

## 【特集：支援としてのコーチング】 対談

田中裕一（文部科学省 初等中等教育局 特別支援教育課特別支援教育調査官）

木内敬太（人間総合科学大学 人間科学部心身健康科学科助教）

司会：小貫 悟（明星大学 心理学部教授）

**小貫** 本日は、「支援としてのコーチング」について、いわゆる他の技法との違い、例えばカウンセリングやスキルトレーニング等とはどう違うのか、それをどのようにして使っていくか、また、どのように発展できるか等、コーチングの実際と可能性について深めていきたいと思います。

その中で、コーチングの研究をしておられる木内先生には、日本ではまだ平易な言葉で紹介されていないコーチングについて紹介して頂き、田中先生にはこれまでの学校における指導や支援との対比からコーチングについてお話し頂きたいと思います。その中で、特に発達障害の支援技法として、コーチングの可能性が見えてくるような議論になるといいなと思っていますので、どうぞよろしくお願いします。

まずは木内先生、コーチングというアプローチについてご説明頂けますでしょうか。

**木内** まず、ICFという国際コーチ連盟という機関が出している定義から言うと、「コーチとクライアント間の関係、パートナーシップであって、クライアントの公私におけるパフォーマンスの最大化を目指す関係」と示されています。

主に対話を通してクライアントの問題解決を支援する方法をとっていますが、カウンセリングでは問題に焦点を当てて対話を

進めるのに対して、コーチングには、その人がどうなりたいかという理想とか希望の実現に焦点を当てるといった特徴があります。また、具体的な目標達成を目指したアプローチという点も特徴と言えますね。

**小貫** 「パフォーマンスの最大化」という言葉は、カウンセリングではあまり馴染みのない言葉かもしれませんね。一方で、「希望の実現」に関しては、カウンセリングでよく耳にする「自己実現」に近い印象をもちました。

パフォーマンスという言葉には、「今、もっている力」といったニュアンスが含まれますよね。スキルトレーニングの「トレーニング」という言葉には、引き出す、引っぱり張るという意味があって、力をよりつけていくようなニュアンスがあります。一方、コーチングは、今もっている力やスキル等を使って、その人の目標達成を支援するといった、トレーニングとは対照的なニュアンスがあるように感じました。

また、カウンセリングについては、従来、目的が非常に大きかったり、曖昧であったりする中で、課題解決や問題解決については焦点化されにくい印象があります。そのような点が、カウンセリングが発達障害の人に合いにくい要因ではないかという感触をもっているのですが、田中先生どうですか。

田中 そうですね。私が教員の頃に、経験した時に感じたことと重なりますが、カウンセリングについては、目標を設定していたとしても、曖昧さを含んでいますよね。また、その目標に対するゴールもあまり明確ではないような印象があります。それとは違って、コーチングとトレーニングでは、基本的に明確なゴールが設定されているという印象を受けますよね。

小貫 明確なゴールがあるという共通点がある中で、トレーニングの進め方はイメージしやすい部分があるのですが、コーチングは具体的にどのように展開していくのでしょうか。

木内 やはり、何かしらのきっかけがあって、クライアントが自発的にコーチングを受けに来るところから始まります。クライアントが困り事を抱えている場合は、そのことについて話を聞いていくことになりますが、早い段階でクライアントがどのようになりたいか、到達したいポイントや目標の明確化を行います。

小貫 どのようになりたいかという話をする中で、クライアントが最初に持ち込んだ困り事から変化していくことはありますか？

木内 困り事と近いこともありますし、面接を通してそこから離れることもあります。例えば、夜お酒を飲んでしまうとか、生活習慣を良くしたいということで相談に来たクライアントで、「毎晩つぶれるまで飲んで、次の日も半日寝てしまうような状況だから、何とかお酒を飲まずに生活習慣を良くしたい」という話から始まったとします。そこから色々話を聞いている中で、どうやらクライアント自身が求めているものは、禁酒や生活習慣の改善というよりも、

人生に対する不全感の解消であることがわかって、「自分がやりたいことをやれるようになりたい」という目的に移行する場合があります。この他にも、今の仕事が、自分の経済や家計を支えるためのものになってしまっていることに気づき、「自分の人生の中では、実は他にやりたいことがある」という話になっていくこともありますね。

