

## 女性リーダー育成の要件 第1回

### ～ 女性リーダー育成に必要な<3要素> ～

女性リーダー育成には、次の3要素が必要になります。

- ① 女性リーダー候補者のメンタルモデルを変える
- ② 能力開発目標の明示
- ③ 社内の育成環境整備と経験のデザイン

今回は、3要素のうち「メンタルモデル」について考えます。

メンタルモデルは、価値観や経験に基づいた独自の思考パターン＝考え方の癖や習慣です。

私たちのメンタルモデルは、判断や言動に影響を与えます。

リーダーとして活躍することを期待された女性が、逆にストレスを溜めてしまい、チャンスを生かせないケースの多くは、メンタルモデルを変えることができず、本人の意識と期待とのギャップが大きくなってしまふことが要因です。

ある種のメンタルモデルは強固な自己免疫を作ります。

「私が挑戦しなくても大勢に影響はない」

「今までのやり方を変えたくない」

「挑戦して仕事を増やしたくない」

など、自己免疫が変化に対する抵抗を生みます。

一方で、挑戦や変化を過度に恐れないメンタルモデルを持っている人もいます。「挑戦をして成功した経験」を持つ人です。

ただし、メンタルモデルは、意図的に変えることができます。変化や挑戦を無意識に避けるメンタルモデルを持つ女性の場合、「得意分野で結果を出しやすい挑戦課題を設定」し、小さな成功を体験する機会を作ります。

現状の能力を多少上回る程度の課題を「ストレッチ課題」といいますが、ストレッチ課題をこなすことにより、挑戦への抵抗が高まり、新しい免疫を作ることができるのです。

ストレッチ課題をクリアして結果を出したとき、その挑戦を認めるフィードバックを受けられると、さらに意欲が高まります。そのようにして、ストレッチを繰り返すことで、挑戦や変化を前向きに受け止めるメンタルモデルが形成されます。

#### ◀ 変化や挑戦に強いメンタルモデルを形成するには？ ▶

1. ストレッチ課題に挑戦をする機会を作る
2. 成果を承認し、次の課題に挑戦させる

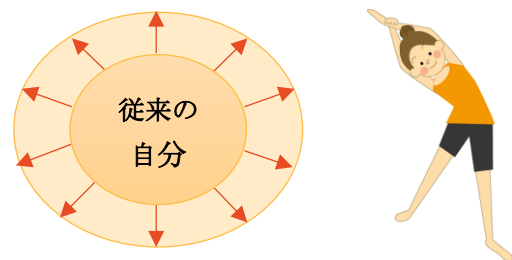
#### ◆ 変化を望まない「自己免疫」

従来のやり方や考え方を変えたくない意識＝自己免疫が高い人は、挑戦や成長を期待されていることがわかっているにもかかわらず、「今までの自分の枠を広げることに、無意識の抵抗が生まれます。



#### ◆ 「小さな成功」でストレッチする

急に大きな目標に挑戦するのではなく、少しずつ伸びしろを増やし、「小さな成功」を重ねることで、挑戦することへの免疫力を高めます。その際、周囲の人が成長を承認する「フィードバック」を与えると、ストレッチを加速することができます。



#### 【新企画】 イキイキ働く女性リーダーのための「5つの仕事力」セミナー

1. 期待される女性リーダー力とは
2. イキイキ輝いて仕事をする◀①セルフマネジメント力▶
3. 部下(後輩)を育てる◀②育成力▶
4. 時間を効率的に使う◀③タイムマネジメント力▶
5. 仕事の精度を高める◀④問題解決力▶
6. 周りに影響を与え巻き込む◀⑤プレゼンテーション力▶
7. 自分と周りが輝くステージをつくる

※上記は、1日研修のプログラム例です。研修実施をご希望の際は、弊社 藤原多映子までご連絡ください。  
メールアドレス: fujiwara@bps.com