

■11月勉強会

<コーチング体験会 開催報告>

<日時・場所>

平成28年11月30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>

ファシリテーター トミー(富川ようじ)&さとびよん(長安理代)が担当させていただき、ご好評いただいたの第2弾。
アイスブレイクの「共通点探し」で、見えているものだけでなく、
表面に見えていない、その人に内在することに関心を持つところも感じながらのスタート。

前半のコーチング体験は、希望者やカードをめくりつつ、異なるペアで3回実施し、
後半のコーチング体験は、グループに分かれて、1人のクライアント役に対して、リレーコーチングを行いました。

短い時間で次のコーチへバトンタッチしていくのですが、
異なるタイプのコーチが関わることで思いがけない揺さ振りがあり
とてもいい刺激となっていたようです。

コーチ役の方々も、振り返りで、

- ・他のコーチングを見ることによって自分の思い込みの枠が見えた
 - ・(異なるコーチからの)どんな質問でも機能する
 - ・拘らずに率直に聞くことの大切さ
 - ・考えるな、感じろ!
- など、いろんな気づきが飛び出しました。

中でも印象的だったのは、

クライアント役の方に、コーチング体験が初めてだった方がいたのですが
「コーチは「リードしてくれる人」という印象があった。
アドバイスではなく、質問されて戸惑ったが
結果、自分自身で考えて引き出していることに気づき、
コーチングの不思議さを体験した」
と話されていたことです。
まさに、「体験会」だからこそその出会いを感じて嬉しくなりました。

体験会は、コーチ役にもクライアント役にも、とてもお得な時間になったようです。
今後も実施していきたいと思いますので、是非またご参加くださいね!
(報告:JCAT河野 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。

- 1対1コーチング、リレーコーチング、クライアントへの承認カードの
プレゼント等幅広くユニークな気づきが多い企画に感謝します。
- 対面で行うことが少ないので、よい機会をいただきました。
- クライアントからのFBが自分が意識していない点についての好評化だったので
嬉しかった。その点を意識して磨いていきたい。(MT)
- コーチングって不思議 コーチとクライアントで創る不思議な時間(西さん)
- つつこみ、考えるな感じろ、こういう機会を作っていたいただいた皆様に感謝です
- リレーコーチング面白い、この企画いい素敵(NH)
- コーチに依頼する事項を、クライアントは「はっきりと」整理しておかねばな
らない。時間が少し足りなかった(田中さん)
- コーチングを通して自分を高めていこう、周りを幸せにしていこうという人々
がいらっしやる。

◆その他お気づきの点やJCATへの要望など

- 今後も本企画を含めて新しいアイデアを盛りだくさん期待しております。
- 次回を楽しみにしています
- いつもありがとうございます(MT)
- 本日もありがとうございます。あっという間の2時間になりました楽しかった！(西さん)
- たき火しましょう(NH)
- 毎回素晴らしい企画ありがとうございます(田中さん)
- まずはありがとうございました