

後輩指導ハンドブック

第1版

～後輩との関係が

みるみる

良くなる！～



教育企画室・

院生サポートデスク 編

2010. 3発行



後輩指導ハンドブックとは

この冊子は、愛媛大学の“先輩”にあたる学生が“後輩”に対してよりよい指導を実現することを目的に作成しました。冊子の作成には、様々な調査により収集したデータをまとめ、愛媛大学の“先輩”が後輩指導において何を問題としているのか、問題にどのように対処すればよいのか、整理し簡潔にまとめています。

現在、「社会人基礎力」など社会人として必要な基礎的な能力が規定されています。つまり、大学で何を学んだかということと同時に、何ができるようになったかということも大切だということです。後輩指導には、これら社会から求められる能力を身につける、多くのチャンスがあります。つまり、後輩指導に関してリーダーシップを発揮し、「自分の役割は何なのか」ということを考え、将来にわたって活用することができる能力を身につけてもらいたいと考えます。

この冊子は全5項目から編成されており、各項目は解説、実践例、さらに後輩の声から構成されています。実際に活用する場合には以下のように使うことができます。

1. 各項目は、非常に簡潔な文章で書かれています。日ごろから取り組んでいること、気をつけていることの整理、関連性の確認など経験を再構成するための枠組みとして活用できます。
2. 各項目の実践例の中には、すぐに取り組めるものが多くあります。これらの中で、取り入れたいものがあれば、ぜひ実践してみてください。たとえ失敗しても、そこから学ぶことも多いはずです。

現在大学には、研究室、ゼミ、サークルや部活動など様々な場面で“先輩”と“後輩”という関係が存在します。そのような場面でこの冊子を活用していただければと思います。

大学で、“何ができるようになったのか”将来にわたって活用できる能力の獲得にこの冊子が役立つことを期待しています。

最後に、「後輩指導ハンドブック」作成に関して、ご協力いただいた研究室の皆さまに感謝いたします。

関係作りのコツ ①

後輩の性格を見きわめる

先輩と後輩の関係づくりでも、通常のコミュニケーションのときと同じように、相手の性格を見きわめて、関わりをもつことが必要です。

あなたの後輩はどちらのタイプですか？

(A) 自分で考えて研究を進めるのが好きなタイプ
このタイプの後輩の場合は、手取り足取り教えてあげるよりも、相手の様子を見守り、困っているときに声をかけてあげる方がよいでしょう。ただし、放任にならないように注意しましょう。

(B) 人と協力して研究を進めるのが好きなタイプ
このタイプの後輩の場合は、先輩からどんどん提案して一緒に研究を進めていくとよいでしょう。ただし、後輩がちゃんとついてこられているか、確認してあげることが必要です。一方的な指示だけで、フォローがないと、信頼関係が崩れてしまいます。

● 実践例 ●

(Aタイプの後輩)

- ・ ヒントを与えて、後輩に自分で考えさせる。
- ・ 後輩が困ったときには、自分以外の人にも質問できるように、先輩から予め周囲にお願いしておく。

(Bタイプの後輩)

- ・ 命令型ではなく、提案型で言う。こうしなければならぬといういい方をしない。提案を受入れるかどうかは後輩次第。
- ・ 先輩が長期に留守にするときは課題を与えておく。

● 後輩の声 ●

(Aタイプの後輩)

- ・ 私の先輩は、聞かないと教えてくれません。でも、私の場合は自分自身でやりたいという気持ちがあるので、その方が楽な関係でやりやすいです。
- ・ 先輩が後輩のためにというのは、正直うっとうしいと感じます。必要があれば自分で聞きにいきます。

(Bタイプの後輩)

- ・ 先輩はすごく親切です。先輩の方からどんどん教えてくれます。自分のせいで実験が遅れているのにもかかわらず、休日も対応してくれたりします。

関係作りのコツ ②

自分から話しかける

先輩にはなかなか話しかけられないという後輩も少なくありません。

後輩の性格に由来する場合がありますが、「どういう話題で話しかけたらいいのかわからない」「いつも忙しそうにしているからいつ話しかけたらわからない」など、きっかけがつかめないという場合も少なくありません。

