



YES 通信

〒819-1116 糸島市前原中央2-2-22波多江ビル2F 電話 321-4119 2023年6月号

夢を語ることは素晴らしい！！

先日、小学校5年生以上を対象にしたコーチングのワークショップを実施しました。今回のワークショップは、学校の授業のように暗記したり、出来るようになるまで問題を解いたりするのではなく、私の質問に対して考えて、そしてみんなの前で発表するというスタイルを進めていきました。

参加した生徒は、ほとんどが自分から進んで参加したというより、保護者様の勧めで参加したということで、全員がこれから何をするのか不安な状態での参加でした。

最初に自己紹介をしたり、2人組になってお互いの共通点を探したりするアイスブレイク（氷を解かすという意味で、初対面の人が出会った際の緊張を解きほぐすための手法）を実施しました。

それから、私が質問したことを紙に書いて、それをみんなで発表したり、発表してみても感想や他人の発表を聞いてみた感想を発表したりしました。

どんな質問をしたかという
1 終わったときにどうなっていたら最高ですか？

この質問に答えることで主体的に参加できるようになります。本を読むときや、行事に参加する時、試合の前や授業の前にも使えます。受け身の状態で漫然と試合したり、授業を受けたりしても効果は低

いでしょ。今日の試合では、こんなことを試してみよう」「今日の授業ではここを克服しよう」と主体的に取り組んでこそ効果が出るのです。

2 同じことはどうでしょう？

私達は、人と出会った際に無意識で違いを意識してしまいます。しかし、大切なことは共通点を探ることです。類似性の法則というのがあって、共通点が多いほど心の距離が近くなります。

3 何でも叶うとしたら何を叶えたいですか？

私達は、見えない枠にとらわれていてなかなか夢や将来を考えることが出来ませんが、何でも叶うとしたら？と枠を外すことで考えやすくなります。

4 どのようにすれば叶えられますか？

私達は、無意識でなぜ？（WHY？）という質問をしがちです。なぜ失敗したのだろうか？なぜ自分は大嫌いのだろうか？が染みついているのです。なぜ？からは言い訳しか出てきません。その質問をどうしたら？（HOW？）に変えることによって可能性にフォーカスすることが出来ます。

5 小さな一歩は何ですか？

目標や夢が見つかったら、是非問いかけてみたい質問です。他人から言われてやる気を出すのは難しいけど、自分で決めたことは行動に移しやすいものです。小さな一歩でも踏み出すことが大事です。

小さい事でも楽しく継続して行けば、習慣になります。習慣になれば大きな力になります。

6 今日の学びは何ですか？

振り返ることで学びが明確になり、次へのステップになります。今回の学びでは「友達と仲良くしたい、先生の話をもっと聞けるようになりたい」「いろんなひとに質問や話しかけることを積極的にしていきたい」「未来のことを考えること、そのために何を考えるか」「コミュニケーションはどの役も立つ」等の学びがあったと話してくれました。今回は「質問って楽しいな」とか「話を聞いて安心した」「認められた」と思ってもらえたらいいなあと考えて取り組んだので、概ね目標が達成できてとても嬉しかったです。

まだまだ、反省点もありましたが、これからも継続していきたいと考えていますので、今後もしよろしく願いいたします。



やる気相談室

親力

親力(対人支援力)を高めるにはどうしたらいいかな？

親力が一番必要なものは愛情だと思いますが、

次に必要なものは対人支援力だと考えています。

世の中の問題のほとんどは、コミュニケーションの問題だとよく言われるのですが、その中でも親子のコミュニケーション

んどうのはとても難しいです。

とて言っても子育てからは逃れることはできないのでみなさん大変苦労なさっていると推察いたします。私も皆様と同じように、親子のコミュニケーションや夫婦のコミュニケーションで悩んできました。

私はコーチングを10年以上学んできました。私が学んでいたコーチングスクールでは、管理職のサリリーマンや看護師、医師、学校の先生が良く学びにお見えになっていました。生徒や部下、患者さんとのコミュニケーションに悩まれている方が多

管理職の方や学校の先生なら対人支援力の必要性がわかるのですが、何故、医師や看護師の方お見えになるのか最初は不思議に思っていました。話を聞くと生活習慣病

はいくら正しい事を患者さんに言っても患者さんが行動してくれないと何の役にも立たないとのことでした。私達が生徒にいろいろ指導しても生徒が行動しないと結果は変わらないのと全く同じだったのです。私もっと対人関係スキルを向上させたいと

考えていたので学び始めたのです。

学び始めてわかってきたことは、最初はコミュニケーションの問題だとばかり思っていたのですが、そもそも自分のことがわかっていないことが、コミュニケーションがうまく取れない原因だったということに気が付いたのです。

図1のように対人支援力と言うのは自己基盤力と言う自分をうまく扱える力があってこそ発揮できるものなのです。自分のことがうまく取り扱えないのに人のお世話ま

では出来ないということに気が付いたので

す。人と話をしていてついカッとなってしまうて怒ってしまうことなどはその典型例

普段の会話では、なかなか自分の感情に向き合ったり、人の話を真剣に聞いたりできにくいので、コミュニケーションのトレーニングの場で学びとスキルが向上しやすくなるのです。

今後は、塾でもそのような機会を作っていく予定ですので気になる方は是非保護者交流会に参加してください。

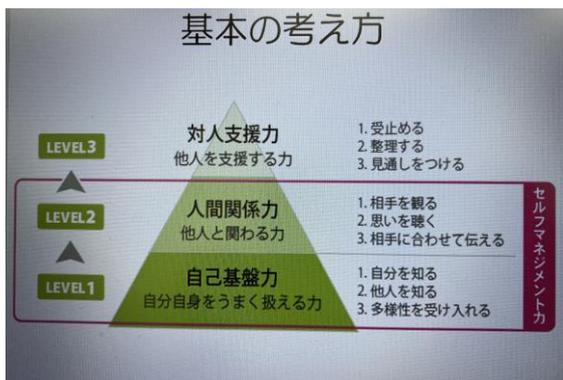


図1：対人支援力

書籍紹介

いとう式 高校勉強法

伊藤敏雄著

この本は、勉強法を教えることで飛躍的に偏差値アップを実現されている伊藤敏雄塾長がそのノウハウをまとめて出版なされた本です。生徒の87.8%が偏差値10以上アップと言うのは本当に凄いです。私の塾も個別指導を18年間続けてきた中で勉強法にこだわって教えてきたからこそ生き残ってこれたのだという思いがあります。前原駅前塾も出来ては消え出来ては消えの繰り返しで、18年前から生き残っている塾は大手塾では英進館さんと全教研さんだけになってしまいました。しかし、勉強法は講師達の教え方を生徒に伝えていたというのが正直なところで、九大生中心の良い勉強の仕方を自分に合う方法で試してみようという考えでした。それはそれで個別指導の多様性にはあっていたが、成果と言う面ではまだまだ不十分だと感じていました。今回はもっと塾内での統一した指導法を確立したいという思いから全員で勉強することにしました。もっと講師同士で共通言語を増やしていきたいと考えたのです。この本を読んでみて、私は極端な理系の学生だったので数学や物理などの勉強法は概ねこの本に書いてありような勉強法になっていましたが、暗記方法はダメな例に上がっているやり方でやっていた（笑）最近、先生の中から「メタ認知」というこの本に書いてあった言葉をよく耳にするようになり共通言語が出来てきたようで嬉しいです。



定期テストはもちろん、
推薦・一般選抜にも
抜群の効果!

*学習心理学のプロが最も効果的＆科学的に学力を伸ばす
全ノウハウを初公開。 大塚 誠