

# 「TCFで授業を変える」ガイドブック（試行版）

～ TCF：ティーチング(Teaching)、コーチング(Coaching)、ファシリテーション(Facilitation)の意図的な使い分けに向けて ～



令和8年6月  
東京都教育委員会

## 1 背景と伴走者の視点……………3

- (1) はじめに
- (2) 主体的な学びを支援する伴走者として大切な視点
- (3) 教員に「かけてもらいたい言葉」

## 2 東京都の取組と基本的な考え方……………6

- (1) 「新たな教育のスタイル」の確立に向けた「次世代の学びの基盤プロジェクト」
- (2) 「新たな教育のスタイル」を担う教員に求められる力の一つ「TCF」
- (3) TCFの働きと具体例
- (4) TCFの意図的な使い分けの具体例

## 3 TCFの使い分けの実践……………10

- (1) ティーチング
- (2) コーチング
- (3) ファシリテーション
- (4) 1 単位時間の授業におけるTCFの使い分けイメージ図(参考例)
- (5) TCFの使い分けを意識して実践した教員の声
- (6) TCFを活用して授業改善する際のポイント

## 4 生成AIを活用した発話の分析……………16

- (1) TCFの意図的な使い分けの分析
- (2) 教員の発話を与える学習者への影響

(付録) TCFを活用した発話の分析を学べる研修センターの講座  
TCFの表の見方  
注釈

## (1) はじめに

### 「学習者の学びの伴走者」の在り方を「発話」から整理

- 本ガイドブックは、東京都教育委員会の「次世代の学びの基盤プロジェクト」が目指す「**自立した学習者**」の**育成につながる授業力向上のために活用**することをねらいとしています。
- 国の教育振興基本計画においても、**学習者の主体的な学びを支援する伴走者としての教員の役割**や、リアルとデジタルを融合した授業づくりの重要性が示されました。
- 教員は、**ティーチング・コーチング・ファシリテーション（TCF）**の違いを認知して、学習者一人一人の状況や活動に応じて、**意図的に使い分けることが必要**です。
- 本ガイドブックは、特に、教員が**どのような意図で言葉を発しているのか**という「**発話**」に着目して、主体的な学びを実現するための視点を示しています。

## (2) 主体的な学びを支援する伴走者として大切な視点

伴走者としての教員の在り方は、日々の実践の中で**どのように学習者に関わるか、その姿勢や視点に表れます。**これらの視点を意識することが、学習者の主体的な学びを支援する基盤となります。



