

§ コーチングイメージ §

成長・育成・自立につながるコミュニケーション義術

コーチングの使用ポイント

PTS: 人物・時期・状況
 (Person・Timing・Situation)

FGH: 未来・目標・方法
 (Future・Goal・How)

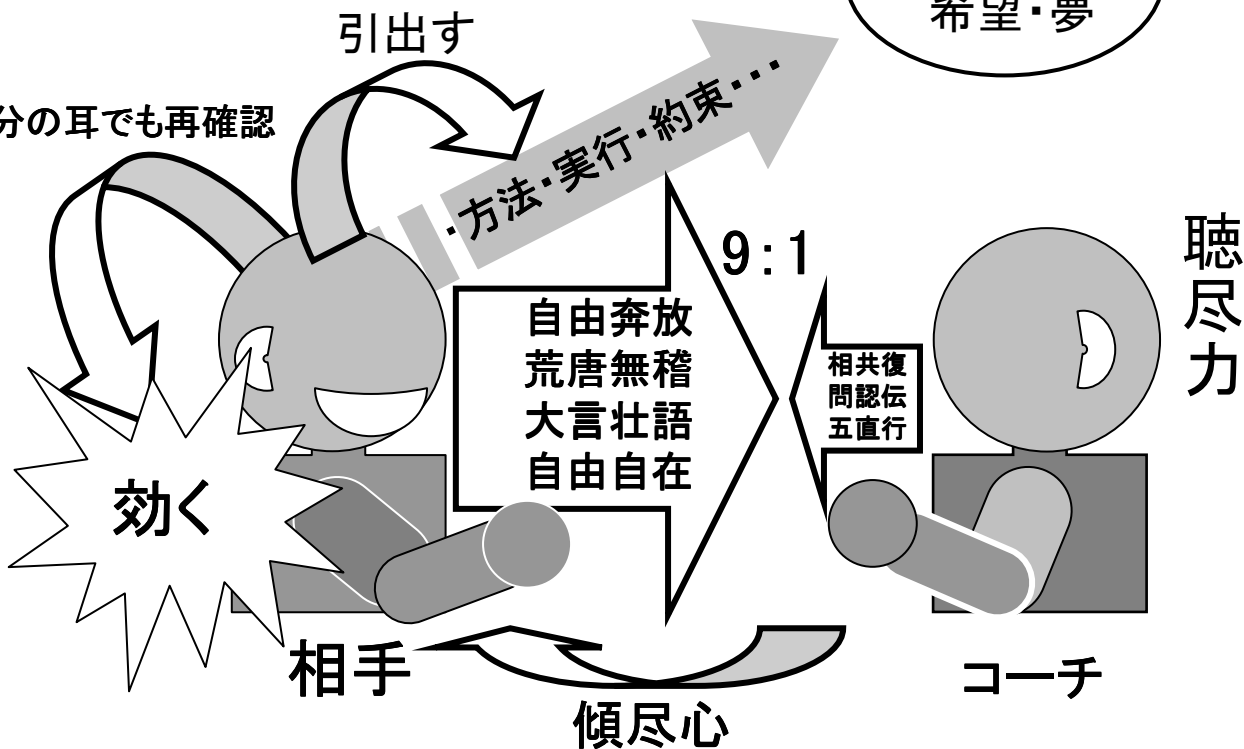
引出す

コーチング三段活用

行動⇒考動⇒考働

目標・ゴール
 希望・夢

自分の耳でも再確認



傾聴: 相共復

- 友好的・好意的・興味を持って
- ・あいづち
- 朗らかに和やかに
- ・共感
- 相手の喜怒哀楽に合わせる
- ・くりかえし
- キーワード、気持ちの部分

尽聴: 問認伝

- 肯定的・建設的・前向きに
- ・問いかける
- 話、返事が返ってくるまで待つ
- ・言葉に出して認める
- 存在・言動・事実
- ・相手の言動に対する自分の気持ち
- アイメッセージ(IM)
- PIM(Positive) > NIM(Negative)

心聴: 五直行

- 感性、閃き、印象を信じて
- ・五感
- 全ての感覚を使って感じる
- ・直感
- 感じた事を言葉にする
- ・行間
- 言外に隠れてる何かを感じる

聴尽力

PTSに応じて傾尽心を有効的に対応できる力