そのため、必ずしも初めに言っていた困り事と、その人が将来実現したい目標や状態が直接的に結び付くとは限らない場合がよくあります。

小貫 コーチングという言葉を最初に聞いた時に、私が真っ先に思い浮かんだのはスポーツのコーチのイメージだったのですが、木内先生のお話を聞いて、これまで抱いていたコーチングのイメージとは違うように感じました。

木内 そうですね。スポーツのコーチとは違いますね。

小貫 そうすると、発達障害の人に対するアプローチとしてコーチングを選択するという点はどのように考えると良いでしょうか？ 仮に、人生の不全感という話になった時に、どうしても発達障害の人達の処理が追いつかなくなって、何となく対話が空回りし始めるような印象があります。発達障害の人に対してコーチングが合うかどうかという点について、木内先生はどのようにお考えですか？

木内 自己実現を目指すようなカウンセリングで話が空回りするようなことがあるとすれば、そのアプローチが抽象的であることが理由なのかもしれません。もし、コーチングを行うのであれば、カウンセリングよりも具体的な次元で話は進んでいくと思います。

先程の例で挙げた人の話でも、今のよう  
な不安全感を抱いているのか、これまでの  
人生の中で、満足していた時はどのような  
時だったのかといった具体的な話を中心に  
するという事です。つまり、コーチング  
では、最終的に何が出来るか、何をやるか  
といった、クライアントの行動のレベルま  
で深めて話を進めていきます。

そして、その差を埋めるためには、どんな  
ことができるかという点について話を進め  
ていきます。

**小貫** 伝統的な1960年代くらいのカウンセリング  
では、いわゆる傾聴を中心とする手法に  
なると思いますけれども、カウセリング  
も発達障害の人に適用される中では、彼ら  
の脳機能に合わせて、徐々に具体的な行  
動レベルになっているような印象もあり  
ます。そうすると、違いというのが、言葉  
の上での違いなのか、カウセリングが  
コーチングに徐々に近づいていると考える  
のか、あるいはコーチングに何か単独のイ  
メージがあるのか、その点についてはいか  
がですか？

**小貫** 現状と目標の差という視点については、カ  
ウンセリングと異なる点かもしれません  
ね。現状と目標の差を見る中で、過去に意  
識を向けることはありますか？

**木内** クライアントの過去のリソースを探る必要  
があれば、過去に焦点化することはあるか  
もしれません。しかし、クライアントの過  
去の問題に関する話をする事は、極めて  
少ないと思います。そのため、コーチング  
は、現在から未来志向、もしくは、未来志  
向というような説明がされますね。

**小貫** ギャップを見つめることによって、それを  
埋めるためのステップを考える感じです  
か。そうすると、行動分析に近いイメージ  
でしょうか。

**木内** その流れで、コーチングについて1つ言え  
るとすれば、「話を聞く」というところは  
目的としていません。受容とか共感とか信  
頼関係というのは、もちろんコーチングで  
も重要なポイントですが、それ以上に、「問  
題を解決する」、「目標を達成する」、「パ  
フォーマンスを高めていく」といった点を  
目指すところがコーチングの特徴と言えま  
す。

**木内** そうですね。私は、ICFが提唱しているコー  
チングの全般的な定義に、オーストラリア  
とかイギリスを中心に発展しているコー  
チング心理学の要素を加えたアプローチを重  
視して考えています。コーチング心理学の  
要素を加えると、認知行動アプローチと解  
決志向アプローチが加わるようなイメージ  
ですので、小貫先生がおっしゃった点も含  
まれると考えています。