### ◆ 学習者と同じ目線で課題に向き合うこと

学習者の考えや興味・関心を大切にし、一緒に考える姿勢をもつことが大切です。

### ◆ 安心して自分の考えを話せる環境づくり

考えや思いを否定せず、受け止めて認めることで、安心して話せる関係をつくれます。

### ◆ 学習への意欲を引き出すきっかけづくり

「自分で決められる」「できそうだと思う」「誰かに相談できる」学びに加えて、「え？何だろう？なぜだろう？」と思う疑問が、学びへの意欲につながります。

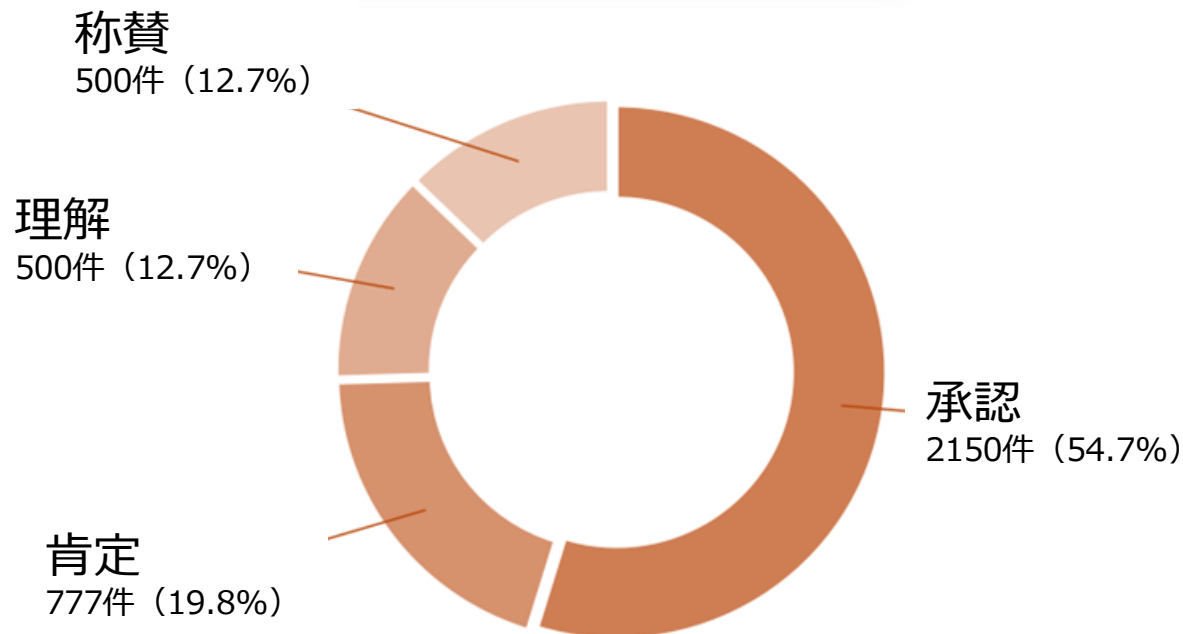
### ◆ 学び方に合わせて支援すること

一人一人の学習者の様子や得意・苦手を見取りながら、「何を学ぶか」、「誰と学ぶか」、「どのように学ぶか」を一緒に考え、学習者が自分に合った学び方を選ぶように支援します。

