

1、コーチング指導者育成コースの紹介

コーチングとは、「プレイヤーが目標に向け、自ら考えて行動する能力を、指導者の巧みな対話を通じて引き出す」コミュニケーションスキルです。

本コースは、指導現場で活用できる以下のコーチングマインドとスキルを紹介しています。

拳士が元気・やる気が出る方法、指導者の感情コントロール法、少林寺拳法が目指す5つの「人づくり像」の育成法のヒント、精神疾患（旧称：発達障がい含む）の方の配慮法、大会や昇格前に自信をなくし緊張している拳士や失敗した拳士への声掛けなど。

2、コースの内容

① コーチング基礎講座（オンライン無料体験）

開催日時：8月28日（水）20：00～21：30

テーマ：主体性を向上させるためのコツ

参加資格：16歳以上（少林寺拳法非会員の方）

参加方法：以下の「Google form」にてお申込み下さい。

<https://forms.gle/dXFQimfrHuf2m4pH9>

先着順（60名定員）となりますので、受講できない場合もありますので、ご了承ください。

② ライトコース（初級）2024年度は、定員となり締め切りました。

参加資格：16歳以上（少林寺拳法非会員の方）

内容：コーチングの基本的なマインドとスキルを習得します。

5月～翌年2月の20回開催、月2回、毎回2時間の有料オンライン講座。

参加方法：毎年12月頃に申し込み案内を公開し、1月から3月末まで受け付けます。

③ アシストコース（中級）2024年度は、定員となり締め切りました。

より高度なコーチングマインドとスキルを学び、コーチングトレーナー資格を所得します。

5月～翌年2月の開催、月2回、毎回2時間の有料オンライン講座。

④ プロコース（上級）2024年度は、定員となり締め切りました。

アシストコース修了者が、講師実習をへてコーチングマイスター資格を取得します。

5月～翌年2月の開催、月2回、毎回2時間の有料オンライン講座。

3、各地におけるコーチング講習会開催

各地区でコーチング講習会・講演会開催をご希望の際は、ご希望のテーマや内容とともに

2ヶ月前までに、一財連盟振興普及部まで申請下さい。

なお、講習会、講演会開催の都道府県在住の講師が登壇する場合は、本部申請は不要です。

◆支部長研修会

(1)趣旨

時代に即した指導法（主体性を向上させるコツ、精神疾患・旧称発達障がいなどの対応）について、講師がお芝居形式で役を演じ、学んで頂きました。

(2)感想

指導者が時代に応じた知識を知っているか否かで、指導対象者の成長が大きく変わることを認識した、様々な特性を持つ子どもの長所を活かせる指導を行って社会に役立つ人になってもらいたい、社会に出たらもっときつい場面に遭遇するのでこれまで通り厳しく指導してもよいのではないかなど、様々な感想や気づきを感じて頂きました。

(3)開催日、場所、講師

6/23香川県（講師：大原一純、田中徳幸、内原晃子）、6/29東京（講師：加藤明、中川貴司、樋笠亮太）、7/13北海道（講師：桑原俊樹、矢原）、7/19オンライン動画（講師：大原一純、小野塚加寿子、樋笠亮太）





4、コーチングマイスターの紹介

田中剛人（たなか たけと）

少林寺拳法連盟 公認コーチングマイスター

少林寺拳法連盟 五段

高校教員

新国際空手道連盟 芦原会館

京都廣学館高校支部長



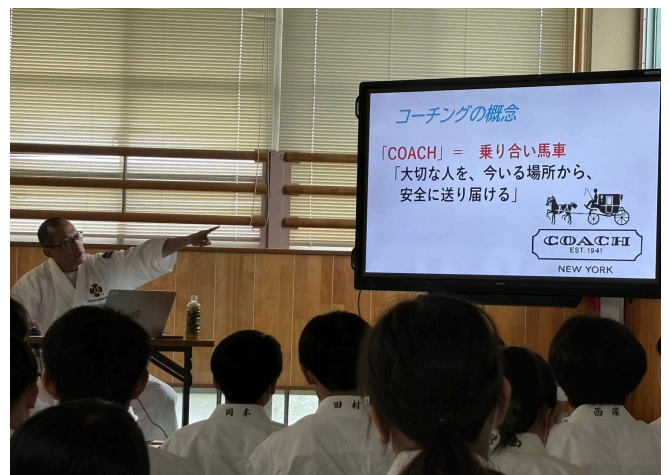
教員の私がコーチングを学ぼうと思ったきっかけは、日々の教育活動の中で私自身に少々行き詰るところがあったと同時に、今後の教育に関わる仕事に携わっていくのであれば、更なるスキルアップの必要性を強く感じていたからです。そこへ少林寺拳法連盟がコーチング講座を開講していることを知り、この情報を手に入れたことを一つの「縁」だと思い受講を決心致しました。

コーチングのマインドとスキルを学び、その手法を指導に取り入れることで、今までとは違った指導展開やアプローチが臨めるようになり、自分の中で意識改革が始まっていき、手応えも少しずつ感じられるようになっていきました。

