

SKILL UP! コーチング

～患者さんとの対話力を磨く～

第11回 コーチングを学ぶには

大橋 健

Ken Ohashi

国立がん研究センター中央病院 総合内科・歯科・がん救急科 科長
同 東病院 糖尿病腫瘍外来

コーチングを学ぶ

講演や研修でコーチングを紹介すると、「もっとコーチングを学んでみたいけれど、どうすればいいのでしょうか?」といううれしい質問を受けることがあります。今回は連載の最終回として、コーチングの様々な学び方についてお伝えしましょう。

コーチングを学ぶための本

まずは本のご紹介から。本で学んだスキルを実際に試してみることがコーチング実践の第一歩です。もちろん、教科書を読んだだけでは診療や手術ができないのと同様に、コーチングの本を読んだだけでは実技としてのコーチングはマスターしきれません。しかし、本を読むことで短時間にまとまった知識を習得したり、普段の実践を振り返ったりすることができます。

・松本一成(著) 『コーチングを利用した糖尿病栄養看護外来—行動変容を促すスキルを身につける—』(中山書店, 2015年)

早くから糖尿病診療へのコーチングの活用に取り組んでこられた、佐世保中央病院糖尿病センター長の松本先生によるテキストです。コーチングの考え方や基本スキルの紹介

はもちろん、糖尿病の診療場面での豊富な対話例や、コーチングのエビデンス、自施設での取り組みなど、100ページ程度のコンパクトな書籍の中に、糖尿病患者さんへのコーチングを学ぶうえで知りたいことが過不足なくまとめられています。

・鈴木義幸(著) 『コーチングが人を活かす』(ディスカヴァー・トゥエンティワン, 2000年)

日本にコーチングが広がるきっかけとなった書籍です。私自身が最初に手にしたコーチング本でもあります。コーチングの全体像がよくわかる入門書です。

・ヘンリー・キムジーハウス, 他(著) 『コーチング・バイブル—本質的な変化を呼び起こすコミュニケーション』(第3版)(東洋経済新報社, 2012年)

世界有数のコーチ養成機関CTIの創設者らによる書籍です。内容は中級者以上向けかもしれませんが、全編にわたって貫かれている“co-active coaching”の考え方はエンパワーメントや患者さんを中心とする医療に通じるもので、是非多くの方に読んでいただきたい一冊です。