## (3) 教員に「かけてもらいたい言葉」

教員の発話について、都立高校生徒約1,600人にアンケート調査をしました。この結果は、教員が、どのような言葉を意識的に使うべきかを考える手がかりとなります。

### かけてもらいたい言葉例



#### 「承認」の例

- ・ よく頑張っているね。
- ・ 努力が結果に出ているね。

#### 「肯定」の例

- ・ その感じでいいと思うよ。
- ・ 一歩ずつ進めば良いから、焦らなくて大丈夫だよ。

#### 「理解」の例

- ・ 教えてほしいところや困っていることはありますか。
- ・ 分からないところがあったら遠慮しないで言ってね。

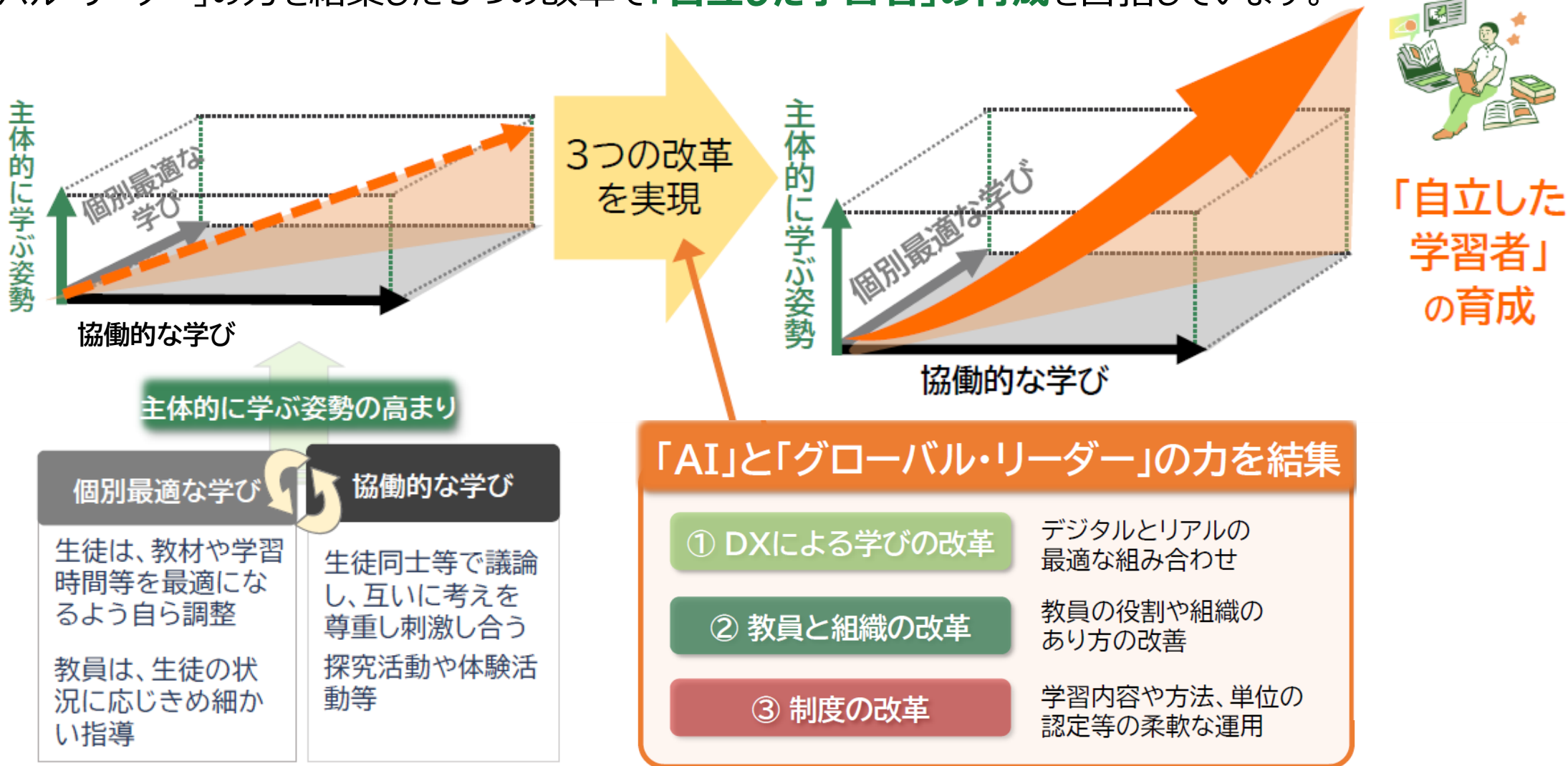
#### 「称賛」の例

- ・ すごい、素晴らしい。
- ・ さすがだね。

## 2 東京都の取組と基本的な考え方

# (1) 「新たな教育のスタイル」の確立に向けた「次世代の学びの基盤プロジェクト」

東京都教育委員会では、「次世代の学びの基盤プロジェクト」を推進しています。本プロジェクトは、「AI」と「グローバル・リーダー」の力を結集した3つの改革で「**自立した学習者**」の育成を目指しています。



## (2) 「新たな教育のスタイル」を担う教員に求められる力の一つ「TCF」

教員が、学習者一人一人の状況や活動に応じて、TCFを意図的に、使い分けていく必要があります。TCFは、対話を基盤としており、教員の意図をもった「発話」は重要な要素です。