**小貫** 話しを聞くことを目的にする形でないとす  
れば、具体的にはどのような方法で行うの  
でしょうか。

**小貫** コーチング心理学の領域の人が、そのアプ  
ロッチをカウセリングとは名乗らないの  
は何故なのでしょう。

**木内** 基本的には、まず、クライアントが将来ど  
のようなポイントに到達したいかといった  
目標について話し合い、その次に、現在の  
状態と目標との差について明確化します。

**木内** 名前の違いが一番大きいと思いますね。カ  
ウンセリングは、問題について話す、現時  
点でマイナスの人をプラスマイナスゼロに  
もっていくというイメージが強いと聞いて



**木内** 結果的には、そのようになっていると思います。

**小貫** そうなると、コーチングの導入や実施の仕方が重要になりますよね。実施に際しての留意点やポイントというのがありますか。

**木内** 他の分野との大きな違いはないとは思いますが、やはりコーチングの適用のある人に対して行うということでしょうか。オーストラリアやアメリカでは、「コーチは病気や障害のある人のサポートはしない」と、かなり厳しく言われています。

**小貫** つまり精神疾患のある人たちには実施しないということですか。

**木内** そうですね。実施しないということになっています。しかし、イギリスを中心に活動している国際コーチング心理学会の定義では「健康な人」を対象にすると明示されていない事実もあります。

**小貫** 発達障害を対象とすることについてはどうですか。

**木内** ライセンスとの関係もあるので、明言するのは難しいところですね。現在、アメリカでは、発達障害や精神疾患のある人の対応をするためのライセンスを持っている人が、支援の1つとしてコーチングを活用するという形で実践されていると思います。

**小貫** コーチングの原理が少しずつ明らかになっていくと、コーチングの手法が使われていく可能性もありそうですね。私の印象ですが、スポーツの世界でのコーチングというのは、特に規制がない状況でやっているように感じるのですが、いかがですか。

**田中** 海外では、早い段階からコーチングという考え方でスポーツ選手に対する指導、接し方というのは実践されていますよね。この点で日本は、海外の国よりも遅れている気はするのですが、日本でもプロと呼ばれるスポーツ選手達の世界では、木内先生がご説明してくださったようなコーチングの考えが当然取り入れられていると思います。

しかし、一般的に日本のスポーツ分野でのコーチングは、今日話されているコーチングとは全く違うことをしていますよね。コーチの経験則や見聞きした話、中には精神論を押し付けるといったような、ICFが定義しているコーチングとは真逆のものだったりすることも、色々なニュースを見ると思います。今日のお話を踏まえると、このようなアプローチは、選手やクライアントがもっているスキルからだけで話を展開してはいませんよね。

本来、コーチングというのは、木内先生のお話にもあるように、コーチとのパートナー関係の中で、その人がどのようなスキルをもっていて、何を望んでいて、どうなりたいか、次の1歩をどうするか、といったところから目標設定をしたりその目標に向かって具体的に進んでいったりすることを重視したアプローチだと思います。

また、その人の足りないところに目を向けるのではなくて、今、何になりたいか、その人の強みを伸ばすことや磨くことからスタートする場合もあるのではないかとと思います。

**木内** 今、田中先生が、その人が何を望んでいるか、今その人にどんなりソースやスキルがあるかといった点に触れていましたが、まさにコーチングではそれらの点が重視されると思います。

**小貫** 発達障害の人のアプローチを考える時に、





くのを、コーチングでは、むしろ先にあるものについて明らかにし、今の問題を相対化していくといったニュアンスでしょうか。

**木内** そうですね。特にクライアントがASDの診断を受けていて、自身もASDであることを認識している場合に行われます。ASDの人の特性として、ジョブマッチングの難しさがあることや、顧客対応の業務の中で微妙な調節を求められることは本人にとってストレスになりやすいといった話をしていきます。

**小貫** 確かにその方が発達障害に合いそうな気がしますね。つまり、一つ一つの個別対応的なことはコーチングによってフォローできたとしても、その後も色々な問題が起きてくると。本人が、現状を把握できずに混乱を重ねていくよりは、「あなたのこの問題の先にはこういうことがあるかもしれませんが、それはどうですか」といったように、先の見通しや選択肢を呈示して、対応を考えていくようなイメージでしょうか。そう考えた時に、選択肢というのは、コーチはどのように提案していくものですか。

