

# 卓 話

平成 14 年 9 月 3 日  
(財)生涯外学習開発財団認定コーチ 浅井 真帆 様

## ☆ひとりひとりが、生き生きと輝き 明るく前向きな社風を築くためのコーチング☆

### 命令指令型の一方通行のコミュニケーションから、双方向のコミュニケーションへ

社員一人一人が、やりがい・充実感を感じ 自らやる気をもって業務に臨んで欲しいと考えていらっしゃる方は、多いのではないのでしょうか？ 今、ビジネス界で静かなブームになっている「コーチング」は、自発的な行動を促すための、およそ 100 種類あるコミュニケーションの手法です。

一人一人の望みをよく聴き、じっくりコーチングカンパセーションすることによって「やってみたい。」という意欲と行動を目ざめさせることが可能になります。

- 本 当に実現したいことを実現するための、ビジョンを明確にする
- 自分で考えて行動する事のできる、自発的 ・自立型の人を育てる
- 社員のコミュニケーション力を身につけてもらいたい

そんな、目標をお持ちの方に最適なスキルです。

#### ☆コーチングの構造

**聴く(コーチ)⇒話す(クライアント)⇒承認する⇒行動できることを見つける**

1. 言葉で表現することによって、自分の気持ちや考えが整理されてきます。始めは、ぼんやりとしていた考えがコーチの問いかけによって自分の中で明確になり、理想に向かってどのように進めばよいのかを話し出すようになります。
2. 話すことは、自分自身を顕在させる第一歩です。コーチがパートナーになり、じっくり耳を傾けてくれる安心感の中から生まれる自分の答えは、誰に指示・命令されたわけでもない自分の答えだからこそ「よしやってみよう！」と自発的に行動することができるのです。
3. やりたいことが見つかったら、「いつかやる」ではなく、確実に実現できるようコーチとともに約束(行動の明確化)を決めます。そうすることで、クライアント自身のモチベーションが高まり成果を確実に手にできるようになるのです。

#### ☆コーチを持つことの良さ

- ・社内のコミュニケーション力が活発になり、明るく前向きな人が増え社内が活性化する。
- ・コーチと共に、本当に実現したいテーマを話すことによって、自分の目標が明確になる。
- ・コーチがいることで、安心して行動を起こしやすくなり、確実に成果を得ることができる。
- ・自分では気がつかなかった、可能性・魅力・強み・・・能力が発見できる。
- ・社員一人一人が、よりよいコミュニケーションの手法(コーチング)が身につく。
- ・ストレスが減り、計画的な行動が取れるようになる。
- ・自分に自信を持ち、落ち着いて行動できるようになる。