**T** ティーチング、 **C** コーチング、 **F** ファシリテーションを、生徒の状況に応じてこれまで以上に使い分け

**T** eaching  
ティーチング

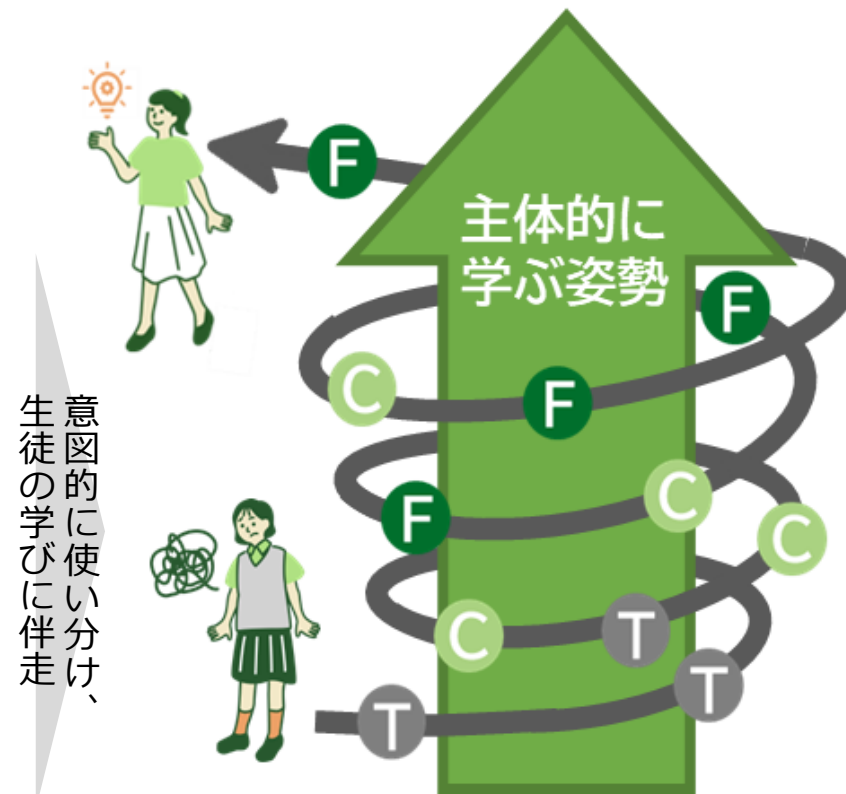
知識や技能を  
分かりやすく  
教え、習得させる

**C** oaching  
コーチング

個々の生徒が目標を  
達成するために支援し  
学びのプロセスを  
決定させる

**F** acilitation  
ファシリテーション

協働的な学習を促進し、  
他者との効果的な  
コミュニケーションを  
構築させる



\* 生徒の状況に応じて、学びのスパイラルアップや教員の伴走の仕方はさまざま

# (3) TCFの働きと具体例

教員がどのような状況や活動で、どのような意図をもって学習者と関わるかによって、問いかけが変わります。

## ティーチング

知識・技能の理解を  
深めるために



なぜこの現象が起こりますか？  
この現象は、〇〇と□□が関係している  
ため発生します。

## コーチング

相手の考えや気づきを問いで  
引き出し、行動を促すために



どんなやり方がよいと思いますか？  
そうそう、そういうやり方もありますね。

## ファシリテーション

複数の意見を整理し、  
合意形成を図るために



どうすればみんなが納得できますか？

## (4) TCFの意図的な使い分けの具体例

同じ場面でも、**TCFの意図的な使い分け**によって、問いかけが変わります。

**【例】総合的な探究の時間** 地産地消の促進を通じて生産者と消費者の結び付きを強化する方策について考える。



### ティーチング

教員 私たちの地域では農産物の生産量が最も多く、全体の65%を占めています。他に私たちの地域の特色を知る上で必要なデータは何だと思えますか。

学習者 畜産物の割合もあると思います。

### コーチング

教員 地域の生産物を中心として、生産者と消費者を結び付けるためには、どのようなことが考えられますか。

学習者 御当地カレーフェスタを開いて楽しんでいただいていたideはどうでしょうか。

### ファシリテーション

教員 皆さんのアイデアは他の地域ではどのように活用できるでしょうか。

学習者 A 私たちのグループでは、SDGsの視点から考えてみたらどうかな。

学習者 B それならば国内だけでなく、海外での活用例も考えやすいね。

# (1) ティーチング (知識や理解を深める)

一方的な説明ではなく、**発話を疑問形**にしたり、質問を**組み合わせ**て**気づきを促し**たりすることが重要です。

項目 ※1	ティーチングスキル		発話の参考例 ※3
<b>質問</b> (理解の深化) ※4	・知識を整理、定着、深化するための問い	(比較する) ※2 (理由付ける) (一般化する)	「同じところや違うところはどこだと思いますか？」 「なぜそう言えると思いますか？」 「これらに共通していることは何でしょうか？」
(説明例) 「これらに共通することは△△ということです」 → (質問例) 「これらに共通していることは何でしょうか？」			
<b>説明</b>	・知識、概念の伝達	(比較する) (理由付ける) (一般化する)	「同じところは○○で、違うところは□□です」 「このように考えられる理由は○○だからです」 「これらに共通することは△△ということです」
<b>指示</b>	・活動、行動の促進	(比較する) (理由付ける) (一般化する)	「二つの視点で比べながら整理してみましよう」 「理由が分かるように考えてみましょう」 「共通点に着目して整理してみましよう」
<b>例示</b>	・理解支援のための具体例、 比喩の活用	(比較する) (理由付ける) (一般化する)	「例えば、○○と□□を比べると、このような違いがあります」 「なぜなら、身近な例で言うと○○だからです」 「このような例に共通しているのは、○○です」

