

## 《CIEC 第 83 回研究会報告》

テーマ 教育コーチングの技術と可能性

～授業に活かせるコーチング・ワークショップ～

日時 2009年6月20日(土) 13:00-17:00

会場 大学生協杉並会館 5F ダイニング

司会 高瀬敏樹 (北海道札幌旭丘高等学校)

講師 赤塚丈彦 (米国CTI認定コアアクティヴ・コーチ)

河野 雅 (米国CTI認定コアアクティヴ・コーチ)

参加者 22名

### ■開催趣旨

CIEC 小中高部会ではこれまで「なぜ協調自律学習は必要か」(第75回研究会)など、コンピュータを活用した実践研究や授業法に関する研究会を実施してきた。

授業は一斉教授型から様々な形態に変化してきているが、そのような授業の中で、どのように生徒とかがかわっていくべきなのか、生徒へのアプローチの仕方についても考えていく必要がある。

今回講師を務めていただいた赤塚丈彦氏は、河野雅氏、「コーチングは『対話のOS』であり、それを活用する先生方によって様々な実践に応用することができる技術である」と言われている。この言葉が示すように、「教育コーチング」は、生徒・学生同士の対話、生徒・学生と教員との対話、教員同士の対話を円滑に行い、生徒の可能性を信じ、引き出すことのできる方法の一つと考えられる。

そこで今回の研究会では、教育コーチング技術について、ワークショップ形式で実際に体験しながら、教員のコミュニケーション能力やファシリテーション能力を如何にして高めることができるのかについて考えることとした。

### ■ワークショップ

赤塚丈彦先生、河野雅氏は、米国CTI公認コアアクティヴ・コーチ(CPCC)である。文科省の委託研究事業として独自にプロジェクトチームを組み実施した「ナラティブ・コーチング・プロジェクト(NCP)」では教員のコミュニケーション研修についての研究をされた。「TALK (Teacher's Active Listening

for the Knowing)」というプログラムでは生徒の可能性を引き出すコーチングの技術を、学校を含め様々な場所で広めており、「教育コーチング」に関しては経験豊富な方である。このお2人によって、教育コーチングの理論の解説、時にロールプレイング形式で具体例を示し、また参加者同士で実践するなど、具体的な体験の中から、参加者が自ら気付いていくことを重視した進行がなされた。

開始に先立ち、「楽に、楽しく取り組むこと」、「人間関係・コミュニケーション・モチベーション」が大切であるという説明があった。



### ■アイスブレイキング

参加者が環状に並び、各自の目的を明らかにするため、今回どんなことを学びたいか、について話すとともに、自己紹介を行ったのち、コーチング研修が開始された。

今回のワークショップは、「コーチング」の特性として参加者同士の心を引き出すことや、言葉のやりとりが不可欠であることから、その際の注意事項として、以下の4つの「掟」が確認された。

1. 守秘義務
2. みんな違って、みんないい
3. 気持ちを語る
4. 体験して学ぶ

まず、コーチングとはどのようなものを体験するため、参加者同士2人1組になり、話し手と聞き手の役割を決め、以下の3つのシチュエーションで相手に話をしてみた。

- A. 「相手の話は聞いてはいるが、相手の目を見ず、相槌、うなずきなども一切行わない。」
- B. 「目を見て、相槌をうちながら、内容を要約しながら聞く。」
- C. 「相手がどんな気持ちで話しているか、その雰囲気や心に注目し、時にその時の気持ちを問いかける。」

参加者の意見は、Aは全く話が弾まず、Bは話はしやすいが、話者・聞き手とともに話の事柄の詳細のみをとらえようとしてしまう。Cが最も話しやすいうえに、事柄の詳細だけでなく、どんどん話題が広がっていく、という印象であった。このCが、話者の気持ちを重視するという「コーチング」に最も近い接し方であり、コーチングの考え方の入り口でもある。

#### ■コーチングとは

コーチングは「本人が必要とする答えは、すべて本人の中にある。」との前提から、アドバイス・指示（ティーチング）や、経験から伝えること（メンタリング）ではなく、生徒に対し、「自分で自分に気付かせる」という関わり方をするのである。しかし、ティーチング、メンタリング、コーチングのどれが良く、どれが悪い接し方ということではない点に注意が必要である。話している相手、時と場合、目的に合わせてバランス良く対応の仕方を選択することが重要である。

ティーチング、メンタリングは児童・生徒の問題や目標（事柄）に焦点をあて、教員側が解決策を与えようとするのに対し、コーチングは事柄よりも児童・生徒本人に焦点を当て、どの時の気持ちはどうであったのか、どうなりたいか、何をしたいのかを本人の言葉から引き出し、児童・生徒自らに解決策を見つけさせる、という点が異なる。

