

コーチング指導者育成コース  
[募集要項]

さまざまな場面で生きるコーチング



SHORINJI KEMPO  
少林寺拳法

2022年3月

一般財団法人 少林寺拳法連盟

## 《 理 念 》

# 人の可能性を信じ、それを引き出す

一般財団法人少林寺拳法連盟（以下、当連盟といいます）は、少林寺拳法創始者・宗道臣の教育理念をもとに、現代社会に必要な人財を育てる公益事業を推進しています。

欠点を指摘するティーチングだけでは、指導能力が不十分な時代となり、指導対象者の元気・やる気を引き出し、主体的な学びと行動に繋げるコーチングが必要とされています。

コーチングを学び、自らの人間性を高めようという動機は、自己に内在する成長の可能性を引き出します。そして、身につけた情報や知識を、誰かの幸せや喜びに繋げることができる人間性の向上こそ、いま私たちが目を向けるべき教育課題だと考えられます。

自己に内在する成長の可能性を真に感得できるのは、人の可能性を信じ、それを引き出すスキルを持った人と向き合うことができたときです。

自宅にいても、屋外にいても、高速通信が可能な超情報社会の現代、情報や知識を身につけることは、十分可能な時代となりました。そこで、公益事業として本コースを設置いたしました。

あなたが可能性を信じている人のために。  
あなたがそれを引き出せるようになるために。

ともにこのコースで、コーチングのスキルを身につけませんか？

## 《 得られるもの 》

コーチングマイスター

コーチングトレーナー

コーチングアンバサダー

当連盟はコーチングを学ぶ3つのコースを設置します。

履修するコースによって3つの資格が取得できます。いずれの資格も当連盟公認のもので、当連盟より認定証を発行いたします。

### ◆ 最高峰の資格 コーチングマイスター（プロコース修了認定者）

マイスター（ドイツ語で名人、巨匠などの意）の名が示す通り、当連盟のコーチングノウハウの全てに精通し、それらを人に伝える高い技量も持ち合わせた方に贈られます。不特定多数のコーチングを求める方々に講習を行い、相談に乗りながらサポートしていくことができます。

### ◆ 伴走者の資格 コーチングトレーナー（アシストコース修了認定者）

コーチングノウハウの基礎的な内容に精通し、コーチングを学ぶ人々を支え、学びの伴走者となる方に贈られます。コーチングを求める方々にとっての頼れる先輩として、コーチングマイスターの行う講習を補佐することができます。

### ◆ 最もフレンドリー コーチングアンバサダー（ライトコース修了認定者）

コーチングの入門編を履修し、コーチングをご自身の生活に取り入れ、パートナーや周囲の方を支援することが出来ます。

## 《 できること 》

コーチングを、習得・修得・体得する段階ごとに

自己成長がはかれ、自信を持てます

親子、上司と部下、先生と生徒など、人間関係が良くなります

指導対象者の成長の可能性を発芽させ、目標実現をサポートできます

生活や仕事をさらに明るくできます

当連盟の公認資格（3種）は履歴書に書けるものです

### ◆ 人間関係向上

コーチングは、自分や他人と正しく向き合うためのスキルです。

正しい向き合い方を修得することにより、人間関係を円滑に理解し合えるようになります。

### ◆ 誰かの成長は、誰かの喜び

誰もが、自分にとって大切な人の成長を願っています。

願う人（指導・育成者）にとっては、その人の成長が喜びとなります。

コーチングはその人の持つ可能性を自覚させ、潜在能力を引き出すスキルです。可能性を自覚させ、潜在能力が引き出されることによって、その人は成長します。

### ◆ 生活や仕事が変わる

成長の喜びであふれた家庭や職場、様々な空間は、幸せそのものです。

コーチングの最終目的は、自他の成長にとどまらず、その周囲の人々や環境まで明るく幸せに変えてしまうことです。

### ◆ 履歴書に書ける

当連盟は現代九武道の一角として、日本武道館および日本武道協議会に加盟しています。また、日本スポーツ協会や日本スポーツ少年団の一員でもあり、権威ある各団体が推進する教育プログラムと協調して事業を進めています。