## (2) コーチング (一人一人の生徒が目標を達成するために支援する)

一つの発話で効果を発揮したり、異なるスキルの発話を組み合わせて効果を発揮したりします。

項目	コーチングスキル	発話の参考例
<b>質問</b> (思考の促進) ※5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・状況を把握するための質問</li> <li>・チャンクアップ、チャンクダウン、スライドアウト ※6</li> <li>・オープンクエスチョン、クローズドクエスチョン ※7</li> <li>・否定型の質問 → 肯定型の質問</li> <li>・「why」(「なぜ」の質問) → 「what」(「何」の質問) ※8</li> </ul>	「今どこまでできていますか？」 「簡単にまとめると？」 「詳しく言え？」 「他に例を挙げると？」 「どんなやり方がよいと思いますか？」 「このやり方で進めますか？」 「なぜそうしなかったのですか？」 → 「どうしたらできると思いますか？」 「なぜそうしたのですか？」 → 「そのとき何かあったのですか？」
<b>傾聴</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・共感的相づちやうなずき</li> <li>・ペーシング (声のトーン、速さ、目線、表情等)</li> <li>・オウム返し (相手の発言を繰り返して受け止めていることを伝える)</li> <li>・沈黙の共有 (安心して考える時間の確保)</li> </ul>	「そうですね」「そうですか」「そうなんです」「そうだったんですね」 「うん、うん、なるほどね」 ※相手のペースに合わせる (生徒)「文章問題が苦手です」→(教員)「文章問題が苦手なんですね」 「急がなくていいですよ、ゆくり考えてください」
<b>承認</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・存在承認 (相手の存在の伝達)</li> <li>・成長承認 (変化や成長の事実の伝達)</li> <li>・成果承認 (成果の伝達)</li> <li>・You/Iメッセージ (主語が「あなた」か「私」) ※9</li> </ul>	「正直に話してくれてありがとう」「がんばっていますね」 「前は○○でしたが、今日は○○までできるようになりましたね」 「目指していたことができるようになりましたね」「そうそう、これでいいと思います」 「あなた (You) は○○ですね」「私 (I) は○○と感じました」
<b>提案</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・許可を取ってから提案</li> <li>・提案の内容を明確にしてから提案</li> <li>・行動の選択権 (やるか、やらないか) は受け手</li> <li>・相手に寄り添ってサポート</li> </ul>	「○○について話してもいいですか？」 「ここを見てみるといいかも」「私だったら○○してみるかな」 「○○さんに聞いてみるのはどう？」「これをやってみてはどう？」 「一緒に考えてみようか」

