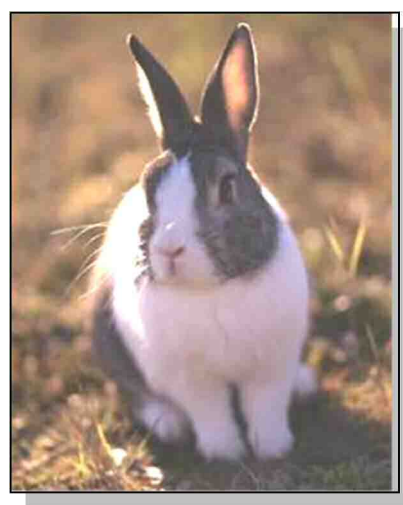


特定非営利活動法人 三鷹ネットワーク大学推進機構
平成 28 年度 「民学産公」協働研究事業

子育てにおけるコーチングの効果性の 調査研究事業

有限会社 日本ヒューマンウェア研究会



目次

1)	協働研究事業の概要・目的	p 3
2)	有限会社日本ヒューマンウェアー研究会のプロフィール	p 3
3)	協働研究事業の実施期間	p 3
4)	協働研究事業の背景	p 4
5)	協働研究事業の詳細	p 5
6)	実験結果	p 6
7)	実験の考察	p 7
8)	今後の計画	p 1 1

1) 協働研究事業の概要・目的

当社は三鷹市内で 25 年間、児童・生徒への語学教育及び保護者への子育て相談業務を行ってきました。

社会のグローバル化、核家族化、個人主義化など近年の急速な社会環境の変化に対応するために、他者との協働、主体性、コミュニケーション力等を身につけることが重要な課題となっています。

従来、教室に通っている保護者の方や、セミナー・講座などに参加された方の中で、コーチング技法を身に付けた人のお子さんの学習態度に主体性や自主性などの変化がみられましたがデータとして追跡調査をしたことがありませんでした。

今回、更に家庭で実践しやすいように「コーチングカード」を作成し、協力者に家庭で実践の参考にしてもらうことで、コーチングを実践した場合の効果を確認しようとするものです。

2) 有限会社日本ヒューマンウェア研究会について

日本ヒューマンウェア研究会は三鷹で 25 年間外国語のスクールを運営しています。

地元密着型スクールでは単に語学教育にとどまらず「世界に通用する人材の育成」「自分で自分の人生を開いていく力を付ける場所」を会社理念としてきました。スタッフは、語学は勿論、カウンセリング・コーチングのプロの資格を持ち相談業務にも携わっております。

そのような中で保護者の方々から子育て相談を受けることも多々あります。

3) 協働研究の実施期間：平成 28 年 7 月 20 日より平成 29 年 2 月 10 日まで。

参照：事業実施スケジュール表

4) 協働研究事業の背景

近年、日本社会は大きく変貌を遂げています。

グローバル化の波が押し寄せ、日本にいても世界の動きと無関係ではられません。高度成長期は終わり、過去の価値観では生きていけない時代となりました。そんな時代を力強く生き抜く人材として、今、必要とされているのは、次の5つの資質であるといわれています。

1. 主体性・リーダーシップ
2. 創造力
3. リノベーション
4. 豊かな感性
5. コミュニケーション力

ところが、近年日本の若者は自己肯定感が低い、レジリエンスがないと言われて
います。

教育の現場では、これからの社会を生き抜く人材の育成が急務とされ、アクティ
ブラーニングが取り入れられ、2020年には新大学入試制度も導入されます。

また一方でかつて村・家を中心に構成されていた社会は、核家族化・少子化が進
み、共働き世帯の増加など、これまでのモデルの無い時代となりました。情報が
あふれる世界で、自分一人で子育ての悩みを抱えている保護者（特に母親）が非
常に多いことも事実です。家庭こそが人材育成の鍵となります。様々起こる事件
にも家庭環境を考えさせられるものが少なくありません。

これまで、当教室に通っている保護者や、セミナー・講座などで出会う多くの保
護者の子育ての悩みの相談に対応してきました。そしてコーチング技法を身に
付けた方々の親子関係が改善され、またその子供の学習や諸活動への取り組み
にも大きな前進がみられました。

5) 協働研究事業の詳細

・実証実験に当たっての仮説

コーチングとは「傾聴」「承認」「質問」の技法を用いて、本人の持つ意欲・能力を顕在化し、目標達成と自立をサポートするコミュニケーションです。子どものいちばん身近な環境である親がコーチとして子どもと関わることで子どもが自ら設定した目標を達成する意欲を持ち、自立を促す事に繋がる。親子関係も良好になる。

・実証実験の社会貢献性

どこの場所でも人材の育成が一番大切。今の人材がこれからの日本を創っていきます。

ところが残念なことに、不登校や引きこもりなど、成長しても社会で活躍できない若者も多く、いじめもなくなりません。家庭環境が原因か？とも思われる犯罪なども起きています。子どもの社会は大人の縮図ともいわれます。「親が変われば、子どもは変わる」ともいわれます。家庭での親の関わりは人材の育成にとっても大きな役割を果たします。親がコーチとして関わることで子どもは安心して本来持っている力を社会で生き生きと発揮し、自立した大人に成長する。また、親子関係が良好になることで親も安心して社会に貢献することが出来ます。