**木内** 基本的には、“クライアントがどう考えているか”というところを中心に進めていきますが、クライアントから質問があったり必要性がうかがわれたりすれば、情報提供や教育を入れていくという流れでしょうか。

**小貫** その点は教育的ですね。クライアントが小さい子どもの場合、教育では、個別に今、こうしたことに対する注意はしますよね。コーチングとしても、その個別的で具体的なことに取り組んでいく形があると思うのですが、コーチングの考え方として、その

先のものを設定した時に、クライアントがその内容や必要性の理解ができるという発達段階みたいな問題が出てきますよね。小さい子から大きい子まで見てこられた田中先生としては、どう見ていきますか。

**田中** 僕は、中学生や高校生ぐらいの年齢にならないと、コーチングという手法の適用は難しい気がしています。特に小学校の低学年であれば、スキルトレーニングのように、見本を呈示したり、やり方を教えたりするところから始めるの必要性を感じています。

**小貫** つまり、パフォーマンスの最大化と言った時に、資源そのものがないと始まらないから、資源を蓄えていくべきといったことでしょうか。

**田中** ボトムアップという考え方に近いのかもしれませんが、その人に資源がない段階であれば、まずは、その人の中に資源を蓄えるという考え方が合うような気がしています。言語発達の中で、三段論法とかその辺りの理屈が少し分かってももらえないと、未来を見た時にも、現状と未来とがうまくつながらなかつたりしますよね。そう考えると、コーチングが実践できるのは、9歳～10歳以降になるのではないかと考えています。ですので、小学校の中学年ぐらいまでは、コーチングは難しいと思いますね。

そして、低学年では、成功体験の蓄積が絶対に必須だと思っています。成功体験によって、うまくいく方法や資源がその人に定着していくようなイメージですね。自分の資源を沢山蓄えて、資源がある程度整ってきた時にコーチングが役立つのではないかと。

だからこそ、私は、“スキルトレーニングかコーチングか”ではなく、下支えする時にはスキルトレーニングという手法が必

要で、その下支えは、コーチングを実践している時であっても、活着ているように思っています。

ただ、割合の変化でいくと、低学年の時にはスキルトレーニングという考え方、つまりスキルを身に付けるといった視点の割合が多くて、次第にコーチングの割合が増えつつ、最終的には逆転するような印象もっています。

**小貫** スキルトレーニングも、高学年や中学生に近づいていった時には、あなたがこうなりたい時に、これが欠けているので、このことをトレーニングしようという整理の仕方が良いかもしれませんね。

**田中** 木内先生の論文では、ADHD と ASD の後に LD と境界性知能の話が出ていましたが、境界性知能もしくは軽度の知的障害ある時に、その人が中学生であっても、三段論法や論理をしっかり組み上げていくことが身に付いていない場合もありますよね。その場合、コーチングに対するモチベーションの維持について、コーチ側が意識しておかないと、どこかで崩れてしまう可能性が強くなるように思います。

**小貫** スキルトレーニングで個別性の高いテーマを扱った場合、時間が足りなくなる恐れがあるので、基本的なスキルに焦点化することが多くあります。一方、コーチングは、その人が、現在直面している個別的な事象や特殊な事象を扱うことができますよね。また、クライアントの支援プランをたてる時に、基礎的な内容のスキルトレーニングから、その人の状態に合わせたスキルトレーニングに移行する段階で、スキルトレーニングの要素が薄まって、コーチングに移行するといったニュアンスだと、発達段階のイメージ作りができますね。

**田中** コーチングもカウンセリングと同様に、どこかの段階でクライアントが離れていくこと、つまり自身の力で問題解決をしていくことを想定していますよね。もしかしたら、また戻ってくるかもしれないとしても、コーチから離れて、どのようにして自分のパフォーマンスを最大限に発揮するかについて考えて、実行していくと思うんですよね。そう考えると、スキルトレーニングとコーチングをどのようにベストミックスするかという視点も重要になると思うんです。

**木内** そういう部分もあるかもしれないですね。

**小貫** クライアントが自分の希望を表現できない時に、「私は君との付き合いの中でここが重要だと思うから、とりあえずここを目指してみない？」という教育的な方法をとることもありますよね。それについて、本人が承服しかねているのか、あるいは承服するかどうか迷っているような時があったとしても、目標を設定するということは重要ということですね。先にある希望というものがない限り、コーチングはなかなか進まないという理解でよろしいでしょうか。

