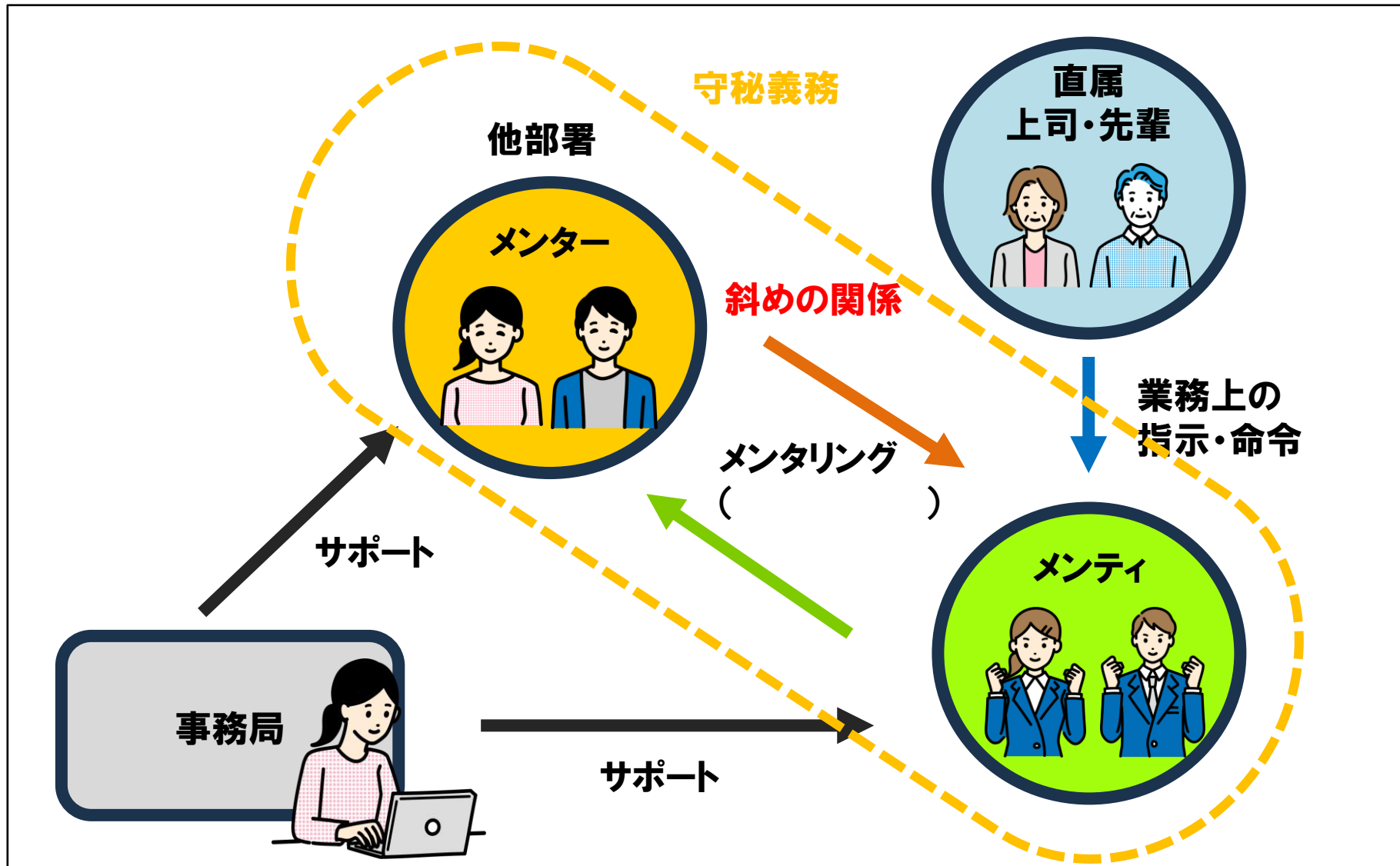


メンター制度とは

■ メンター制度とは



■ 効果が出る理由 【1:1で実施、定期開催、継続】

1. 安心感の醸成:定期的なコミュニケーション、相談機会
2. 、本音を引き出しやすい
3. ⇒ モチベーションにつながる
4. 個別、定期的、継続的实施で に
5. 「 」
がメンバーの努力につながる

■ メンター制度やメンタリングがうまくいかない、効果的なものにならないケース

【メンター制度で発生しやすい悩み】

分からない/ の意義

【効果的なものにならないケース】

- 進行の問題:
- 取組み姿勢の問題:
 -
 - 問題が発生しているにも関わらず、惰性で継続している
 - 関係性()

【目的・テーマ事例】
職場環境や社会人生活の悩み・相談

【起こりがちな失敗事例】

仕事観や人生観について

- メンターが相手視点に立てない:
- 安心できる場であるはずが、プレッシャーの機会となっている
 -
 -
 - 押し付け
- 直属の上司・先輩との関係性
 - 過ぎる



