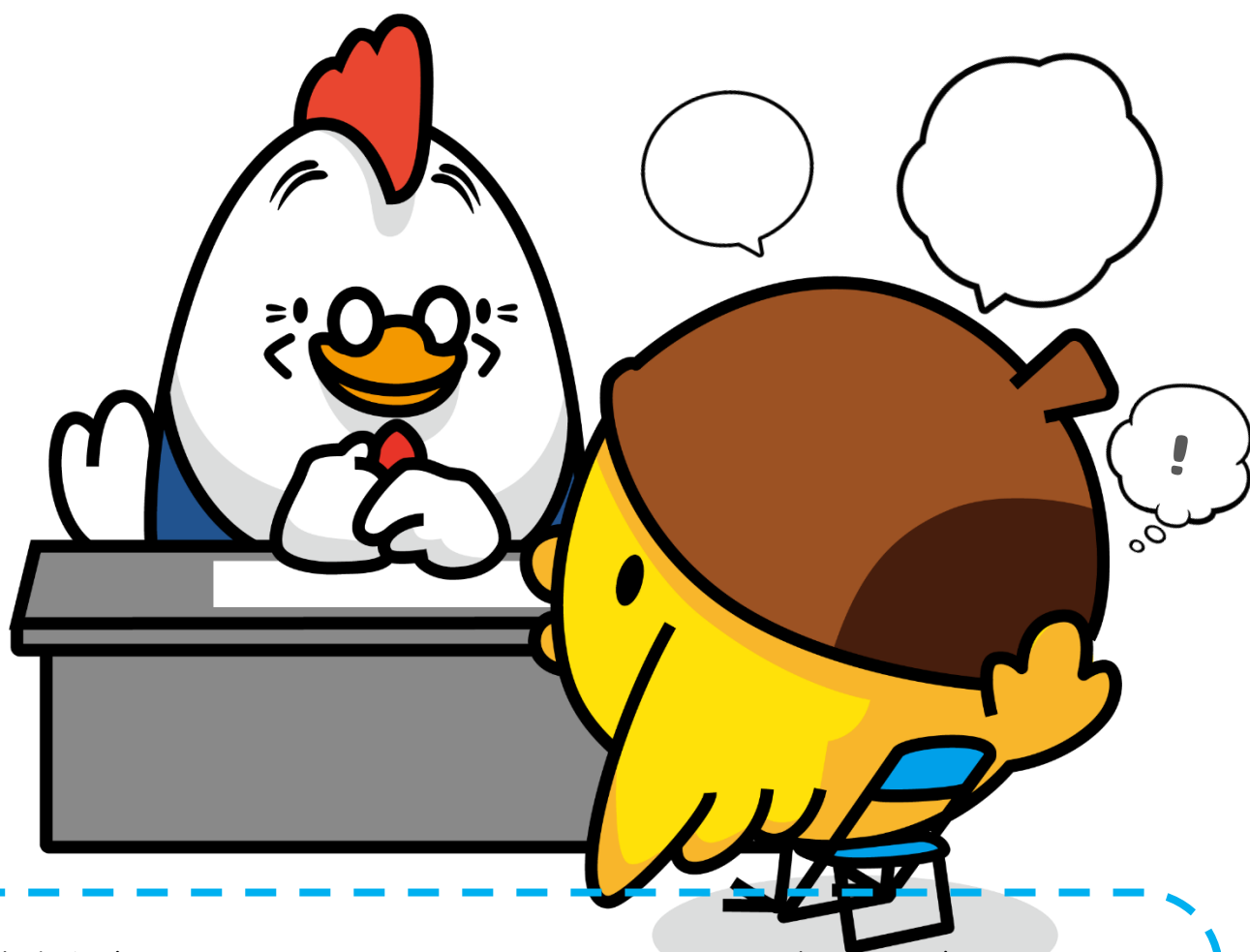


コーチングでコーチがう！

～相手が変わる、自分も変わる～



在宅業務などでコミュニケーションの取り方は現在進行で変化しています。その中で、個性を尊重しつつ相手の能力を引き出すためのコミュニケーション方法であるコーチングは、今や管理職には必須と言われるスキルです。

今回は、その具体的な方法や事例などが載った資料や、話し方や聞き方など基本的なコミュニケーションスキルについての資料をご案内します。





コーチングを学んでみよう！



★コーチングとは

- ① コーチすること。指導・助言すること。
- ② 本人が自ら考え行動する能力を、コーチが対話を通して引き出す指導術。
(『広辞苑 第7版』岩波書店, 2018年より)
※ ここでは②の意味で使用しています。

★コーチングについて調べるためのキーワード

コーチングについて知りたいときは、下記のようなキーワードで図書館の資料を探してみよう！

経営管理／マネジメント／リーダーシップ／指導力／潜在能力

★参考資料を使って調べる

中央図書館にある「参考・地域行政資料コーナー」には、下記のような資料で調べることができます。貸出ができませんのでご注意ください。

タイトル	著者	出版者	出版年	請求記号
ビジネス・経営学辞典 新版	二神恭一／編著	中央経済社	2006	R335.0/フ
誠信心理学辞典 新版	下山晴彦／編集代表	誠信書房	2014	R140.3/セ

