

NITS 動画教材「校内研修シリーズ」演習シート

【No. 160 : コーチングのスキルと活用 I】

(1) 「きく」スキルの演習

以下の手順で相手の話を 10 分間聴いてください

① 2人1組になる（どちらかが聴き手となる）

〈話し手〉「最近、困っているがなかなか手が見つからないこと」を相手に話す

〈聴き手〉相手に興味を持ち、わかろうとして心と耳を傾ける

アドバイスはせず「どういう状態になりたいのか」を相手が気づくことを意識して聴く

② 話し手は、聴いてもらって気づいたことを発表する

③ 全体で共有する

(2) 「承認」のスキル

以下の手順で、相手の存在を様々な視点から承認する練習をしてください

① 同じ学年の職員（また共通の学級で授業をしている）3～4人1組となる。

② 任意の児童・生徒（実際に関わりがある）を想定して、その子どもの

「変化」「行動」「姿勢」について話し合う

（※場合によっては、チーム学校の教員を例にとっても良い）

・「最近〇〇さんはとてもプレイが上達したんですよ」（部活動担当等）

・「〇〇さんはいつも早起きしているようですよ」（養護教諭等）

・「〇〇さんがいると授業中みんな活発なんですよ」（教科担任等）

次に、発言者は「Iメッセージ, Weメッセージ」を加えて発表する

（例）「〇〇さんがいると授業中みんなが活発なので私も授業が楽しいんです!!」

(2) 一人一人の子どもとの日々のコミュニケーションについて気づいたことを話し合い、

「Iメッセージ」で相手の「変化」「行動」「姿勢」を認めるためにはどんなことが必要かを具体的に考え今後生かしていきたいことを話し合しましょう