

■7月勉強会

<コーチング体験会 開催報告>

<日時・場所>

平成28年7月27日19時～ 文京区民センター

ファシリテーター:長安理代、富川ようじ(JCAT幹事)

<内容>

JCATの勉強会では、行われていそうでなかった コーチング体験会。
初めての試みでファシリテーターのトミーとさとびよんは、楽しみながらもドキドキのスタート！
どっぴりクライアントを体験できるとても贅沢な機会となりました。

短い時間でのタイプの違うコーチングの連打。...
同じテーマで深めた人や、都度違うテーマにした人もいました。

同じテーマでも、異なるタイプのコーチングを体感することによって、
その時の対応で自分の中の反応する何かが変わり、
新しい自分と出会えたり、気づきが起こったりして面白かったです。
もちろん、自分に合うスタイルという意味で、コーチを探している人にもとてもイイ機会になったようですね。
プロのコーチにとっても、いつも付き合ってる、特性を理解しているクライアントではなく、
新しいタイプのクライアントへの対応など、技術面の磨きやチャレンジになるのではないかと見ていて感じました。
対面コーチングも実はあまりなくて…と楽しんでおられた方も多かったです。

有難いことに、またこんな機会を作って欲しいとのご要望もたくさんいただきましたので、
是非また体験会、やりたいと思います！
ご一緒させていただきました皆さま、有難うございました。
是非また次回もお越しくださいね！

(JCAT Michiru)

以下は、今日学べたことや印象に残ったことなど、感想を頂きましたので、ご参考まで。

- たくさんさんのコーチングの機会が得られ感謝です。やはり一対一の会話は頭の中がフル回転し気づきが得られます。
できないことを他責にしていました。(NTさん)
- 違うタイプの3人にコーチングして頂いて、とても楽しかったです。また時間が短くなっていると思っていたら
のびていると聞いて、まだまだ話をしたいんだなと感じました。(Mさん)
- コーチングは体験的に学ぶことが重要と改めて感じました。場づくりも上手にされており楽しませて頂きました(鈴木)
- 個性豊かな3人をコーチングできました。
- 3人のコーチの実習でそれぞれ気づきがありました。(長谷川さん)
- コーチのあり方という点で、多くのコーチングを実際になされている方々にお会いできてよかったです。(Sさん)
- 久しぶりのコーチングモードが心地よく感じられました。自分らしい関わり方をもう少し深めてみたい。(ナカさん)
- 初めて会った方とも割と普通にコーチングに入れる自分を発見しました。(Tさん)
- 対面コーチングで非言語の部分に注意しつつ言語(質問等)に気をつける、もっと集中する必要があると思いました。
- 3セット大変よかったです、時間をおいてまた企画して頂ければと思います。(Sさん)
- 定期的に今回の内容ができればよかったです。
- 定期的に開催して頂けるとありがたいです。
- より多くの方が参加し、このような機会を通じて初めてコーチングを体験するような会になるといいですね。(鈴木)
- また参加させていただきます。(NTさん)
- 3回コーチングの実習でコーチ役ばかりでなくコーチの人もクライアント役を最低1回は体験する試みが有効だと考えま
やはり、クライアントの立場になることで相手の気持ち他の勉強になると思われます。(長谷川さん)

以上