否定するのではなく、相手と同じ目線で話してみようと思いました。



【参加の前後で、自分の中で変わったことを教えてください。】

- ・いろんな見方や考え方が少し変わったし、今まで聞き上手とは言われたけど相談にのっていい返答ができたことがないので生かしていきたい。
- ・前向きになれたし、自分の過去などを振り返り、自分のことを思い出せました。また、未来のことを具体的に想像して、これからの自分の未来が楽しみになりました。
- ・将来についてポジティブに考えられるようになりました！また先生の立場になってどうやって生徒を指導すべきかを想像することができました。
- ・人との関わり方という概念が変わりました。
- ・相手に寄り添い、話を聞くというのがこれからいかに大切で面白いかという考え方。
- ・相手が言って欲しいことを言うのではなく、相手の夢や人生や、相手のことに興味を持って、自分が楽しんで聞くということが大切なんだなと思いました。
- ・自分の将来も少しだけ明確になったし、これから何らかの形でコーチングを学んだり使ったりして誰かに貢献したいと思いました。
- ・自分を幸せにするのは自分だけでなく相手の話もする事で幸せになると実感しました。