・実証実験の前提条件

子を持つ親が対象

アンケートでデータを集め客観性を保つ。

普遍性を高めるため、母数はできるだけ大きくする

従来、セミナーに出ても家に帰るとどうしても忘れてしまうといわれるので、より実践しやすいように家庭実践用のプロセスカードを配布して実践につなげる。

コーチングメソッドとして、日本青少年育成協会の「教育コーチング」のコンテンツを使用する。

・実証実験のフィールド

協力者を今回は三鷹市内の小学生の親とした。

実践場所は各家庭

コーチングを実践するために学ぶ場所としてセミナーを開催

セミナーは期間のはじめと終わりに1回ずつ、それぞれアンケート採取、中間で郵送によるアンケート採取

・実証実験のモニター

実験開始時、何人の協力が得られるか分からず、30人の予定をたてた。

まず知人を介して協力者を募り33名の協力でスタート。並行して三鷹市教育委員会へ協力を要請し、後日、後援が認可され、三鷹市内全市立小学校の全世帯にお知らせを配布することができ、協力者が集まった。80名定員のところ、申し込みが殺到し、期日までに申し込んだ全員を受け入れ、122名の協力者を得た。

以前にコーチングを学んだことがある人は資料を参考にしてアンケートのみの参加も可能にして、こちらで2名の参加

調査研究協力者は合計172名。アンケート数は小学生の兄弟・姉妹がいる場合は人数分の採取とした。

郵送による第2回アンケートは返信が得られなかったモニターがいて135枚

最終セミナーの際のアンケートは76枚となっている。

これはセミナー設定が1月だったため、下の子どもの幼稚園が午前保育のモニターが多くいて出席できなかつたため。

また、特に1月27日のセミナー開催時は市内にインフルエンザの波が押し寄せ欠席の連絡が相次いだ。欠席したモニターに対しての郵送によるアンケート回収は時間の関係でできていない。

分母が変わるため、データ集計はすべて%で表示している。

・実証実験で採取するデータ項目

アンケート NO.1、 NO.2、 NO.3 それぞれ別添資料参照

6) 実験結果

アンケート集計 別添資料1、2、3 参照

7) 実験の考察

先行グループは10月～1月初旬の3ヶ月間、後発グループは11月11日～12月27日の約2カ月での実施でしたが、この短期間で驚異的な結果がでました。

まず、小学校経由での募集開始から3日～4日で定員80名を上回る応募があり、これは、コーチングに対する関心の強さを表しています。と同時に子どもとの関係・子どもの言動・将来など子育てで悩んでいる保護者が多いということも伺えます。

(以下 NO はアンケートの番号)

セミナー受講後にコーチングを使ったか という質問に対し

よく使った・ときどき使った 合計： NO.2 76% NO.3 74%

このパーセンテージの高さからも、実践して、良くなりたい、何かを変えたいという熱意を感じます。

その結果

セミナー受講後の子どもの様子に関する質問

◆勉強面

大いにやるようになった	NO.2	12%	NO.3	15%
時々やるようになった	NO.2	21%	NO.3	36%
たまにやるようになった	NO.2	17%	NO.3	21%
合計	NO.2	50%	NO.3	72%

◆生活面への基本的な事柄 (朝起きる片付け学校の準備など)

大いにやるようになった	NO.2	10%	NO.3	12%
時々やるようになった	NO.2	25%	NO.3	38%
たまにやるようになった	NO.2	19%	NO.3	21%
合計	NO.2	54%	NO.3	71%

◆課外授業・お稽古事など（スポーツ・音楽・地域活動など）の活動

大いにやるようになった	NO.2	10%	NO.3	24%
時々やるようになった	NO.2	25%	NO.3	32%
たまにやるようになった	NO.2	7%	NO.3	16%
合計	NO.2	42%	NO.3	72%

という驚くべき変化がでています。

また、やはり 2 回目より 3 回目の方が明らかにパーセンテージが上がり、実践を継続すると効果が上がることを示しています。

更に驚異的なのは 3 回目のアンケートでのみ設定した質問

子供に対する外部からの評価

◆成績が上がった（成績・テストなど）

大いに上がった	NO.2	13%	NO.3	10%
まあまあ上がった	NO.2	29%	NO.3	22%
合計	NO.2	42%	NO.3	32%

◆課外活動（学校内外）への評価（先生・責任者・監督・他の保護者など）

大いに上がった	NO.2	7%	NO.3	5%
まあまあ上がった	NO.2	26%	NO.3	20%
合計	NO.2	33%	NO.3	25%

とあるように、自発的に学習や生活面に取り組むようになり、その結果が課外活動での評価・成績という外に見える形としてあらわれてくることを証明しています。

この短期間で驚異的な結果を生んだ要因として

今回のパッケージとしての形態：2 か月～3 か月のスパンに最初と最後にセミナーがある。途中に一回のアンケートで追跡がある。セミナーの後にもリフレクションの時間としてのアンケートがある。

