

公式LINE  
プレゼント特典



# 2,000人のママを輝かせた コーチングの基本



# ちょっと考えてみて



あなたなら  
こんな相手に対してどう接する？



いつも元気だけど  
ミス多い人



知識豊富だけれど  
消極的な人



感情の波多く  
キレやすい

# Let's try!!



こんな事を意識して  
接してみて！良好な関係が生まれるよ！

いつも元気だけど  
ミス多い人



元気の良さを褒める  
途中段階で状況を☑

知識豊富だけれど  
消極的な人



知識の多さを褒める  
小さな一歩を踏み出す  
サポート

おおつきゆみ公式LINEプレゼント特典①

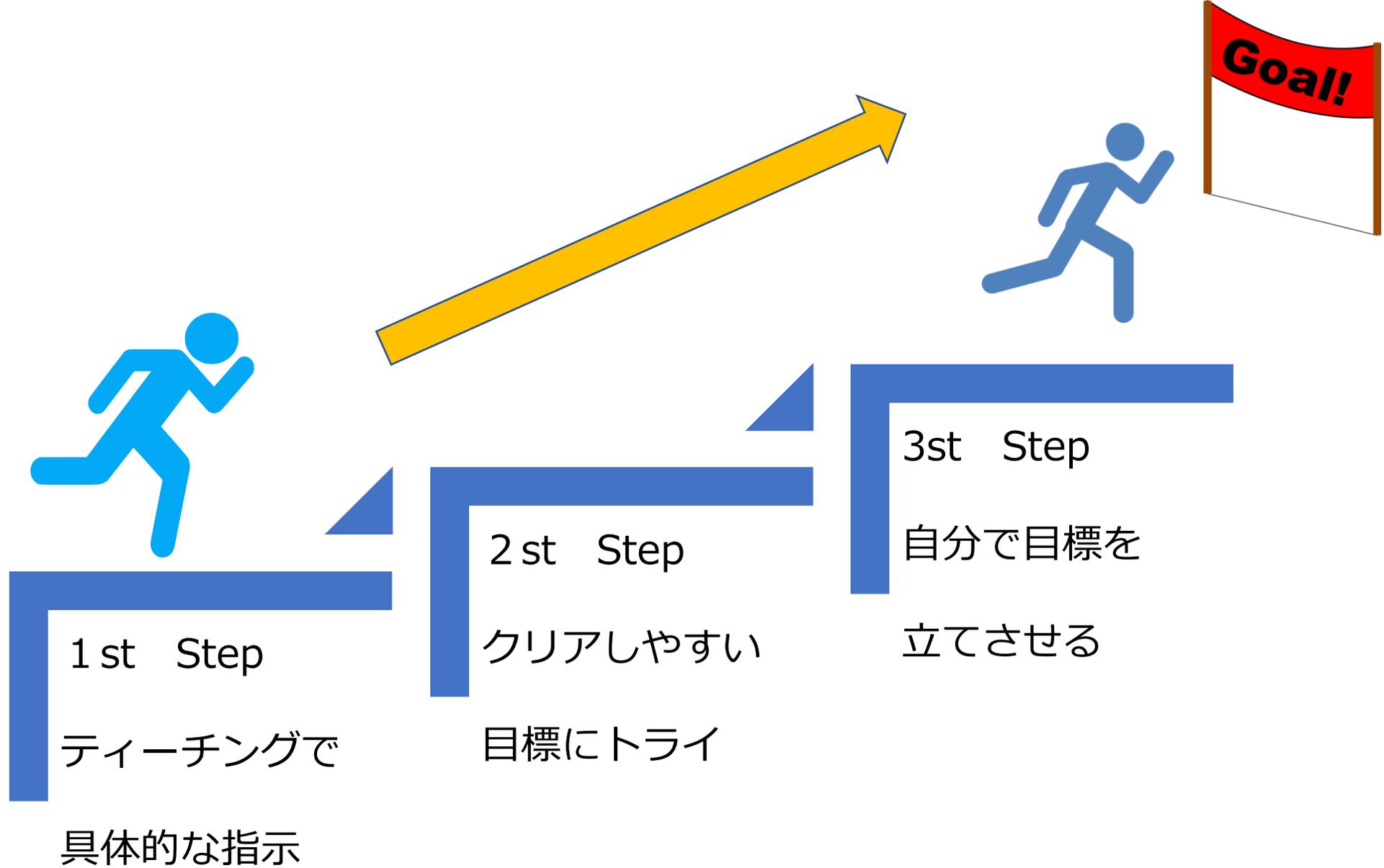
感情の波多く  
キレやすい



コミュニケーションの  
タイミング見計らって  
キレてもとことん話を聴く

# コーチングは個別指導が基本

- 個別指導の極意
- ①相手の強みを活かすには  
いいところ褒める！
- ②相手に合わせて、手を替え品を替え指導していく  
それぞれの指導法考える
- ③やりながら試行錯誤を重ねる  
効果的な方法を探す