後輩は先輩ともっと話したがっています！

気軽に声をかけてみましょう。話の内容は、研究や専門領域の話でなくても構いません。休みに何をしたとか、趣味の話でも後輩は喜んでくれるものです。

話しかけるのは苦手という人は、笑顔で挨拶するところから始めてみましょう。

● 実践例 ●

- ・教室に先にきていた後輩に「〇〇さん、こんにちは」と挨拶する。
- ・休み明けの授業で、「久しぶり。休みは実家に帰れたの？ 自分は帰れなかったんだよね～」と話をふる。
- ・発表の準備をしている後輩に、「発表の準備どう？ わからないことがあったらいつでも聞いて」と声をかける。

● 後輩の声 ●

- ・学生のための学習室にはあまり行きません。3・4回生が多いので、最近だと卒論をしていて、あまり邪魔をしたくないので。
- ・後輩からすると、先輩から話しかけてくれた方がありがたいです。自分の趣味とかで共通の話題ができると、比較的話しやすいです。
- ・先輩から話かけてくれたおかげで、よい関係がつけられました。関係ができると、自分から質問をしにいけないようになりました。
- ・自分の先輩は、顔色をみて「なんかあった？」と話しかけてくれました。「別に何でもありません」と答えただけで、声をかけてくれるだけでも、気にかけてくれているなと感じて、気分が違ってきます。

関係作りのコツ ③

相手の文脈を考える

相手の状況を見逃して話しても、相手の心にはなかなか入っていきません。後輩にアドバイスをするときには、相手がどのような状況にあるのかを意識しましょう。

例えば、後輩は

- ・ これまでにどんな作業をやってきたのでしょうか？
- ・ 何を知っていて、何を知らないのでしょうか？
- ・ 何に不安を感じているのでしょうか？
- ・ 先輩に何を期待しているのでしょうか？

自分にとっては当たり前になっていることでも、後輩には初めての経験です。話の途中で、後輩がよくわからないという表情や不安そうな表情をしていたら、自分の言っていることが理解できるか確認してあげましょう。

相手の気持ちを考えてとった行動は、必ず後輩に伝わります。この積み重ねが信頼関係につながっていくのです。

● 実践例 ●

- ・後輩が失敗したときには、なぜ失敗したのかを一緒に考える。次回成功させるためには、駄目な点をはっきり言うことも必要。
- ・後輩から質問されてわからないときは「単にわからない」というのではなく、「この人に聞いたらいいよ」と次に結びつくことを言う。「わからない」とだけ言うと、後輩は不安になってしまう。

● 後輩の声 ●

- ・実験に失敗したときは、単に「大丈夫」となぐさめるよりも、一緒にデータを見て、「こんな失敗が考えられる」とアドバイスしてくれた方が助かります。
- ・ときどき先輩の説明がわからないことがあります。専門用語の英語とかを使うと意味がわかりにくい。でも、「わからない」と言ったら、言い換えて説明してくれます。
- ・分属されて最初の頃は、全てが分からない状態で、誰に聞いたらいいのかもわからないので、とても困りました。「何かあったら言ってね」という一言だけでもすごく助かりました。

関係作りのコツ ④

適切なフィードバックをしよう

先輩と後輩の関係づくりで重要なことは、あなたが先輩であるということです。つまり、先輩と後輩の関係は、友人関係であってはならないということです。後輩との良好な関係を作ることは、友達になることとは異なります。時には毅然とした態度で、後輩の言動に対して振り返り（フィードバック）をすることが必要です。

これまで、後輩に言いたいことを言ってきましたか？
何となく、言いにくい、言ったら嫌われるかもと思って、伝えそびれていることはありませんか？

あなたが気付いているのに、伝えないことは後輩のためになりません。後になって、「あの時は…」と言っても、なにも伝わりません。気がついたとき、気がなった時に後輩に伝えるようにしましょう。