**木内** そうですね。そこを明確にしていくことが非常に重要ですね。ただ、すごく自信がないというか、確かにすごくネガティブな人もいます。そういう時には、まずはいい部分に目を向けていくというか、今できているところに目を向けていくアプローチを取ることがあるかなとは思っていますね。

**小貫** でも、コーチングを受けに来たという事実がありますよね。

**木内** そうですね。コーチングを行う中でも、「今日もこれができなかった」、「自分はずっと



目標が達成できないままだ」といった話をされる人も少なくありません。そのような場合、いきなり自分の将来がどうなるかについて考えることが難しければ、毎日の生活の中で自分ができた点、目標を設定して、そこまでは到達しなかったかもしれないけれども、そこを目指してできた点に目を向けるといったところから進めていくことはあります。

**小貫** 今のお話を聞くと、やはりコーチングは「現在」の部分を扱っている印象を受けますね。結局、未来について問われても、語るべきものがあまりないんですよ。私自身、「未来についてどうしたい？」と聞かれても、なかなか語りにくいと思います。その一方で、今、困っていることに対して、例えば、「これ終わったら、次は何をやりたい？」、「次はどうしていこうか？」といった声かけであれば、イメージはしやすくなると思います。

あとは、過去の整理をする中で、課題点やヒントを見つけながら、時間をかけて未来を明かしていくといった手法も大切なような気がしますね。

**田中** 私がコーチングの良い点として思うのは、「基本的な手法がこれだ」とか「これをやったらコーチングではない」等の話はあまり出てきていませんよね。コーチとクライアントの関係性の中で、本人が自分のリソースを理解して、未来にどうなりたいかといった話をして、そこに向かうためにどうアプローチをするかといった内容だったかと思います。私は、「本人のパフォーマンスを最大限に発揮する」という文言があれば、色々なアプローチが行えて、色々な要素を取り入れて良いというように感じたので、そうであれば、教育の話に物凄く近いのではないかと思うんですよ。

**小貫** 希望の実現という目標があって、クライアントはそこに至るまでの具体的な課題をコーチと一緒にクリアしていくのだと思うのですが、クライアントにとっての希望や目標が、コーチから見てクライアントの実態とズレを感じる時は、どうしていますか。

**木内** 基本的には、クライアントの方向に合わせていきますね。コーチとしてはズレを感じているといった話もしますが、それでもやってみたいということであれば、ひとまず、そっちの方向でやってみようかということになります。

**小貫** 途中で軌道修正をすることはありますか。

**木内** 軌道修正については、話し合いの中でされていくことになります。やってみて、自分がどれくらいの期間でどれくらいできるかということも、人によって認識が難しい場合もありますので、一度取り組んで、そこから修正を検討することはありますね。

**小貫** 本人の希望への努力は尊重するということだと思いますが、教育では、その修正に力を注ぎますよね。

**田中** そうですね。私が駆け出しの頃、まだ障害のある人や子どもと接する期間がすごく短かった頃は、例えばその人の10歩先に危険があると思った時に、1歩目を踏み出す時点で、「その方向は間違っている。こっちの方が良い」と指導を入れていた感覚があります。

しかし、今、私が現場に行くとすれば、おそらく9歩目までは一緒に歩むと思います。その方が効率的というか、本人がパフォーマンスを発揮しやすいのではないかと思うので。何となく人を信じていると言ったらおかしいかもしれませんが、10



には課題があると言われていますが、それはさておき、あれもプロセスの評価ではありませんよね。新しい学習指導要領の評価の考え方は、自分が努力し続けたことをしっかり評価する、つまり結果の評価だけではなくて、プロセスの評価をしていく流れにはなっています。現在の教育は、その方向にシフトしようとしているので、プロセスを評価しようとする点でいえば、基本的にはコーチングと教育は同じことをやろうとしているんだと思います。

**小貫** これまでコーチングについて共有した内容を含めて、どんなふうに発展していけるか、特に発達障害の人に対するアプローチとしてコーチングを考えた時に、どのように発展させていくことができるのか、支援全体としての貢献等について、伺いたいのですが如何でしょうか。

