

# コーチングの基本



書名：『目標管理はポートフォリオで成功する！

---看護管理・学校運営のための

モチベーションマネジメント』

著者： 鈴木敏恵

出版： メヂカルフレンド社

(以下は、上記 書籍より抜粋)

## ティーチングとコーチングの違い

項目 (態度)	ティーチング (受動的)	コーチング (能動的)
高めたいもの	知識・技術	性能・能力
手法	教える・反復	誘発・対話
答え	正解がある	正解はない
評価者	指導者	自己評価
何を評価するか	結果	プロセス
質問の意図	理解したかの確認	気づきを促すため

13/08/13

「知」コンピテンシ 鈴木敏恵

### コーチングの基本

- ・「現状や状況」を問う..「今はどうなの？」
- ・「願い」を聞く..「どうなったらいいの？」
- ・「行動」を促す  
..「そのために具体的に何をしますか？」
- ・「焦点」をしぼる..「一番大事なことは何？」
- ・「目的」確認..「何のためにするの？」

### コーチングのコツ

- まずは、相手が話すようにする
- 「イメージ」を誘いながら問う
- YES、NOで答えられる質問はしない
- 選択で答えられる質問はしない
- あいまいでなく具体的に聞く
- 「一回に一つずつ」問う