家庭実践用にエッセンスだけをシンプルにまとめた資料（お助けカード）があり、いつでも思い出すことができる。——これは、実際に非常に役に立ち大いに利用したというフィードバックを多くいただきました。この実施形態の効果性にも着目です。

ここではこの項目への保護者のコメントをいくつか紹介します。
（全部は資料3に収録）

◆成績が上がった（成績・テストなど）

- 目的を自分で考えるころで、学習に対する態度に変化があった。※適当にプリントをやっていたのが、考えてとくようになった。
- 苦手な科目もテストの点数がかなり上がりました。
- 塾の宿題に自分から取り組んで満点を取ると、自信につながっている様です。もちろん波はありますが、少しずつ良くなっていると思います。
- 今まで自分のことをバカだからと言っていたが、算数のテストでクラスで3人だけ100点採った！と嬉しそうに話してくれた。
- 1人目：よくできるが少し増えた。本をたくさん読んで、知識をつけて、自信を持っている様子です。
- 2人目：先生から「休み時間も九九を練習したり、自分から積極的に勉強していて本当に偉いです。」と言われた。もう少しの評価がなく、よくできるといふ成績表になっています。自分から学ぼうとする姿勢という欄はすべてよくできているでした。
- 漢検合格し、次の級も受ける気になった。
- 学校の通知表だけで言えば、以前より評価はUPしていた。本人を見ている限りでは、大きな変化はない気もしますが、自分で気付き、行動に移せるようになってきているのかもしれない。
- 算数100点、漢字テスト100点。よくとりました。以前は60～80点ぐらい普通です。
- いつもヤル気があり、頑張ってると言われた。
- 全体評価数はかわらずでしたが、苦手の算数は上がっていました。
- 子ども本人が、おどろくほど上がっていました。（学校の通知表、2学期）興味、関心の観点は、私も？でしたが、先生の期待も含まれていると思うので、このままがんばってほしいです。
- 算数が苦手ですが、いい所をほめるようにしていったら、自分からやったり、100点とれるようになった。
- 苦手な科目はそのままだが、得意な算数のテストは点数が良くなった。

- クラスのお友達から息子が最近スゲー神ってる！！と言われました。何が神ってるのかよくわかりませんが、何か自信に満ちているようです。
- 漢字の小テストでの100点が増えた。
- 自分の不注意により失点が多い事に気付き、きちんと見直しをして、どうすれば満点をとれるか考えるようになった。

◆B.活動参加(学校内外)への評価(先生・責任者・監督・他の保護者 など)

- 集団をまとめる力があるとほめられた。
- 市民水泳大会に参加する。他のチームの子と仲良く話す。
- 習い事に力が入ってきた。
- 自分の気持ちを相手に伝えることが少しずつ出来ているところである。
- 自分の得意なことに対しては自信を持って発言、行動しているように感じます。
- いつもヤル気があり、頑張ってると言われた。
- 子どもの学校でのお友達との関わりは徐々に改善されている。
- 歌声が大きくなった。
- 自発的な意見を言えるようになった
- プールのコーチや空手の先生から褒めてもらっていることが増えた。
- 先生からは常にブレずに落ち着いて自分をもっている。クラスで問題のある子とも普通に接しているとお話があり、本人も楽しんでいるので、このままプラスにいけたらと思います。
- 委員会活動 リーダーに積極的に手を挙げるようになったよう。
- 自分で進んで参加できるようになった。
- 他の人の意見をよく聞き、まとめる力があるとされた。

読んでいてお子さんの目の輝きとそれを見守るお母さんの笑顔が浮かんできます。

ここでは紹介しきれませんが、アンケート自由記述欄の保護者のコメントはぜひ、ぜひ、目を通してください。

お子さんに対する熱い思いが伝わってきます。

そして多くの方が子供は「イガグリ」、育とうとしている・力があると知ってとても楽になった。見守ってサポートしたいとコメントしています。そこから見えるのは、親の意識改革、親子関係が良くなったことへの喜びも見えてきます。

8) 今後の計画

今回の調査研究で、親がコーチングに関わることで子どもに変化が生まれ、親子関係も改善できることが実証できました。

ひとつは、今回調査に協力していただいた方には継続して例えば1年後などに追跡調査を実施したい。

今回のアンケートでも分かるように、目の前の子どもの状況・将来への不安・親子の関係で悩んでいる保護者は本当に多いです。

次は、幼児期、思春期（中・高など）などの別の年齢層での調査研究を実施したい。

また、出来るだけ多くの方に、自分自身の持っている力を発揮して生きていける状況の創出をサポートできるプログラムを考えたい。

以上、今後の課題として取り組みます。

成果報告以上