

R3(2021)ファーストステップ研修 成果報告

研修を受講した今だからこそ、自分自身が出来ること。

2022/6/4

受講番号 21403

氏名 石崎 裕典

背景

■自分自身の特性

⇒文章として整理はできる、対話は苦手な傾向がある。

■問題点

⇒同僚との良い関係性を築きたいという思いはある。しかし、実際行動するととなると、躊躇してしまい、消極的になってしまう。

■解決したい事

⇒同僚と良い関係性を築き上げ、お互いに学んだ内容を共有する事で、チームワークが芽生え、離職を防ぐ事にも繋がるのではと思った。

目的

- ・ 同僚との横の繋がりを強化する。
 - ・ 上司等に話しにくい悩み、不安を分かち合う事が出来る。
- ⇒ 互いの仕事へのやる気、やりがいにも繋がりに、ストレス等も緩和される。また心にゆとりが持つ事ができ、仕事への向き合い方にも変化があるのではと思った。

方法

①お互い上司から教わった内容を認識する事で、それぞれの指導方法の違いに気付くため。

⇒同僚のAさんと勤務が合う日に、互いに教わった内容を確認する。

②同僚が悩んでいる、不安に思っている事、同時に人間像も知る事ができ、ストレス緩和、不安軽減にも繋がるため。

⇒休憩時間など、同僚のAさんが話しやすい環境で、話を傾聴する。

③やり取りを行った中で、自職場に疑問を抱いている部分などを相談する事で、自職場の発展、向上にも繋がり、働きやすい環境づくりにも貢献できると思うため。

⇒同僚のAさんとのやり取りを経て、上司に相談する機会を作る。

評価方法

- ①積極的に「ここが疑問点だと思う」など、話に興味を示し、自発的に話しているか。
- ②相手の視線が下に向いていないか、きちんと目を合わせ、話しているか、表情が暗くないか、身を委ねているか。
- ③きちんと相談した内容が上司に伝わっているか、相談内容を理解した上で、何か行動に示してくれているか。

おわりに

- ・ファーストステップ研修で、コミュニケーション分野を学んだ上で、自分自身の感受性も高まり、今回の課題に取り組むきっかけとなった。
- ・今年3月下旬に行った成果報告会后、自職場で同僚のAさんとの関わりが増えた事により、同僚のAさんが笑顔で利用者様とも関わるようになった。また自分自身も上司に業務内容について話す回数も増えた。