

## 連載コラム

### ～ コーチングコミュニケーションが人を育てる ～ <第16回>

皆さま、こんにちは～(´▽`)/

ドリームフィールドの阿部侑生です。

日増しに春らしい天候が多くなってきた今日この頃、いかがお過ごしだったでしょうか？

私の家では2月の節分が過ぎた頃、娘がインフルエンザにかかってしまいました。

あんなに頑張って予防していたのに、バレーボールの試合で他校の生徒から感染してしまいました(涙)。

しかし辛い時期が過ぎると、学校を堂々と休むことができ嬉しそうでした(笑)。

そんな中、某高校のPTA行事で保護者の皆さまに「子どものやる気を引き出すコーチング」という講演をさせていただきました。思春期の子どもたちとのコミュニケーションに悩みを持つ保護者の皆さまに、コーチングの話をして笑顔いっぱい盛り上がったのですが、一番前の真ん中の席に座っているお父さんが、いちいちブツブツ独り言を呟くのです。

「いい話だけど、家族をほめるのは恥ずかしい」「言いたいことはわかるけど、実際は難しい」

「多分、オレはできない」などなど。そのお父さん、悪気はないのだけれど、癖なのかな～。

いちいち私の話をネガティブな感想で締めくくるのです。

でも、そういう人、案外あなたの身近にもいませんか？

楽しい話で会話が弾んでいるときに、「でも」「だって」「どうせ」「できないよ」など、

ダ行から始まる言葉「Dワード」でバッサリ打ち消してくる人。

ちなみにこのDワードを使うといいことはありません。

知る人ぞ知る、人気占い師、ゲッターズ飯田さんも

「貧乏な人はね、でも、だって、どうせ、できない、が口癖だ」と言っています。

せっかく楽しい話をしているのに興ざめしてしまいますよね。

ですので、私がおすすめたのは「後よし言葉(あとよしことば)」です。

これはとつてもおすすめです！

使っていると好感度がアップして、周りにもいい影響を与える言葉の使い方です。

使い方は簡単。

ネガティブな言葉を行ったとしても、最後は良い言葉で締めるのです。

例えば、「疲れた～！でも頑張った。私、エライ(^-^)」とか、

「数学、難しい！でもとりあえずやれるところまで頑張ってみよう！」など、

最後を前向きな言葉で締めくくるだけ。

後よし言葉って、すごく感じいいですよ～。

見ていると清々しいというか、こちらまで元気をもらえます。

子どもは親の鏡。きっとね、子どもたちにもいい影響があるような気がしますよ。

本当に簡単ですのでぜひ試してみてくださいね～。

### ★今日のポイント★

インフルエンザウィルスより、後よし言葉ウィルスを感染させましょう～(´▽`)/

#### \*プロフィール\*

阿部 侑生（あべ ゆき）

ドリームフィールド代表。

文部科学省認可（財）生涯学習開発財団認定プロフェッショナルコーチ。

フリーアナウンサーとしてミヤギテレビ「OH! バンデス」(95～04)等、レギュラー出演、その後、ビジネスコーチとして独立。

「コミュニケーションスキルの向上」「自発的な部下の育成」

「子どものやる気を引き出すコーチング」「人生を変えるスマイルパワーについて」等をテーマにしたコーチング研修、コミュニケーション研修講師として活動中。

経営者、起業家へのパーソナルコーチングも行っている。