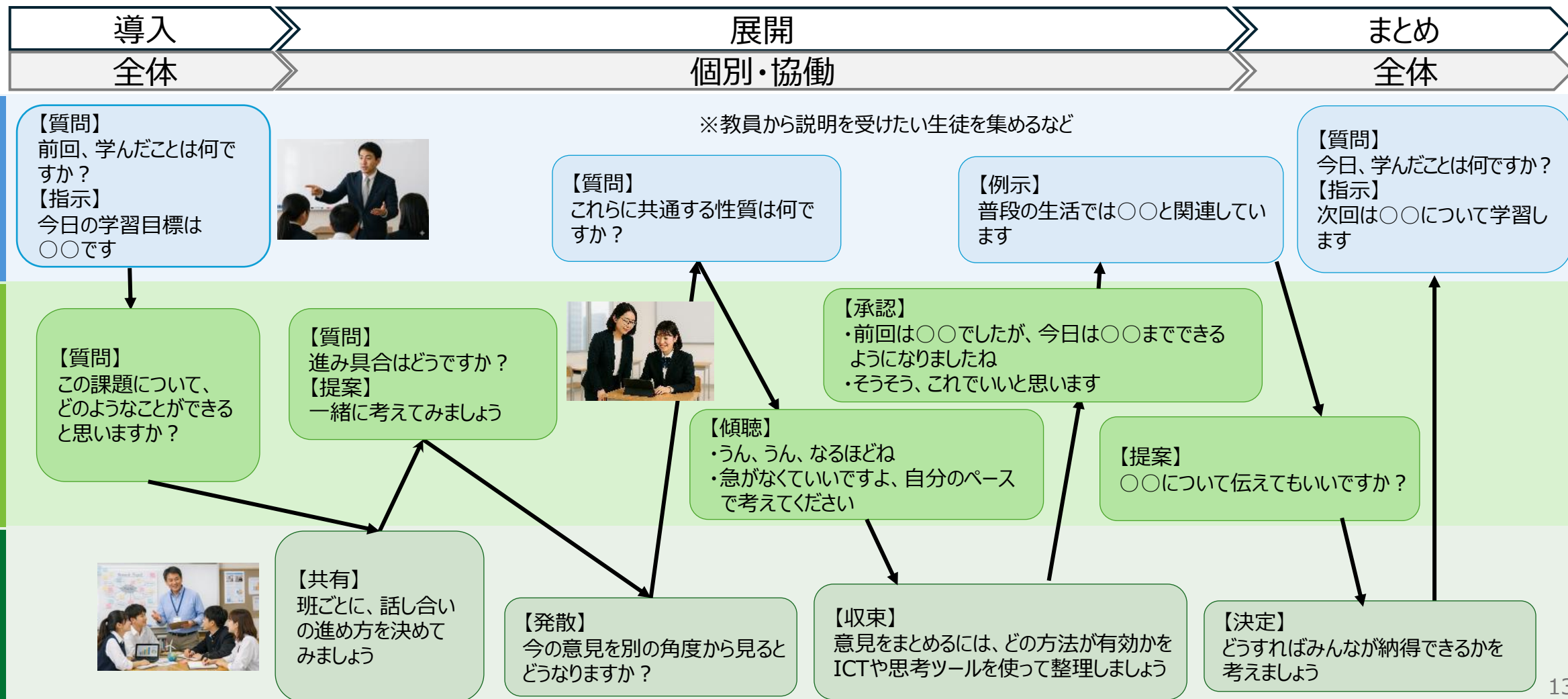
## (3) ファシリテーション（協働的な学習を促進する）

問いを通して対話を進め、**学びの過程そのものを振り返る**ように促します。

項目	ファシリテーションスキル	発話の参考例
共有 ※10	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴールの明確化</li> <li>・プロセスの構築</li> <li>・ルールの確認</li> </ul>	<p>「今日の学習で『何ができたら』ゴールを達成したと言えますか？」</p> <p>「みんなが進めやすくするために、どんな学び方が考えられそうですか？」</p> <p>「いろいろな意見を聞くとき、どんなことを大事にできるでしょうか？」</p>
発散 ※11	<ul style="list-style-type: none"> <li>・傾聴による共感</li> <li>・相互作用の観察</li> <li>・見方の転換</li> </ul>	<p>「今の意見、他の人も共感できるかもしれませんね。他の人にも聞いてみましょう」</p> <p>「今の議論、すごく良かったと思いますが、他の人はどうですか？」</p> <p>「今出てきた意見について、別の見方はありそうですか？」</p>
収束 ※12	<ul style="list-style-type: none"> <li>・意見の整理（可視化）</li> <li>・図解の活用</li> <li>・主張の明確化</li> </ul>	<p>「これまでに出了意見は、どんな要素に分けられそうですか？」</p> <p>「意見をまとめるには、どの方法が有効かをデジタルや思考ツールを使って整理しましょう」</p> <p>「お互いの意見を比べると、どんな違いや共通点が見えてきそうですか？」</p>
決定 ※13	<ul style="list-style-type: none"> <li>・合意形成の手法の選択</li> <li>・対立の解消</li> <li>・プロセスの振り返り</li> </ul>	<p>「どうすればみんなが納得できそうですか？」</p> <p>「どちらも大事な視点ですね、調整が必要なポイントはどこにありそうですか？」</p> <p>「ここまで話し合っ、どんな考え方が広がりましたか？」</p>

# (4) 1 単位時間の授業におけるTCFの使い分けイメージ図(参考例)

教員は、学習者が主体的に学ぶ活動場面を設定し、**単元指導計画をデザインすることが重要**です。その際に、**学習者の状況や活動に合わせた働きかけ**を想定しておくことが大切です。



