

お互いに成長できる関係を築く メンター養成研修

研修のねらい

- メンターになるための姿勢と役割が理解できます。
- メンティーとの相互作用を生み、互いに成長できる関係を築くことができます。
- メンティーの対応とグループ運営に関して、自信を持って取り組めるようになります。

職員間の絆を深め、人が育つ風土づくりをするためにメンタリングは有効です。人と人との関係を根本的な視点から改善し信頼関係を構築することで、メンティーとメンターが相互成長します。仕事に従事しながらも、様々な迷いや悩みを抱えている職員は多いため、メンターとしての助言や心理・社会的サポートはとても重要と考えられます。

この研修では、まずはメンタリングの仕組みや信頼関係構築プロセスなどのメンタリングの基本を理解した上で、メンターとしての動機付けを行います。その後、カウンセリング理論に基づいたラポール(信頼関係構築)を結ぶために必要な姿勢や傾聴トレーニング、行動変容するために必要な捉え方を変えるアプローチ方法などについてグループワークを通じて習得することで、メンターとしての自覚を促し、自信を持ってメンティーの支援に取り組めるようにしていきます。

※ 下記の内容は一例です。ご要望にあわせてカリキュラムをご提案いたします。

1日コース

午前	1. メンタリングの目的 (1) 自立と長期的なキャリア開発支援 (2) 人間的成長の支援 ◇ グループ討議 ◇	
	2. キャリア発達と形成の仕組み (1) キャリアの振り返り (2) 内的キャリアと外的キャリア ◇ 個人ワーク・グループ討議 ◇	
午後	3. 信頼関係を構築するコミュニケーション手法 (1) 相手を理解するための聴く力と訊く力 (2) 相手を受容する姿勢と伝え方 ～ プラスのストローク承認～ (3) 主訴と潜在した問題の見立て方 (4) 話の要約と整理方法(問題の本質をつかむ)	4. モチベーションマネジメント (1) モチベーションの仕組み (2) 目的と目標の考え方と設定の仕方 (3) アクションプランの立て方 ◇ ロールプレイ・グループ討議 ◇
		5. 演習 ◇ ロールプレイ ◇
		6. まとめ