■ メンター制度やメンタリングがうまくいかない、効果的なものにならないケース

【べからずポイント】

- に対する安易な同調
- を適当に回答しない
-

■ メンティの声

【メンタリングを実施しての感想、気付き】

- ・
- ・
- ・
- ・

【メンタリング実施による変化や成長を感じたこと】

- ・
- ・
- ・
- ・

【メンター制度や事務局に対する意見、提案、要望】

- ・ずっと続いて欲しい。
- ・

■ 3原則を邪魔する要素と意識ポイント

【ブロッキング】

自分の感情 =
思いこみ、自己解釈、憶測、想像、深読み =
話をそらす、自分の意図・期待する方向に誘導する =

→

【間】

話し手が考えているのに、待ちきれず話す =
話し手が話している途中で遮って話す、話を奪う =

→

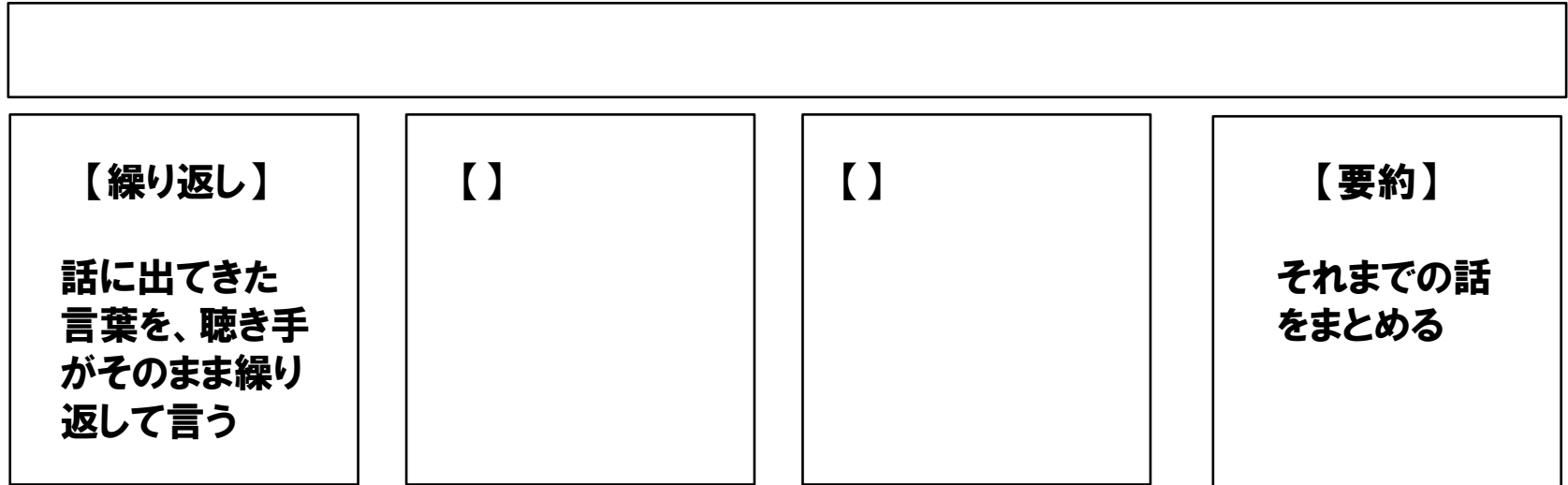
【非言語コミュニケーション】

言語 7%
非言語 93%（視覚：表情・動作、聴覚：声のトーン・スピード） =

→

■ 傾聴技法

3原則をふまえ、適切な傾聴につなげるための技法



<傾聴技法を活用する効果>

- ・
- ・
- ・話し手と信頼関係を築くことにつながる

■ ワーク4:傾聴トレーニング

【メンター役(相談された側)】

①感想・気付き

②

③普段相談に乗る時と今回の違い(あれば)

【メンティ役(相談した側)】

①感想・気付き

②

③

■ ワーク5:メンティの努力が実を結ばなかった時にかける言葉

以下シチュエーションの時に、どのように声をかけますか？

【シチュエーション】

メンティは業務に役立つ資格を取得をするために、日々の仕事の合間をぬって一年間勉強を続けてきました。しかし、試験結果は不合格で、

？リフレーミングでメンティが前向きに動けるような声かけを考えてみましょう。

■ 質問の種類

- ・クローズドクエスチョン: Yes、Noやひと言、ふた言で終わる回答 →
- ・オープンクエスチョン: 自由な回答 →

6W: When(いつ)、Where(どこ)、Who(だれ)、What(何を)、Which(どれを)
Why(なぜ)

1H: How(どのように、どうしたら)

事例)

- ・映画: アクション映画好き?
- ・仕事: 仕事好き?

【活用ワンポイント】

① オープンとクローズを様子を見ながら

② 置き換え

WHY:

HOW:

■ ワーク7:メンターとしての質問活用ワーク 【考える訓

メンティが自ら考え、意識・行動変容につながる質問を考えましょう

【状況】

メンティは、今年、入社した新入社員です。報告・連絡・相談ができてないと上司から指摘されることが多いとのこと。アドバイスではなく、メンティ自らが報連相の大事さやどう行動を変えればいいのか、意識、行動変容につながる質問を考えてみましょう。

【質問】

・相手視点

「

？」

・

・

・

・

・

・今後

■ 質問の役割

5. 視点の切り替え、行動促進：ネガティブな気持ち、行動停滞を打破する



【手法】

ネガティブな気持ちや状況に対して、**事象、プロセスやアクションに焦点**をあてた質問を行うことで、次のステップを浮かび上げさせ、視点の切り替え、行動につなげる

例)上司の指示により、新商品のプレゼン資料をまとめて上司に報告したら、
「このプレゼン内容じゃ、全然ダメ。うまくいかないでしょ」とやり直しを命じられた。

パターン①自己否定、自己嫌悪

「私はなんでこんなにできないのだろう?」「なぜ何をやっても駄目なのだろう?」

パターン②立ち止まる、モチベーションにつながらない

「どうすればいいんだろう」

⇒