## (5) TCFの使い分けを意識して実践した教員の声

TCFの使い分けを意識して指導に取り入れることで、**学習者の意欲や理解が深まる**様子が見られるなど、指導の手応えや効果が得られました。

ティーチングについて、  
普段以上に発話の内容や  
スキルを意識することが  
増えました。

コーチングは、生徒の  
気づきを促す効果があった  
と感じています。

ファシリテーションの  
発話の参考例を授業で  
意識的に取り入れることで、  
生徒主体で学習活動が  
円滑に進みました。

発話の参考例を組み  
合わせて使用することで、  
生徒主体の授業デザインに  
なり、生徒一人一人が考える  
時間が多くなりました。

発話の参考例を活用  
することで、生徒にとって、  
授業がより分かりやすくなり、  
安心して活動に取り組む  
姿が見られました。



## (6) TCFを活用して授業改善する際のポイント

### コーチング的な関わり

- 教員が一方的に指示や解答を与えるのではなく、**学習者が自分で考え、選択し、行動できるよう支援する**コーチング的な関わり方が重要です。

### 意識的な振り返り

- すでに実践している**発話を「意識的に」振り返り、その価値を再認識して効果的に活用する**ことが大切です。

### 柔軟な使い分け

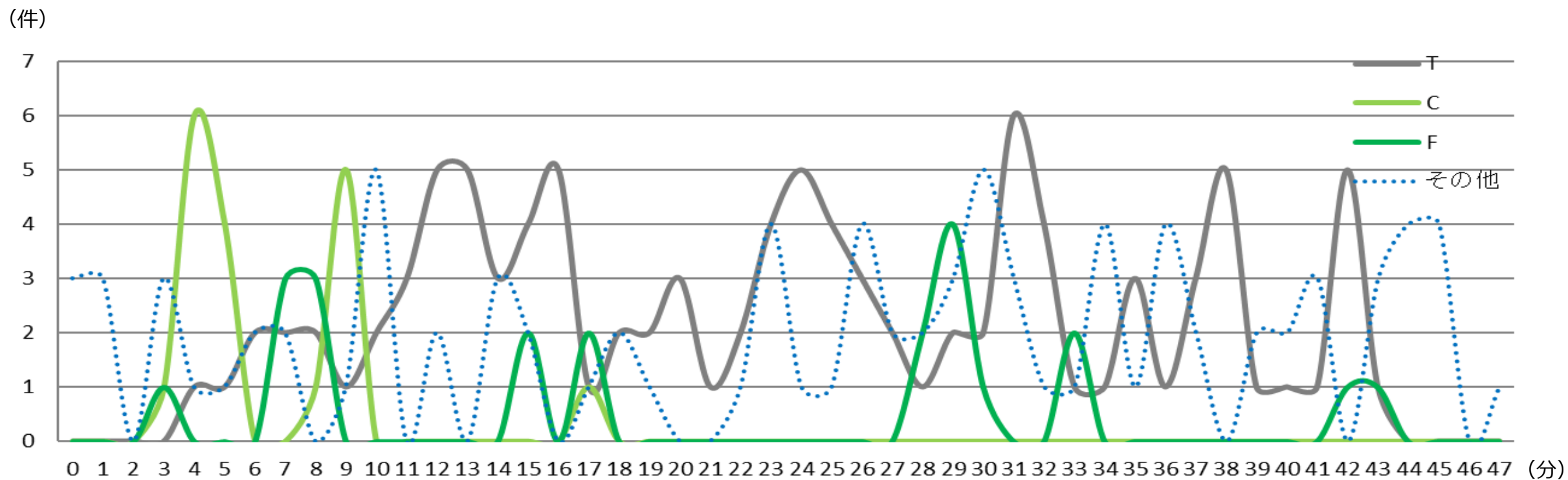
- **教員の表情や話すタイミングによって、学習者の受け取り方が大きく変わります。**状況や学習者に合わせて柔軟に使い分けることが必要です。

### 発話の分析

- 発話の効果を確認するために、**発話を分析することが必要**です。その方法の一つに、**生成AIによる発話の分析**があります。**多くの発話データを即時的に可視化し、発話を意識的かつ客観的に振り返ることが**できます。
- 発話には**個人情報**が含まれる場合があります。生成AIの活用にあたっては、**自治体や学校の規則等**を踏まえ、適切に扱う必要があります。

# (1) TCFの意図的な使い分けの分析

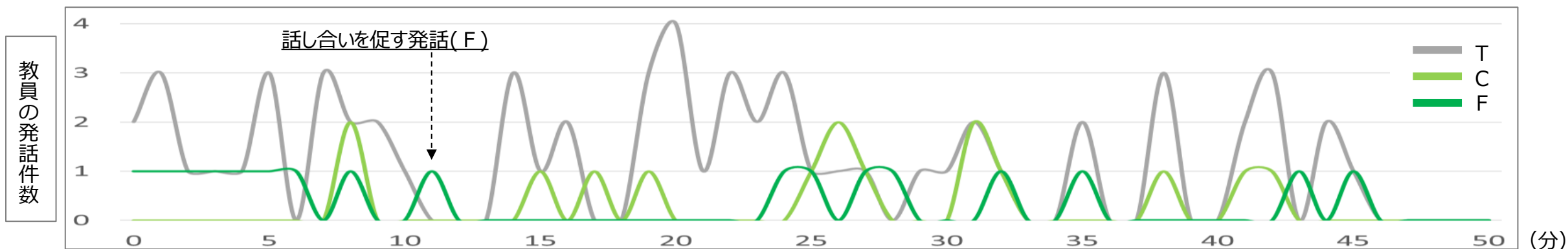
下の図は、授業中の教員の発話の状況を、生成AIがT、C、F、その他に**分類して可視化**したものです。その他は、学習者の気持ちを切り替えたり、興味・関心を高めたりする発話等で、**授業の大切な要素の一つ**です。