★コーチングを学ぶためのブックリスト

コーチングの基本を学び、実際の仕事に生かすために参考となる資料を紹介します。

タイトル	著者	出版者	出版年	請求記号
コーチングの基本 新版	コーチ・エィ／著	日本実業出版社	2019	336.4/コ
コーチングの基本とツボがよくわかる本	土岐 優美／著	秀和システム	2018	336.4/ト
すぐに役立つ！コーチングの基本と活用法	中城 卓哉／著	アニモ出版	2018	336.4/ナ
コーチング入門 第2版	本間 正人・松瀬 理保／著	日本経済新聞出版社	2015	336.4/ホ
チームを変える習慣力	三浦 将／編	クロスメディア・パブリッシング	2019	159/ミ



コミュニケーション能力を高めよう！



コーチングは上司から部下への指導術ですが、職場では部下を指導する以外にもさまざまなコミュニケーションが必要とされ、悩みを抱えている方も多いのではないのでしょうか。

★調べるためのキーワード

コミュニケーションの方法やスキルについて知りたいときは、下記のようなキーワードで図書館の資料を探してみましょう！

人間関係／人付き合い／話し方／伝え方／聞き方／傾聴／気遣い

★インターネットで調べる

コミュニケーションにおいて悩んだときには、下記のような相談窓口があります。

・「東京ウィメンズプラザ 夫婦・親子、生き方、職場の人間関係などにお悩みの方」
(<http://www1.tokyo-womens-plaza.metro.tokyo.jp/consult/tabid/87/Default.aspx>)

・「中野区 男性のための悩み相談」
(<https://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/101500/d001679.html>)

★コミュニケーション能力を高めるためのブックリスト

相手が何を考えているのかわからない、話すのが苦手、教えるのが苦手、書くのが苦手、聞くのが苦手、苦手な上司や部下、同僚がいる……。職場でのコミュニケーションにおける悩みは十人十色です。ここではコミュニケーション能力を高め、そんな悩みを解決する手助けをしてくれる資料を紹介します。

タイトル	著者	出版者	出版年	請求記号
ビジネス心理学大全	榎本 博明/著	日経 BPM	2020	335.1/工
「話すのが苦手、でも人に好かれたい」と思ったら読む本	権藤 優希/著	きずな出版	2020	361.4/ゴ
思い通りに伝わるアウトプット術	山口 真由/著	PHP 研究所	2020	336.4/ヤ
ハーバード流「聞く」技術	パトリック・ハーラン/著	KADOKAWA	2020	361.4/ハ
できる人は必ず持っている一流の気くばり力	安田 正/著	三笠書房	2018	336.4/ヤ



オンラインデータベースで調べてみよう!



中央図書館では、オンラインデータベースが使えます。

参考・地域行政資料コーナーまでお越し下さい。

種 類	できること
聞蔵Ⅱビジュアル	1879年から当日までの朝日新聞の検索
日経テレコン	1975年4月から当日までの日経4紙の新聞記事や企業情報などの検索
MAGAZINE PLUS	一般誌・総合誌の雑誌記事検索や学术论文などの検索
官報情報検索サービス	1947年5月3日から当日までの官報記事の検索
WHO PLUS	歴史上の人物から現在活躍する人物、約32万人のプロフィール検索
D1-Law.com	判例情報、法律の改廃記録、法律判例文献情報など

例えばこんな検索ができます。(※2020年9月10日時点のデータです。)

データベース	記事情報	掲載誌	請求記号
聞蔵Ⅱビジュアル 過去1年で検索 「コーチング」76件	(新型コロナ) 悩み解消、ネット講座トライ 御所実コーチ・ニノ丸さん、保護者へ「指導」／奈良県	朝日新聞 2020年5月24日朝刊 奈良全県・1地方17面	中野区立図書館所蔵の朝日新聞・日本経済新聞では見られない、地方版の記事が見られます。
	A I が先生、人はコーチ 塾・予備校の授業風景が激変	週刊アエラ 2020年3月30日62頁	
日経テレコン 過去1年で検索 「コーチング」56件	理想の「コーチ」自ら探す、新興、適性分析しマッチング、中堅・若手、対話で気づき。	日本経済新聞 2020年5月8日朝刊8面	
	若手も学ぼう「コーチング」——対話重ね、能力引き出す(B i zワザ)	日本経済新聞 2020年3月10日夕刊2面	
MAGAZINE PLUS 過去1年で検索 「コーチング」58件	夏季職員トップセミナー コーチング：役職者の役割	ファイナンス 2019年11月号 p.68-74	雑誌
	学習する組織に欠かせない リーダーのコーチング能力を高める方法	Harvard business review 2020年7月号 p.46-57	雑誌

関連のある過去のパスファインダー（調べ方案内）も見てみよう！

中央図書館 第45回「それいけ!イクボス みんなの生活守るため」

<https://library.city.tokyo-nakano.lg.jp/lib/files/chuopath201845.pdf>

中央図書館 第32回「コミュニケーションギャップ！ 職場でメンタルだめんなる!？」

<https://library.city.tokyo-nakano.lg.jp/lib/files/chuopath201632.pdf>

中央図書館 第18回「仕事に行きたくないと思ったら」

<https://library.city.tokyo-nakano.lg.jp/lib/files/chuopath201418.pdf>



※掲載されている資料、リンク先は発行時のものとなっております。