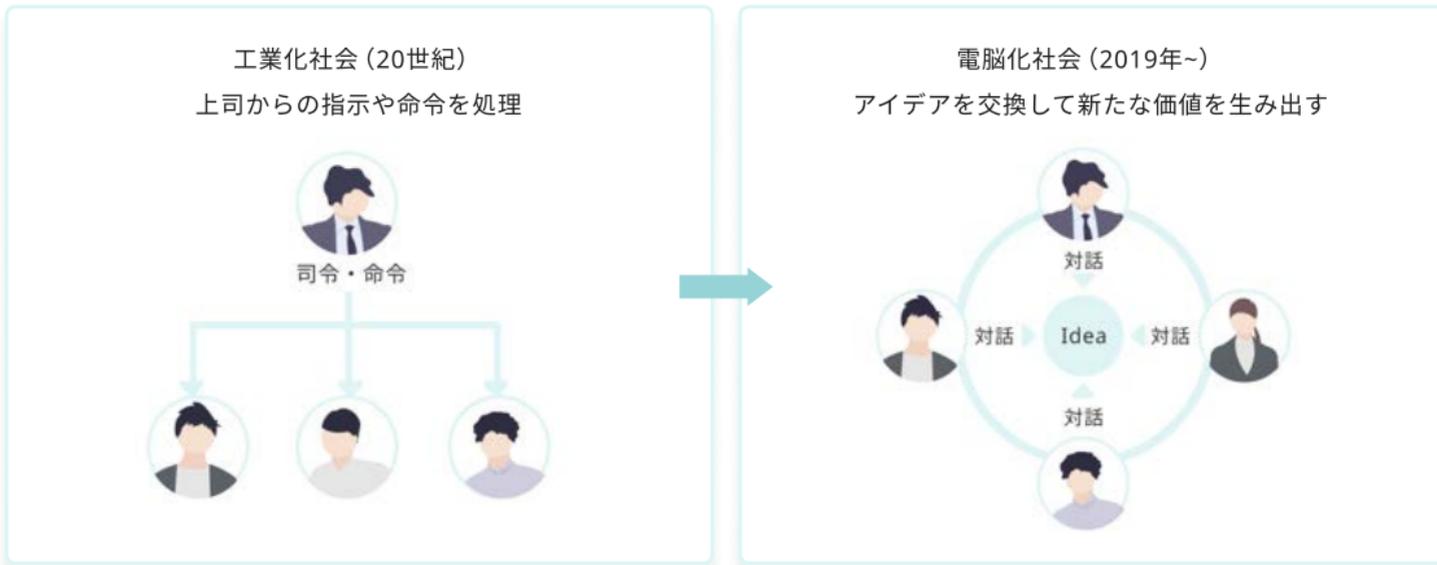


**上司と部下の対話が  
チームの成長に繋がる！  
1on1のススメ**



# 近年、企業と社員の関係が変わっている？

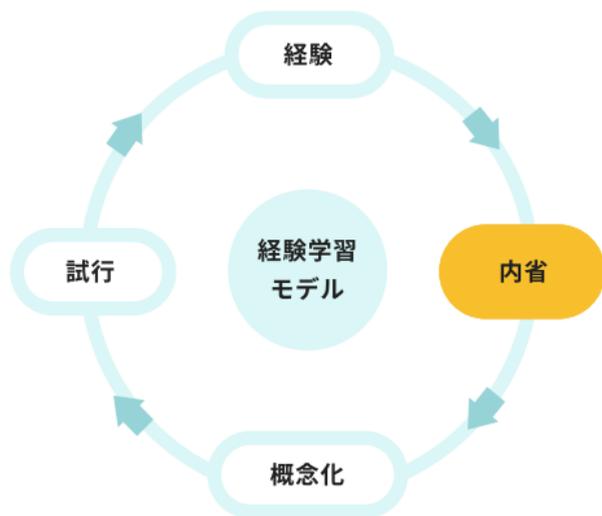
時代の変化に伴って、企業と社員の関係性は変化しています。



処理の正確さや早さが求められた時代から、生み出す、変えていく能力が重視される時代に。

# チャレンジが求められる時代の「経験学習モデル」

経験学習モデルのサイクルを回し、社員の成長を促すことで、組織の成長に繋がります。



出典：経験学習モデル（デービッド・コルブ）

「経験学習理論」は組織行動学者のデービッド・コルブによって提唱されたもので、現代の社会人における能力開発や研修・スキルアップなどでの活用が注目されています。

**人が成長する際に役立つとされる要素は、70%が経験**

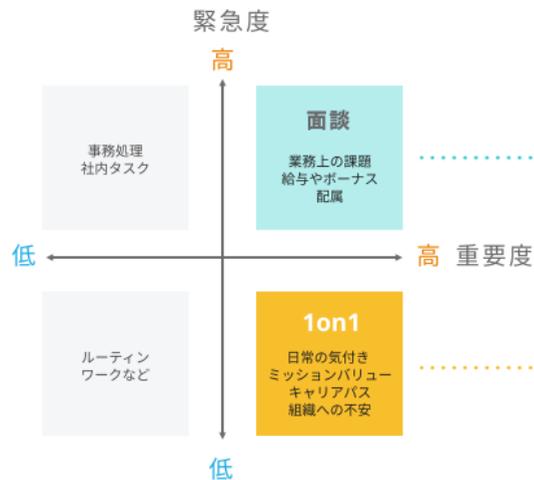
人が成長する際に役立つとされる要素は、70%が経験と言われています。20%が他者からのフィードバックやアドバイスなど。10%が研修や読書で得られる体験や知見です。

70% 本人の経験	20% 他者からの FBなど	10% 読書 研修
--------------	----------------------	-----------------