前述の通り、コーチングは社会で必要とされている指導技能であり、当連盟の発行する各資格を履歴書に記載していただくことで、あなたに寄せられる期待は一層高まると考えられます。

## 《 講 師 》



さまざまな場面で活躍する――

# マイ・コーチングスキル

少林寺拳法はカラダとココロを同時に育てる教育活動です。その中で培われた「やる気を引き出し自己の可能性を信じさせる指導法」と、世界的に注目されている各種のコーチングメソッドが融合した講座が誕生しました。コーチングは、学校・職場・家庭など、およそ人間関係のあるところには様々な応用ができるノウハウです。

おおはら かずすみ

講師

大原 一純

日本スポーツ協会公認  
コーチディベロッパー  
(コーチ育成者)

35年間にわたり万余のクレーム、トラブル事案に従事した経験より、コーチング、ペップトークの必要性を実感。国内外の指導技術スキルを体系的にまとめたコースにて、指導技術向上をサポートします。

【保有資格】 国際コーチング連盟プロフェッショナルコーチ  
国内大手コーチングスクール認定プロフェッショナルコーチ、  
日本ペップトーク普及協会認定講師、上級心理カウンセラー、  
スポーツ心理トレーナーなど

一般財団法人 少林寺拳法連盟 〒764-8511 香川県仲多度郡多度津町本通 3-1-59

## 例えばこんな時のために・・・

～ 言葉がけを少し変えるだけで人間関係がスムーズに ～

### 1、【家庭編】以下のことで、イライラしたり、子どもを叱ったことがありますか？

◆いい加減にしてください！！ゲームばかりやってないで、勉強してください！

- ☑ 親はとても心配ですが、子どもにとっては受け入れられない言葉がけになっています。
    - ・子どもが、遊んだり、ゲームをしたりすることは、具体的に何が悪いのでしょうか？
    - ・「××するな」、「○○しろ」と言われて、子どもは、やる気がおきると思いますか？
  
  - ☑ ゲームはもうやめなさい！！【脳は肯定形と否定形を判断できない】
    - ・「ゲームをするな」も、「ゲームをしろ」も、頭には、「ゲーム」が強く残ります。
    - ・親として、子どもがゲームをすることの何が問題なのでしょう？
    - ・寝坊すること、宿題をやらないこと、倫理上の問題などの整理をします。
    - ・寝坊が問題の場合は、「いい加減にしてください！！ゲームばかりやってないで、勉強してください！だから成績が伸びないのよ！」と、精神論的な反省を促すより、以下のように、プロセスを自分で考えさせて、褒めることの方が効果的です。
- ➔ 「どうして、起きるのが遅かったの？」⇒「遅くまでゲームやってたから」
  - ➔ 「途中でやめられなかったの？」⇒「楽しくて時間を忘れてた」
  - ➔ 「そう、楽しかったんだあ。じゃあ、何時に寝たらいいと思う？」
    - ⇒「11時。目覚ましも2個セットする。」
  - ➔ 「11時に寝られるように工夫をして、目覚まし時計を2個かける、イイね」

### 2、【職場編】以下のことで、イライラし、部下を怒ったことはありますか？

◆部下はできない奴ばかり。どいつもこいつも、欠点だらけだ！しっかりしてよ！

- ☑ 欠点のない部下はいません。しかし、長所のない部下もいません。【長所融合主義】それぞれの長所を探し、長所と長所を組み合わせると、より良い成果が作れます。
- ➔ 「Aは企画力が素晴らしい、Bは行動力、Cはコミュニケーション力が長けている。三人で協力して、成果を作って欲しい。期待してるぞ！」