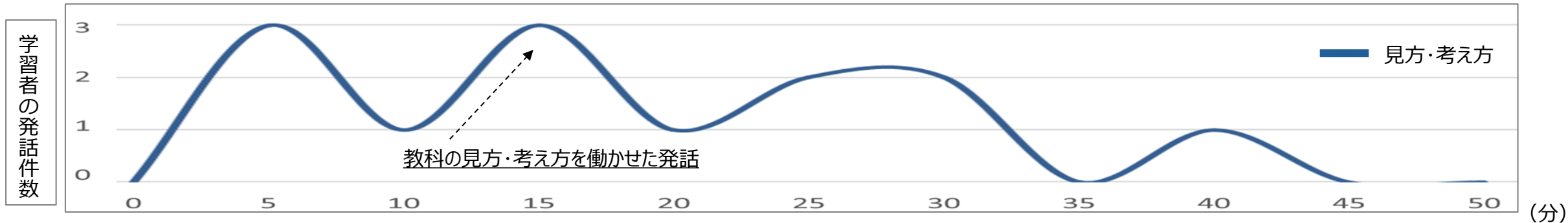
## (2) 教員の発話を与える学習者への影響

学習者の発話を分析することで、教員の発話との関係性やTCFの効果について分析することができます。下の例では、教員が話し合いを促す発話をしたところ、その後、教科等の見方・考え方に沿った学習者の発話が増えています。

(件) (例：中学校第2学年「国語」)



(件)



# 付 録

# TCFを活用した発話の分析を学べる研修センターの講座

## 主な講座名

外国語活動・外国語（小学校の授業デザイン 入門編）

「新たな教育のスタイル」の確立に向けて【Ⅰ・Ⅱ】「次世代の学びの基盤プロジェクト」（高等学校生徒の学びに伴走する探究学習）

「デジタルを活用したこれからの学び」授業デザインの始め方（高等学校向け）

校務DXを推進するための具体的方策の提案【Ⅱ、Ⅲ】

東京都若手教員育成研修（1、2、3年次）

東京教師道場（1、2年次）

## TCFの表の見方

項目	スキル	発話の参考例
発話の目的や場面	その場面で活用できる具体的な技法	すぐに使える発話の例
【例：コーチング】傾聴	・共感的相づちやうなずき	「そうですね」「そうですか」「そうなんです」「そうだったのですね」

# 注釈

- ※1 「国立教育政策研究所 調査研究報告書」（2019年）を参考に、「説明、質問、指示、例示」で整理
- ※2 思考を深める発話に着目し、「考えるための技法」（高等学校学習指導要領解説 総合的な探究の時間編）を参考に整理  
→（例）「関連付ける」等
- ※3 質問と他の発話との関係が分かりやすいよう、代表的な「考えるための技法」を用いた発話の参考例を提示
- ※4 ティーチングの質問：知識・技能に関して学習者の思考を促し、理解を深めるための問いを想定
- ※5 コーチングの質問は、学習者の中にある思いや考えに対する気づきを促すための問いを想定
- ※6 チャンクアップ：まとめて概念化  
チャンクダウン：掘り下げて具体化  
スライドアウト：幅広く情報を引き出し多面化
- ※7 クローズドクエスチョン（Yes/Noを尋ねる質問）：責められている印象を与える場合があるため注意  
オープンクエスチョン（相手の考えを尋ねる質問）：気づきを促進
- ※8 「なぜ」の質問：相手に責任を迫り萎縮させてしまう傾向があるので注意
- ※9 「Youメッセージ」：伝える側の評価が入らないよう注意  
「Iメッセージ」：相手に受け入れられやすく共感も得られやすい傾向
- ※10 共有：「場」をデザインするスキル。「場」をつくり、つなげる。目標を共有し、協働意欲を醸成する。
- ※11 発散：対人関係のスキル。意見や考え等を受け止め、引き出す。傾聴、質問などを通じて、できるだけたくさんの意見や考えを出し合い、理解と共感を深める。
- ※12 収束：構造化のスキル。議論の内容をかみ合わせ、整理する。議論の全体像を整理して、分かりやすく「見える化」するなど、議論すべき論点を絞り込む。
- ※13 決定：合意形成のスキル。議論の内容をまとめて、分かち合う。異なる意見を融合させ、最適な選択肢を選ぶ。