

秋田県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会研修会

秋田県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会の今年度2回目となる研修会が次のとおり開催されました。

日 時：令和7年2月17日（月）午後13時30分～

場 所：秋田県スポーツ科学センター

講 師：平野 順子 氏（Coaching Office 代表）

テーマ：『人材育成・組織運営に活かすコーチング』

～日常会話で使えるコーチングの基本姿勢とスキル～



内 容：1 コーチングの概要

(1) コーチングとは？

(2) コーチングとティーチング

2 相手の話をよく聴く（傾聴のスキル）

(1) 「よい聴き方」とは？

(2) 傾聴の姿勢 ①受容 ②共感

(3) なぜよく聴くことが大切か？

(4) 話を聴くときに心がけること

3 相手の考え、行動を認め、支持する（承認のスキル）

(1) 承認とは？

(2) 何に焦点を当てて承認するか

(3) 承認の効果

以上の内容でワーキングを含めた2時間の講義を実施しました。



【参加者の感想】

○ティーチングとコーチングの違いをわかりやすく説明してくれた。

○演習ができて良かった。コーチングについて確認ができた。

○大変勉強になった。コーチングを難しく考えていたが身近なことなので自分を見つめ直す良い機会になった。

○キーワードを上手く使いこなすことがコミュニケーションの向上につながる事がわかった。

○今後の職場でのコミュニケーション取り方や関わり方が勉強になった。

○わかりやすく飽きさせない話し方で参考になった。