● 実践例 ●

- ・後輩の言動に対して「なぜ〇〇したのか？」と問いかけましょう。
- ・言葉を伝えるときは具体的な言葉を使いましょう。
- ・後輩の「現状・欲求・価値」を聞きだしましょう。

● 後輩の声 ●

- ・先輩に、わざわざ何かをしてもらうのは気がひけます。しかし、指摘してもらえないと、何もできないのも事実です。
- ・最初は研究室のルールが分からないので、どうすればいいのか、実際に指導をしてもらったことで、すごく助かりました。
- ・先輩は、オンとオフがしっかりしているというか、メリハリがあるので、自分自身もしっかりしないといけないと感じることがよくあります。

関係作りのコツ ⑤

あなたにもできる雰囲気づくり

部屋の中の空気が重く、ピリピリとしているためか、後輩はなかなかあなたに話しかけることができません。そして、あっという間に先輩と後輩の間に溝が出来てしまった・・・。

そんな時にあなたのちょっとしたきっかけや振る舞いで雰囲気がガラッと変わったりします。お互いに明るく挨拶を交わすことは勿論、部屋の中を実際に明るくしてみましょう。部屋の模様替えもいいかもしれませんね。

また、ちょっとした息抜きも必要です。スポーツ大会や、懇親会などのイベントを利用して、先輩と後輩の距離をぐっと近づけましょう。

● 実践例 ●

- ・部屋を片付けましょう。整理整頓は事故防止のためにも大切なことです。また、歩き回ることの出来る通路の確保も必要です。声を掛けあうためには互いに歩み寄りましょう。
- ・笑顔で明るくしましょう。思い切って、潤滑油としてのムードメーカーになってみませんか。あなたの笑顔が部屋を明るくします。
- ・植物に光が必要なように人間にも光が必要です。窓側を大きく開けて外の光を取り入れ、部屋の中を明るくしましょう。
- ・スポーツ大会などのイベントを企画し、積極的に参加してみましょう

● 後輩の声 ●

- ・先輩と後輩の区別なく互いの机が近いので、判らないことや実験で行き詰ったときは、すぐ質問が出来ます。
- ・先輩だから「偉い」という雰囲気の方は話しかけにくいですね。
- ・先輩と親しくなれたきっかけは、イベントを通じてのことが多いですね。人柄が良くわかりました。



〈執筆スタッフ〉

教育・学生支援機構

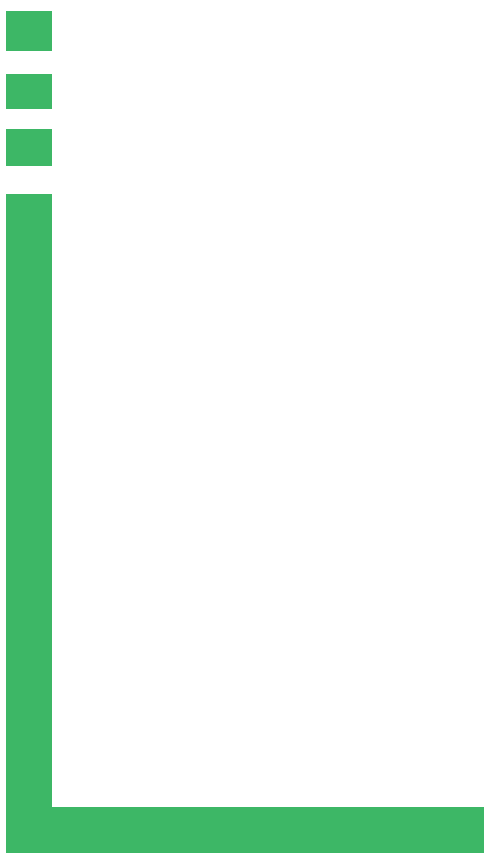
教育企画室 助教 城間 祥子

教育企画室 特定研究員 山内 一祥

教育学生支援部教育企画課

大学院チームリーダー 谷中 恭伸

後輩指導ハンドブック：平成 22 年 3 月発行 第 1 版



2010. 3