具体的には、生徒の欠点指摘が多かった私が、生徒の長所を発見し、頑張ってきたその過程を認めたり、生徒の気持ちを傾聴するようになったことです。その結果、生徒から信頼され、安心して自発的に話してもらえるようになりました。コミュニケーション力が各段にアップしたことにより、「場づくりの力」や「人を活かす力」、「自分を整える力」がついてきたように思います。

コーチングのコミュニケーションスキルを学び、相手に対して、様々な質問を投げかけることで、人の持つ力や想いをどんどん引き出し、考える力や行動する力を育てることで、相手の自発性を尊重しながら成果を上げることが出来ることを実感しています。

今後は、生徒が「できる」といった可能性を見出し、生徒と共に困難を乗り越える力をさらに高めていきたいと思っています。



指導に携わる方々には、令和の時代にあった指導法を学び、指導対象者の可能性を信じ、より潜在能力を引き出せる足掛かりを得て、指導者、指導対象者、並びにその周囲との関係性をより良いものとなるように構築されることをお勧め致します。

菊地 正克（きくち まさかつ）

少林寺拳法連盟 公認コーチングマイスター

- ・金剛禅総本山少林寺日立南道院長
- ・茨城県教区講師
- ・少林期拳法連盟 介護マスター



私は以前、同僚にも、取引先のお客様にも、「え～なんで～」、「そんな急に言われても」、「それは無理だよ！」など、すべて「否定」から入る癖がありました。

ですから若手社員とのコミュニケーションもうまくいきませんでした。ある日、若手社員に自分のイメージを聴くと、「菊地さんは怖いイメージがある」とのことで愕然としました。

そこで、コミュニケーション力アップのため、少林寺拳法連盟のコーチングコースを受講しました。すると私のこれまでの言動、表情一つ一つのどこに問題があるかを、論理的に学ぶことができました。例えば、人は「どんなことを言ったか」より、その人の顔の表情や言葉の抑揚など雰囲気などが優先されて相手に伝わるという「メラビアンの法則」を知りました。

反対に、私が「わかった？」と、若手社員に言った際、「はい」と言っても、その若手社員の顔の微妙な表情を観察すると、言葉は「はい」でも、心は「あまりよく分からない」と思っていることに気づけるようになりました。これらは、私にとって飛躍的コミュニケーションアップとなりました。

今年の3月末、営業部門長より若手社員の育成のために会社に残ってくれないかとの話があり、これはコーチングを活かすチャンスと思い、週3回の勤務条件で残ることになりました。

若手社員を食事に誘い「アイコンクトをして」「いい姿勢で」「頷きながら」、「笑顔で」「オウム返し」（5つの言葉の頭文字をとって“あいうえお”の法則）で積極的傾聴をするようになると、若手社員の私に対する接し方も、自己開示をしてくれるなど変化があらわれてきました。

また、最近「ありがとうございます」の言葉が笑顔を添えながら言えるようになりました。すると相手もまるで鏡のように笑顔になってくることに気がきました。笑顔を添えた「ありがとう」という感謝の表情と言葉は、人と人をつなぐ架け橋であることを実感しています。

今では、仕事の話ばかりではなく何気ない些細な会話も増え、楽しい毎日を過ごすことに幸せを感じています。

5、コーチングマイスター

少林寺拳法連盟コーチング指導者育成コースでは、3年間にわたり、少林寺拳法の教えと、日本スポーツ協会のコーチング理念をベースに、心理学、脳科学にもとづく多様なコーチングスキルを修得します。

その後、講師実習として、講座、講習会、セミナーなどに講師として登壇して講師スキルを磨いていただきます。

以下のマインドとスキル試験に合格したコーチングマイスターは、コーチング公認講師としても任命されます。

①講師資格取得のための内容

コーチングマインドとコーチングの基礎知識、コミュニケーション力改善指導、心理学交流分析とカウンセリング、主体性向上の指導、1on1コーチングセッション、チームコーチング、ショートコーチング、ペップトーク、アンガーコントロール、ハラスメントの未然防止、ストローク欠乏症の見立てと対応スキル、精神疾患の見立てと対応スキル、神経発達症群（旧称：発達障がい）の見立てと対応スキル、講演・研修・講座の企画（教材製作と活用）スキルなど

③FT 講師実習修了者

- ・北海道：栞原俊樹
- ・岩手県：佐藤正則
- ・長野県：小山さちこ
- ・茨城県：菊地正克
- ・新潟県：小野塚加寿子
- ・福島県：川井祐宜
- ・千葉県：新井良太、尾崎安展、樋笠亮太、吉開幹大、今安祥智
- ・埼玉県：土屋晴彦、澤田良典
- ・東京都：加藤明、松田行裕、秋山俊之
- ・神奈川県：草山真紀夫、中川 貴司、矢ヶ部俊之、森藤浩志
- ・静岡県：藤森正和
- ・愛知県：鈴木貴博、関根亜樹、酒井征代
- ・京都府：川崎真希、田中剛人
- ・大阪府：田中徳幸、森田 史郎

- ・兵庫県：中野 多恵
- ・鳥取県：森崎健一
- ・香川県：内原晃子
- ・本 部：大原一純

以 上