#### ■コーチングの基本的な流れ

コーチングの核は「相手の本音を引き出し、自らの行動を引き出す」ことである。そのためには、

1. 相手への興味関心を持つ
2. 仮の主題を置く
3. キーワードを掴む、拡げる
4. 核心に迫る

5. 3・4を繰り返し本音に近づく
  6. 相手の本音から直感、提案、行動のサポートを行う
  7. 主体性・自発的行動へ
- という流れを踏む。3・4の繰り返しから相手の本音を引き出していき、その際に相手の心・気持ちに焦点を当てることが重要である。



#### ■コアアクティブ・コーチング基本スキル

相手の本音を引き出す際に有効なスキルは経験から得ていくことが前提であるが、最も基本的なコーチングスキルとして以下の3つがあげられる。

1. 拡大質問  
話し手の気づきやひらめきを促す問いかけであり、「はい」や「いいえ」といった答えで返答できない性質の質問である。会話の内容を判断するのではなく、相手の気持ちに好奇心を持ち続けることが鍵となる。
2. 反映  
聞き手が鏡のようになって返すスキルである。反映には2種類あり、一つは言葉をそのまま返すオウム返し、もう一つは声のトーンや表情、雰囲気など言葉以外に表れているものを返すことである。
3. 認知  
話し手の行動やその意図をについて、感じたことや気づいたことを伝えるスキルである。話し手にとって、「見てくれている」、「理解されている」という安心感をもたらす。

以上の3つのスキルを使って、2人1組になって実際にコーチング体験を行った。

#### ■受講者の感想

コーチング体験後、受講者が持った印象、赤塚氏、河野氏のアドバイスは以下のようなものであった。

受講者：従来のアドバイスや指示（ティーチング）を行う方が教師にとっては楽であり、話し手の深層心理に近づこうとするコーチングはかかなりしんどい。

赤塚氏・河野氏：確かにそのように感じるかもしれないが、「楽に楽しく取り組む」ということが最も大事であり、コーチングは経験によって身についていくものである。コーチングも、結果や結論を急いだりするものではない。

受講者：共感的に聞くことは大事だが、相手を理解しようとするに終始してしまい、話し手に対して疑問が持ちにくい場面があった。

赤塚氏・河野氏：それはそれで重要なこと。何気ない会話の中から気付いていくこともある。また話し手を理解し、信頼関係を気付いていく上で重要なプロセスである。その後コーチングを続けることで、新たな疑問や相手の心に近づいていくことができる。キーワードや主題を見つけやすくするために、コーチングの前に面談シートなどを記入しておくなども効果的である。

#### ■受講者アンケート結果

- ・大変勉強になった。また参加したいです。講師が誠実でわかりやすかった。
- ・とても興味深く参加させていただきました。コーチングの本を読んだこともあり、今日の体験でもすべてわかったというわけではありませんが、感じることはできたと思います。副次的に刺激も沢山ありました。ありがとうございました。
- ・コーチングについて理解が進んだ。
- ・「コーチング」「コーチングの考え方」のいずれも勉強になった。
- ・生徒ガイダンス、「情報」の授業に活かすことができる内容で、大変参考になりました。WSの質問の仕方にも応用でき

そうです。

#### ■まとめ

コーチングは話し手中心であり、コーチの発言の量は少ないといえるが、相手の心理に近づこうとするプロセスを繰り返すため、話し手だけでなくコーチ側にとってもかなりの心的負担を要することは実感としてあった。しかし、赤塚氏、河野氏から、コーチングは単に「個別面談」のような場面だけで行われるものではなく、日々の何気ない会話の中でも実践できるものであり、長い目で見るのが大切だとのアドバイスがあった。

確かに、企業でコーチングを実施するには日時を決め、回数を重ねて明示的に進めていく必要がある。しかし、学校現場は、休み時間や昼休み、また掃除の時間や廊下で行きかう時など、様々な日々の場面でコーチングが活用できる場があり、実践しやすい環境とともらえる事ができる。コーチとして、教師も気負わず、長い目で生徒と関わっていこうとすることが重要であり、過剰に心的負担を感じる必要はないのである。

教員はつい自分が主体となって指示することに終始してしまいがちである。もちろんそれも重要な役割の1つではあるが、ティーチング、メンタリングとともに、生徒の主体的な活動を引き出すコーチングは、生徒との関係性、面談の場面、そして授業にも大いに活用できるものであると感じた。



(文責：鳴門教育大学大学院 永野 直)