## 《 募集要項 》

### 1. コースの概要

今回のご案内は「ライトコース」です。

このコース修了認定を受けますと、次年度に次のコースが受講可能となります。

「ライトコース」 ⇒ 「アシストコース」 ⇒ 「プロコース」

**【ライトコース】 取得資格：コーチングアンバサダー ※コーチング基礎・初級**

履修期間	・オンライン講座：90分×20回(講座30時間) ・家庭学習(予習、復習)：60分程度 ・オンライン講座にリアルタイムで参加できない方のために、録画の配信も行います
日 程	4月26日、5月11・25日、6月6・22日、7月8・23日 8月9・31日、9月15・28日、10月14・26日、11月11日 12月6・22日、1月6・24日、2月9・24日【各回20:00~21:30】
カリキュラム	・コーチングの基本・初級講座(コーチングマインド、コーチングスキル) ・ペップトーク体験、アンガーコントロール、アドラー流心理学Ⅰ ・コーチングセッション体験(参加者からの質疑応答・各種相談)
教 材	・コーチングの基礎ワークシート、初級コーチングワークシート ・ペップトーク、アンガーコントロール、アドラー流心理学講座の事前動画
定 員	50名程度
応募資格	16歳以上
修了認定	ワークシートを3ヶ月に一度提出し、70%の理解が認められた方に、「コーチングアンバサダー」の資格を付与いたします
受講料(税込) (5月~2月)	月 額：3,000円(学生2,000円) 一括払い：29,000円(学生19,000円) ※4月開催の講座は5月分に含む ※払込期限：前月20日まで(5・6月分は5月20日)
準 備 物	当連盟の提供する教材、筆記用具 インターネット接続されたパソコンもしくはスマートフォン、タブレット フェイスブック、クローム、グーグルフォームの環境があればベストです

### 【このような方におススメ】

教職員、会社員、子育て中(予定)の方、スポーツ指導者・補助員  
少林寺拳法の拳士(16歳以上の学生)指導者、幹部拳士

## 2. 応募方法

以下の案内に従って、指定のURLより必要事項をご記入ください。(Google フォームを使用)  
フォームからの申込みが完了しましたら、自動返信メールが届きます。  
受講料の納入方法につきましては、事務局から別途ご連絡いたします。

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfeUogjIh iASRbaAnXrdcIPjJJZ5rw2otTf8pCCFLw-fSVAQ/viewform>



左記のQRコードを読み取ると  
フォーム画面に遷移します。

[応募締切]

全コース共通

一次〆切

4月15日(金)

[お問合せ先]

一般財団法人 少林寺拳法連盟 / 河村・藤原

Eメール    coaching@shorinjikempo.or.jp  
電話        0877-33-2020



## 《参加者された皆さんの声 ♪♪》

2021年度、本コースで学ばれた140名の方々の声を紹介します。

- ・ちょっと対人関係にトラウマがあったんですが、最近それもいい経験だったのかなと思えるようになってきました。コーチングのおかげです。心の知能指数あがってきてるかも！と前向きに捉えています。
- ・難しいことをやりがいに変えて取り組み続けているのもコーチングを学んで指導育成したいという前提条件があるから続けられるということを理解できました。コーチングも修行なんだなと実感しています。
- ・オンデマンド復習して難しそう！とドキドキしながらの参加でしたが、学び深い時間はあっという間で、今日も参加してよかったです。
- ・劣等感があり、自信が持てなかったが、10ヶ月を通して、自分の良いところも、不足の部分も併せて自分だということに気づき、前向きな姿勢を持って、今後の成長計画をたてることもできました。ご指導頂きました講師、一緒に学んで頂きました仲間に感謝いたします。
- ・今回の様な掘り下げ方は、気付きをもらうばかりか改めて自己を見直す機会となり大変勉強になりました。ありがとうございました。
- ・ブレイクルームにおいて課題を理解しきっていない私に対し、講師は上手に答えを導きだしてくれました。答え終わった私は、これが学びたかったことだと改めて思いました。ありがとうございました。
- ・今日もとても楽しかったです。コーチングを学び日々の生活がどんどん楽しくなっています。
- ・道場だけではなく、職場でも、家庭でも活かせるコーチングを学んで、本当に良かったと思います。今後も、参加者の皆様と楽しく学びたいと思います。
- ・コーチングを学んで一番の成果は、あまり怒らなくなったこと。家族との関係が良くなり、家族みんなの笑顔が増えたことです。
- ・本コースを学び驚いたことは、あまり怒らなくなり、家内の笑顔が増えたこと。部下や、子どもも話しかけてくれるようになりました。家内とは、旅行計画も企画中です。