**木内** コーチングの良さとして感じている点として、「アクセスのしやすさ」があると思います。障害の有無にかかわらず、コーチングを受けることで自分の生活をより良くすることができる点で、抵抗感が比較的少ない状態で受けられるのではないかと。

なので、もう少し広まっていく可能性があるのではないかと考えています。それは障害のある人だけではなくて、障害のない人も含めてですね。毎日の生活や仕事もそうだし、家庭生活とか、人生の計画とか、将来のこととか、色々なことを含めてコーチングが広がっていく可能性を感じています。

元々、カウンセリングもそういうところを目指していたのかもしれませんが、一般的には何かしら困っていることや問題がないと、カウンセリングを受けられないような認識がある気がします。ですので、現状からより良くするために、積極的にコーチ

ングを受けるといった流れが広まっていくと良いなと思うんです。

**小貫** 発達障害の支援という文脈でコーチングを考えるとすると如何でしょうか。

**田中** ある一定段階から非常に重要となる方法だと思うんですよ。むしろ、絶対取り入れなきゃいけない方法と言ってもいいかもしれませんね。特に、年齢が中学生や高校生、大学生と進むほど、コーチングのエッセンスが重要になると思うんですよ。

あまりにも低い年齢段階、つまり持ち合わせている資源やスキルがないような状況では、他の手法も取り入れる必要はあると思いますが、本人が「こうしたい」と言ったものに対するアプローチは、コーチング以外にないような気がするんですよ。

その時に、凄く良い言葉を頂いたと思ったのは、「相手への信頼」という話なんですよね。大人が子どもを信頼できるかどうかという問題とか、支援者が障害のある人を信頼できるか、発言を信用するとかいう意味ではなくて、その人をきちんと信頼できるかどうかという、そこが凄く問われるような気がするんですよ。とても難しいことではあります。

**小貫** 先生方のお話の中にあつた、希望の実現、目標達成に至るプロセスの中で、調整というか、自分の力だけで行うのではなくて、周囲から様々なサポートを受けて到達するといったことも、選択肢の1つとなる可能性はありますよね。

カウンセリングの文脈であれば、自分の内面に収まりがちで、外の資源とはつながりにくいところがありますよね。私自身の経験も含めて、カウンセリングによるアプローチに行き詰まりを感じている中で、一番重要なことは、「○○のサポートがあれば

ば、私は自分のもっているパフォーマンスを最大に活用できます、凄く良い仕事ができます」といったような話が、コーチングのプロセスの中で整理されていくようになることだと考えています。

特に、発達障害の場合、特性や困り感は1人ずつ異なるので、支援の仕方が違うといった時に、自ら「こういう支援をしてください」と言えるかが大事だと思っています。なので、コーチングのプロセスでの気づきというのは、とても重要なポイントだと思うんです。

**田中** 私もそう思います。コーチングは、教育で本当にやらなきゃいけないこと、今はまだやれていないけど、やらなきゃいけないことの本筋と凄く合っていると思っています。障害のある人については特に。

**木内** 確かにコーチングには、色々なものをつないでいける要素はあると思いますね。コーチがクライアントに寄り添って、現状と、どうなりたいかというところを見ていく中で、教育的なものであればこういうのを使っていこう、福祉的なものであればこういうのを使っていこうっていうことで、色々な要素を取り入れていくことはできるのではないかと考えています。

私の場合は医療とのつながりがあります。特にADHDの人、もしくはADHDの可能性があるということでコーチングを始めた人の中には、医療につながっていないという人は少なくありません。そういう人達に、コーチングを通して「ちょっと病院に行ってみませんか」ということで、病院につながっていくこともあります。

