

「前向き」引き出す会話術

松江で子育てコーチング教室



足立代表(左)の講義を聞く参加者

コミュニケーション
技術を指導する日本コ
ーチ協会山陰チャプタ
ー(足立博俊代表)は、

子育てコーチング教室を松江市内で開いた。参加者は子どもの前向きな気持ちを引き出す会話術を学んだ。

国際コーチ連盟プロフェッショナル認定コーチの足立代表らが講師を務め、子育て中の親ら15人が参加した。参加者は「子どもに振り回されてつい怒鳴ってしまい、身も心もくたくたになる」などの悩みを打ち明けた。足立代表は対応策として「何々なんです」と同じ言葉を繰り返す

リフレインが有効と指導。「ちゃんと聞いていると相手に伝えることで共感が生まれる」と助言した。

また「たたくのをやめなさい」と話すより、「あなたがたたいいていのを見ると私は悲しい」と「私」を主語に話し掛ける技法を伝えた。出雲市から訪れた矢野千佳子さん(48)は「実践で理解が深まった。日常会話で使ってみたい」と話していた。(岡宏由紀)