



Japan Coaching Psychology Association

第9回 コーチング心理学実践ワークショップ in 仙台

コーチング心理学の「基礎スキル」と「動機づけ面接法」

【内容】: 今回は、コーチング心理学の「**基礎スキル講座**」として、「傾聴、質問、承認」のスキルを行います。また、コーチング心理学の「**動機づけ面接法**」をはじめ、関連するスキルを取り扱います。

※「動機づけ面接法」とは、人間性心理学を基礎としており、内発的動機づけを高め、前向きな意識、自己成長、変化への意識を高める面接です。そのため、今回は日常生活に役立つ「やる気」「変化への準備」「自己成長」「意識の変化」のためにコーチング心理学を実践していきます。(一部、認知心理学、ポジティブ心理学、社会心理学などを活用)また、**フォーカシングを利用したコーチングを行う予定です。(フォーカス・コーチング)**

★【講習内容】:

- ◆(1)「**基礎スキル編**」: 傾聴・質問・承認のスキルを高める。
- ◆(2)「**動機づけ面接法(コーチング心理学)**」を実践する。
- ◆(3)「**質問技法**」: 「チェイニング・クエスチョン」
- ◆(4)「**フォーカス・コーチング**」: フォーカシングを利用したコーチングの応用を実践。



★【こんな人におすすめ】 ……**初めての方でも歓迎** わかりやすくお伝えいたします。

- 心理学に基づいたコーチングに興味がある方。
- 心理テストで、自分タイプを知りたい人。
- メンタルヘルス対策
- 子育てや教育支援に役立てたい方。
- コミュニケーション・スキルを向上させたい人。
- 自分について知り、意識と行動を変えたい人。
- 「カウンセリング」や「心理療法」を楽しく活用してみたい人。
- 「対話」を通じて、他者支援、社会貢献をしていきたいと考えている人。
- ◆ワークショップは、「話す」・「書く」・「計算する」・「記憶」, 「ポジティブ・フィードバック」など、組合わせて、脳(前頭前野)の活性化を意識したコーチング・ワークを行っています。(認知心理学、脳科学の知見を応用)

【講習費】 : **2000円 (学生 1000円) 資料代として**

【会場】 仙台アエル **6F** 情報・産業プラザ セミナールーム **(1)A**

【開催日時】 : **2013年1月26日 (土)**

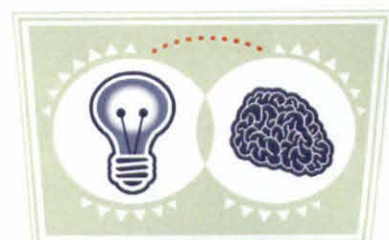
(平日コース) **13:00~18:00 (開場 13:10)**

※申し込みの最終締め切り **1月25日 (水)**

【申込方法】 <https://ssl.kokucheese.com/event/entry/68883/>

★その他の「**イベント情報**」: <http://www.coaching-psych.com/> (定期的開催)

今後は、2月7日(木)/2月26日(火)/3月11日(月)/3月24日(日)にてワークショップの開催を予定しています。主に「コーチング心理学ハンドブック」を元に行う予定です。



【主催】 : **日本コーチング心理学協会** Center for Coaching Psychology