**小貫** それは、クライアント自身の希望の実現という文脈の中で。

**木内** そうですね。クライアント自身の思いを中心に、色々な資源につなげていくことは、比較的やりやすいように思いますね。

**田中** その通りだと思います。教育でも、子どもが卒業した後、社会に出る時の「自立と社会参加」をキーワードとして考えた時に、使えるリソースをうまく使って自分のパフォーマンスを最大限に発揮することは大切と捉えています。障害のある子どもの場合、この点が難しくなってきますよね。自分のパフォーマンスをうまく発揮するために頑張ったとしても、社会的障壁があって、自分だけではうまくいかないから、誰かの手を借りるとか、ICTとかATみたいなものを使うっていう話になるのかなど。それらの活用も含めて、自分が今もっているリソースから最大限のパフォーマンスを発揮するためにどうすればいいかというのは、コーチングを通して深めていけると思います。なので、コーチングは、障害のある人の自立や社会参加を考える上で、凄く良いアプローチという考え方を提供するものだろうなと思っています。

**小貫** コーチングの中で、クライアントのもつ資源や希望を引き出すこと、どう引き出すかということ考えた時に、アプローチの仕方が重要になりますよね。特に、ASDの人の場合は難しくなると思いますが、そこはどのようにしたら良いのでしょうか。

**木内** そうですね。特にASDの人は、その人が満足すること、「こうあるといいな」というものが、独特だったりすることがありますよね。ADHDの人の場合は、コーチとしても、確かにそういうふうになったら、凄く幸せだろうなというのは理解できるし、共有や共感もしやすいと思います。一方、ASDの人の場合は、凄く大きな夢とか、

満足感といったものを特に必要としていないように感じられることもあります。やはり、それぞれのクライアントが、どうなることを望んでいるかについて、面接を通してつかむことが大切になります。ASDの人の場合は、どちらかという問題の解決に近いところかもしれませんね。問題への取り組みで、今まで少しでもうまくいったことを探っていくようなアプローチになることは多いと思います。

あとは少し視野を広げて、「あなたの周辺でうまくできている人としては、どんな人がいますか？」といったように問いかけて、話を丁寧に聞いていくと、意外と身近に良いモデルがいることに気づいたりとかしますね。クライアント自身がこれまで気づいていなかったところに気づくことも、コーチングの中ではとても大切なことだと思います。

**小貫** 問題を何とか解決していきたいけれども、自分の中の資源や希望として何があるかわからないというクライアントにコーチングを行う際には、やはりクライアント自身のモチベーションも関係しますよね。また、そのモチベーションには、教育が大切に育てなきゃいけないとされている成長型マインドセットの要素も関係するのでしょうか。

**田中** ASDの人の場合、コーチングに限ったことではありませんが、本人が言っている言葉、例えば「家に帰ってゆっくり寝たい、これが私の夢です」と言った時の、“ゆっくり寝たい”ということについて、私達のもつイメージと、本人のイメージが違う場合があるじゃないですか。私は、ASDの人というか子ども達とコミュニケーションをとる中で、その点を凄く調整していく必要があると常に思っていて。そこは、コー

チ側なり受け取る側が、“ASDの人の言葉を、誤解して捉えていないか”という視点を常にもっておかないと、どんなアプローチもうまくいきませんよね。

**小貫** 確かにこの点は、カウンセリングも抱えている問題ですし、教育も抱えていますし、コーチングも抱えている問題ですよ。その中でも、コーチングに関して言うと、具体的なパフォーマンスや現実の行動について、コーチとクライアントが互いに共有するので、言葉の表現による些細なズレが起こった際には、計画を立てる時点でコーチ側が気づきやすいかもしれませんね。

**田中** そうだと思います。そういう意味では、コーチングはやりやすいと思いますし、それが他の技法や他の考えとの差別化を図れる部分かもしれませんね。言葉のやりとりではあるけど、言葉によるズレが修正されやすいという点が。

**小貫** このような特徴をうまく活かしながら、ASDのコーチングというような、技法の工夫ができるといいですよ。

**田中** そうですね。現状でも、教育において児童や生徒へのアプローチが上手な先生は、コーチングの理論を把握していないにしても、既に実践しているところもあるとは思いますが。

**小貫** そうですね。カウンセラーでもそのような視点をもってカウンセリングを行っている人はいるでしょうし、教育においてもそうでしょうし。

医療や教育、福祉といった領域に関係なく、支援に携わっている人達は皆、その部分を持ち合わせているけれども、技法として特化するという点では、コーチングが