**内省＝振り返りを促すには、1on1が効果的！**

# 従来の面談に、1on1をプラス！

従来から行われている上司と部下の主な会話は、面談形式であることが多く、スキルや評価などの実務的な内容が中心です。



## 評価をする／受けるための会話

給与に関わる項目を基準に自分の成果をアピールするため「悪い評価を受けてしまったらどうしよう」と考えて、本音で話せないことも。

## 未来のことを話す／不安を解消するための対話

将来に向けての意欲やアイデア、今不安に思っていることを話す。評価のための場ではないので、抵抗感や緊張感が少ない。

1on1は、組織やキャリアに対する価値観や、日常の気付き、不安について等身大で対話をする場です。

# 1on1が「内省」の質を高める

経験学習サイクルの「内省・振り返り」には、上司と部下の1on1が効果的です。

	コーチング	フィードバック	ティーチング
上司の働きかけ	引き出す	伝える	教える
部下の目指す状態	自分の考えに気付く	自分がどう見えているか知る	自分にはない知識を得る
求められるスキル	質問力	伝達力	指導力
ベーシックスキル	傾聴力・観察力・承認力		

出典: ヤフーの1on1 部下を成長させるコミュニケーション技法

STEP  
1

内省の質を高めるためには、質問によって、相手の頭の中を整理させたり、自分自身の考えに気付かせる必要があります。

STEP  
2

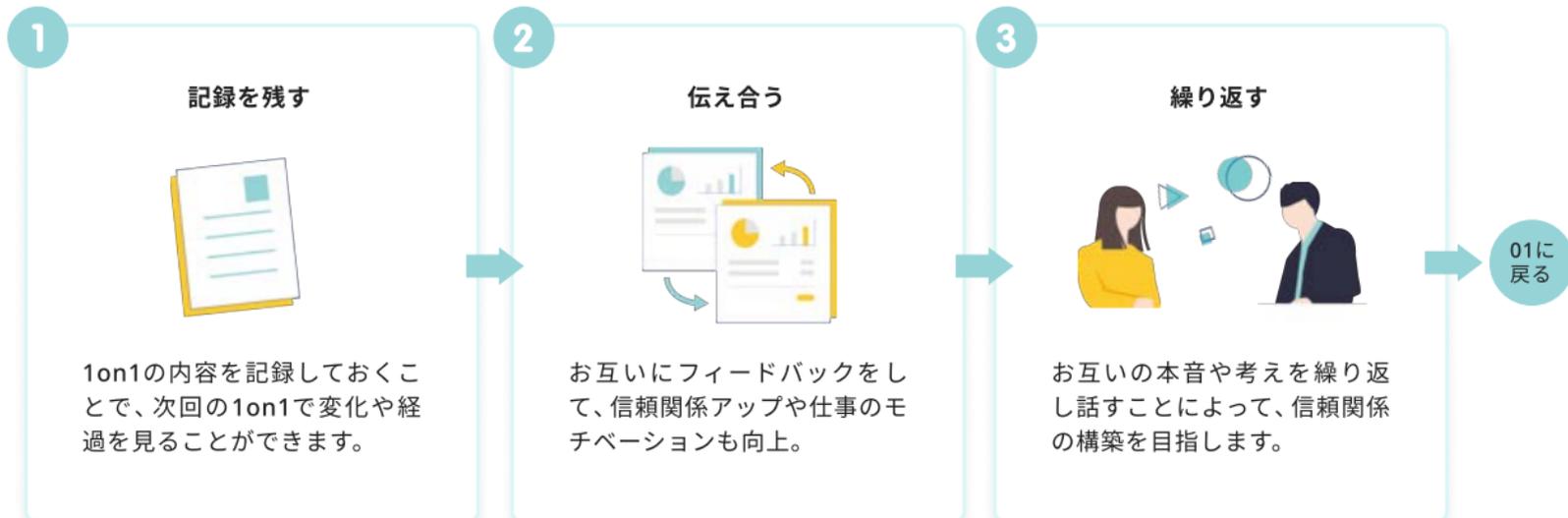
上司側が質問力を高めることで、相手の考えや、本音を引き出し、話した本人が自分の考えを自覚することができます。

