

A ファウンデーションを確立する

1 コーチの倫理に反していない（ひとつでも該当したら×）

- 1 ICF が定める倫理規定に反した場合
- 2 ティーチング、コンサルティング、メンタリングをしている場合

2 コーチングに関する同意を取り交わしている

- 1 コーチはセッションの中でクライアントに何を達成したいかについて特定したり、再確認させたりしている
- 2 コーチはセッションの中でクライアントに達成したことを測る方法について特定したり、再確認させたりしている
- 3 コーチはセッションの中でそれを達成することの何がクライアントにとって大事であり、意味があるのかについて掘り下げている
- 4 コーチはセッションで達成したいことに向けて、何に取り組んだり、解決したりしなければならないかをクライアントが特定できるようにしている。
- 5 コーチはクライアントから指定されない限り、クライアントが望む成果の方向に向けて会話を続けている。

B 関係性をともに築く

3 信頼感と親密感を築いている

- 1 コーチはコーチングのプロセスにおけるクライアントの取り組みを認知し尊重している
- 2 コーチはクライアントへの支援を表現している
- 3 コーチはクライアントが十分に話したいことを表現できるように働きかけている

4 コーチングが起こっている

- 1 コーチはクライアントが達成したいことと、クライアント自身について、両方ともセッションの中で扱っている
- 2 コーチは観察者であり、クライアントに共感し、反応している
- 3 コーチはクライアントのエネルギーが変わったことに気づき、そのことについて掘り下げている
- 4 コーチはより多くのことを学ぼうとする好奇心を示している
- 5 コーチはセッションの中で起こることについて、クライアントが選択するのをパートナーとして支援している
- 6 コーチは自分が提示したことに対しクライアントが自由に応えたり、コーチがまた、それを受け入れることができるような協力関係をクライアントと築いている
- 7 コーチはクライアントが表現した様々な可能性をクライアントに一旦戻し、クライアントとともに、そこから選択できるようにしている
- 8 コーチはクライアントが自ら学んだことを自分の中でまとめることを支援している

C 効果的なコミュニケーション

5 アクティブ・リスニング

- 1 コーチの質問と観察は、クライアントについての理解と、クライアントが置かれている状況を理解した上で、カスタマイズしている
- 2 コーチは、クライアントの「言葉づかい」について質問したり、話題にしたり、掘り下げたりしている。
- 3 コーチは、クライアントの「感情」について質問したり、話題にして掘り下げたりしている
- 4 コーチは、クライアントの「声のトーン」「話すスピード」「抑揚」について必要に応じて、質問をしたり、話題にして掘り下げたりしている
- 5 コーチは、クライアントの「態度」について質問したり、話題にして掘り下げたりしている
- 6 コーチは、クライアントの「ものの捉え方」について質問したり話題にして掘り下げたりしている
- 7 必要に応じて、コーチは、何もしゃべらず、静かに、クライアントに考える時間を与えている

6 効果的な質問

- 1 コーチは、クライアントについての質問をしている
(「考え方」「前提」「信念」「価値」「ニーズ」「欲求」など)
- 2 コーチの質問は、クライアントが「自分自身」について、今考えていることを超えて、新しいことや広がった考え方ができるようにしている
- 3 コーチの質問は、クライアントが「今自分が置かれている状況」について、今考えていることを超えて、新しいことや広がった考え方ができるようにしている
- 4 コーチの質問は、クライアント本人が「実現したいと望んでいる結果」に向けて、今考えていることを超えて、新しいことや広がった考え方ができるようにしている。
- 5 コーチの質問は、明快で、単刀直入で、おおむねオープン・クエスチョンであり、ひとつづつクライアントが考え、思案するのを可能にしている
- 6 コーチは、クライアントの「言葉づかい」、「学習スタイル」、「行動や思考の基準」を反映させた質問のしかたをしている
- 7 コーチの質問は、誘導的ではない。(例) 結論や方向性を含まない

7 率直なコミュニケーション

- 1 コーチは、クライアントの「学び」や動きを前進させるために、自分の観察、直感、意見、考え、所感を伝えている
- 2 コーチは、観察、直感、意見、考え、所感を伝えているが、それらの正しさには固執していない
- 3 コーチは、クライアントの「話し方」を反映している「言葉」やクライアント自身の「言葉」を使っている

- 4 コーチの「言葉」は、概して、明快で、簡潔である
- 5 コーチは、ほとんど、クライアントに話させている
- 6 コーチは、何か特別な意図がある場合を除き、クライアントの話を遮らずに最後まで話させている

D 学びと成果を促進する

8. 気づきを促している

- 1 コーチはセッションの中で、自分の状況や課題について学んだこと、理解したことについてクライアントが話したり、掘り下げられるように促している
- 2 コーチはセッションの中で、自分自身について学んだこと、理解したことについてクライアントが話したり、掘り下げられるように促している
- 3 コーチはクライアントのことや、クライアントの状況や課題について気づいたことを伝え、そのことについて、クライアントの考えや、さらに思うことについて掘り下げて聞いている
- 4 コーチはコーチングの中で学んだことについて今後どう活用するかについてクライアントが考えるよう促している
- 5 コーチからの質問、ひらめき、観察は、クライアントに新たな学習を引き起こす可能性を持っている

9. 行動のデザイン、計画とゴール設定、自己責任の管理

- 1 コーチはクライアントがセッションの中で達成したいことに向けて、どんな進捗をしたのかについて話すように促している。
- 2 コーチはクライアントが望む成果に向けて継続的に進むことができるよう、セッション後にどのような行動を取ったり、何について考えたりするかについてクライアントが計画できるよう支援している
- 3 コーチは必要に応じて、前進するために必要なサポート体制やリソース、起こりうる障害について、クライアントが考えられるようにしている
- 4 コーチはクライアントが自己責任において取り組める最適な方法をクライアントが見いだせるように支援している
- 5 コーチはセッションをクライアントと協働して終わらせている
- 6 コーチはクライアントの進歩に気づき、伝えている

日本語訳

ICF アセッサー委員会インストラクター：平野圭子

ICF PCC アセッサー：紫藤由美子

出展：

International Coach Federation

The Professional Certified Coach (PCC) Markers

<http://www.coachfederation.org/files/FileDownloads/0614PCCMarkers.pdf>