# 7つのコーチングスキル

- ①まずは、コーチングしやすい「**環境**」をつくる  
話しやすい座り方



# 7つのコーチングスキル

## ②相手が話しやすいように聴く

あいづち へえー、(\*^-^\*)ふ〜ん、そうなんだね

うなずき うんうん

繰り返し

マイナスな言動には**オウム返し**が有効



嫌味にならない  
程度で大きさにね。

# 7つのコーチングスキル

- ③ 問いかけを工夫して答えを導く  
良い質問は答えを引き出してくれる

**質問** = 引き出す → 原因は何だろう  
人と事を分けている

**詰問** = 黙らせる → 謝罪、**言い訳しか出てこない**  
責口調

人を責めずに原因を探るには・・・原因リスト作成が有効

# 質問のレパートリーを広げよう

◆事実を確認したいとき、相手の許可を得る時、意思確認時  
Yes/Noクエスチョン

◆オープンクエスチョン

相手が自由に答えられる質問方法

「○○君はなんていったのかな？」 状況把握

「**あなたが一番頑張ったことを教えて**」 成功体験

「一番やってみたいことはどんな事？」 希望を引き出す

# 7つのコーチングスキル

④相手の良いところ見つけて褒める

事実に基づいて本当の事を伝える = **褒める**

モチベーションアップ、元気出る、人間関係良くなる  
自発性が引き出される

事実でない事を本当のように伝える = おだてる  
勘違いを招く、意欲を下げる、反感持たれる

声の響き、顔の表情に注意



表情は伝染するよ！！

# 褒め上手になるための3か条

①細かく具体的に褒める

②タイミングよく褒める

③心を込めて褒める



おおつきゆみ公式LINEプレゼント特典①

**褒める = 魔法**

**世界チャンプを育成してきた  
息子の空手の先生は  
短所に目を向けるのではなく  
長所を見つけて褒めて伸ばすことで  
短所が見えなくなってくる。  
と云って、日本の子供たちを多数輩出して  
きた凄い人。育ててきた選手の中にギネス  
記録保持者もいるんです。**

# 7つのコーチングスキル

⑤怒るのではなく、叱る。

**怒る** = 感情的な反応

それはダメ、何をやってるの！ → 行動は止まるが、**改善なし**

叱る = 然るべきビジョンを示す

こうするとうまくいくよ、今後はこうしたらいいよ →

成功へのイメージが湧く

# 7つのコーチングスキル

⑥効果的に「**励ます**」ことで**やる気を引き出す**  
励まし=[がんばれ]ではない。

励まし・・・相手のエネルギーレベルを上げる  
自分も相手も元気になる

頑張れ・・・これだけでは効果減

頑張っているね！！（認めてあげる）

# 効果的に励ますポイント

- ①可能感を出す      君だから出来たんだ！
- ②見え方、捉え方を変える      もう3位間しか      あと3時間も
- ③安心感を持たせる      フォローするから思いっきりやったら
- ④つながり感を高める      いつもみてるから
- ⑤エネルギーを高める      ファイトー      (ファイティン♡)



# 7つのコーチングスキル

⑦メンバーの立場になって感謝する

当たり前だと思う×意欲もエネルギーも激減

**感謝🌸「ありがとう」意欲倍増！！**

**いつも感謝の気持ちを伝えよう！**

# 感謝

- 言動、行動に対して  
来てくれて、発言してくれて**ありがとう**
- 成果に対して**ありがとう**
- 努力に対して**ありがとう**

**好循環**が生まれます！！



# Growモデルのポイント

- Goal 目標の明確化

- Reality 現実の把握

resource 資源の発見

人、モノ、金、時間 目標達成に使えるもの

- Options 選択肢の創造

無限の可能性を考え、ベストなものを選ぶ

- Will 目標達成の意思

公式LINE  
プレゼント特典



いかがでしたか？  
もっと詳しく知りたいと思われた方に・・・

- ・子育て、仕事に活かすコーチング法  
zoomお話し会

または

- ・子育てコンサルタントの働き方  
個別おはなし会

を**プレゼント**させていただきます!!



公式LINE  
プレゼント特典



ご希望の方は、  
おおつき ゆみ公式LINEに

「おはなし」

とメッセージをお送りください。  
個別にお返事させていただきます。

ご連絡お待ちしております！！



日本で一番美しい言葉

ありがとう