STEP  
3

自分自身の考えを客観的に見ることで、新たな気付きやアイデアに繋がり、より高い精度での振り返りができます。

# 繰り返しと蓄積が大切

1on1は、過去の1on1内容を踏まえて、繰り返し行うことが大切です。



一度の1on1で、上司と部下の信頼関係を築くことは難しいです。  
必ず、回数を重ねて長期的に、お互いの相互理解を高めていきましょう。

# 実践してみよう！

相手の価値観についての質問を多くすることで、新たな発見や相互理解に繋がります。

- 今までで一番、印象に残っている仕事は？
- どんなことをしている時が、楽しく感じる？
- 仕事をする中で、一番重要だと思っていることは？
- 仕事をする中で、気をつけていることは？
- 良好な人間関係を保つために、心がけていることは？
- 普段の生活で、意識して続けている習慣は？
- 落ち込んでしまうのは、どんな時？
- これから変えていきたいことはある？

## ポイントは、価値観に関する質問をすること

1on1は、相手の価値観や考えていることについて対話をする場です。「Yes/No」だけで答えられる、クローズドクエスチョンを頻繁に行うと、相手の内面が見えにくくなってしまうため、自由に発言ができるオープンクエスチョンを心がけましょう。



ワンオンワントーク

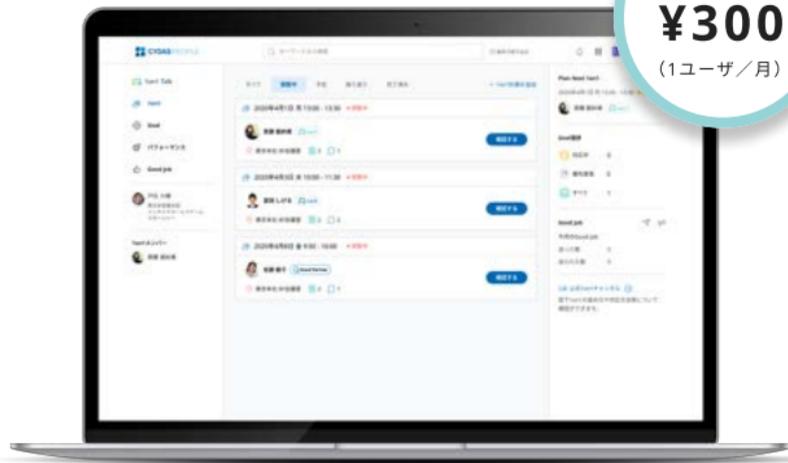
# 1on1 Talk が継続的な1on1をサポート

サイダスの1on1 Talkでは、  
1on1のスケジュールを設定・共有できます。  
変更があった時も、通知機能で確認漏れや行き違いを防ぎます。

話したい内容を「トークテーマ」として設定することで  
1on1開始前の心理的安全性も確保。  
充実のフィードバック機能で、1on1が終わった後も  
「話した内容」「感じたこと」をまとめて記録できます。

上司と部下の1on1をスムーズに行うための  
ノウハウが詰まったアプリケーションです。

 CYDAS PEOPLE をご利用のお客様は、人材情報と連携することも可能です。





## CYDAS

株式会社サイダス  
CYDAS Inc.

創立	：2011年10月	本社	：東京都港区
資本金	：254,747,300円	オフィス	：沖縄県那覇市
代表	：松田 晋		
事業内容	：「CYDAS」の開発・販売・コンサルティング・サポート		

### PROLOGUE :

明日が楽しみになる世界をつくる。私たちサイダスは、より多くの人々が「働きがい」を得られる仕組みづくりをし、個々の人生を豊かにしていきます。人生の大半を占める「働く時間」を幸せに変えていくことで、世の中を幸せで満たしていきます。人×データから「働きがい」を得られる環境をつくり、人々が「働きがい」を当たり前と感じられる世の中をつくり出します。社名の由来は「すべての人・チームの才能を引き出す」から。

サイダスのタレントマネジメントシステムは、さまざまな業界の企業に導入されています。

