

コミュニケーションスキル-1 <受容>

* グループコーチングも1対1のコーチングも基本は同じ

1. 相手を受容するとはどういうことか？

- ・ 相手を評価・ジャッジ・拒否しない
- ・ 相手の100%味方になる
- ・ 相手の現状をそのまま受け入れる

コミュニケーションスキル-1 <受容>

* グループコーチングも1対1のコーチングも基本は同じ

2. 受容するための第一歩＝「傾聴」

もっとも大事なスキル＝「傾聴」の目的

- ・ 尊重していることを相手に伝えるため
- ・ 相手を理解するため

コミュニケーションスキル-1 <受容>

* グループコーチングも1対1のコーチングも基本は同じ

3. 「傾聴」の基本

- ・ 体を聴く姿勢にする
- ・ 相手の話を途中で遮らない
- ・ 早わかりしない
- ・ 相槌・頷き・促しを入れる
- ・ 自分の話にもっていかない

コミュニケーションスキル-1 <受容>

* グループコーチングも1対1のコーチングも基本は同じ

4. 「傾聴」できない時はどんな時か理解する

どんな時に、自分は相手の話を聴けないのか、
考えてみる

↓
「課題」