

「一人ロープレお助け君」登場！

さあ～何度でも言ってみよう！

やれば、やるだけ、脳に染みつく

●これは、対面ロープレ練習の前に一人で流れ形をもって、相談者に寄り添う練習ツールです。

©Neoキャリアアカデミー

キャリアコンサルタント(受験生)

CCの赤字部分を声に出して言ってみる

赤字の部分は具体的なフレーズが教材にあります。確認してください。



相談者の応答例と気持ち

相談者の気持ちを考えながら大事だよ

一人ロープレお助け君

ガイドにそって、CCの赤字部分を声に出して言うてみる



さあ～言うてみよう！

キャリアコンサルタント(受験生)

相談者の応答例と気持ち

第一段階

初めの第一声:挨拶: 温かみと笑顔で

例: 初めまして〇〇です。よろしくお願いいたします。

寄り添った応答: 温かみと笑顔で

例1: ちょっと緊張します。例2: いやそれほどでも..

受け止め、理解、安心感あたえる

例: ありがとうございます。

本題に入る質問: 真剣な表情で

傾聴: 相談者の表情を見て、うなずき、相槌、伝え返し

相談例:ここは5ケースごと想定
友人はすでにインターンシップに応募しているという話を聞いた。卒業後はきちんと就職したいと思っている。現在、アルバイトはしているが、実際に社員として働くとなると仕事のやり方等が全然違うのではないかと思うので、自分も何か始めなければと焦っている。この先のことについて、どのように考えたらよいかかわからないので、相談したい。

話し終えたか、短い確認の言葉

相談内容の確認と共有

例: はいそうです。例2: いや 〇〇なんです！

相談者の応答に対する、受け止め。

今聞いた相談に対し、CCの理解や共感を伝える

相談者はほっとする
少し分かってもらったので

一人ロープお助け君



さあ～言ってみよう！

キャリアコンサルタント(受験生)

相談者の応答例

第2段階

第二段階にはいる確認・言葉: 自然な感じで

例1: はい 例2: もちろん

メイン質問1: 語尾はオープンに
例: そこもう少し詳しくお聞かせいただけますか?

(相談者の答え・話)

聞いている間はうなずき中心(言葉少なく)

CCのグレイ色の部分はこちらでは話さなくてよい・できない

受容共感(受止め、理解・賞賛・共感)

相談者は感じる
自分を理解してくれる人
⇒信頼関係

関連追加質問: ここで気持ちを深く聞く

(相談者の答え・話)

受容共感(受止め、理解・賞賛・共感)

メイン質問2: 語尾はオープンに
例: そこもう少し詳しくお聞かせいただけますか?

以上と同様でメイン質問4まで繰り返す



一人ロープレお助け君



さあ～言ってみよう！

CCのグレー色の部分はこちらでは話さなくてよい・できない

キャリアコンサルタント(受験生)

相談者の応答例

第3段階にはいる確認・言葉: 自然な感じで

例1: はい 例2: もちろん

CC視点の問題に入る前の前振りフレーズ

相談者の反応

1. 肯定(気づき)
2. 否定・抵抗
3. 逆質問
4. 分かりません

CC視点の問題に気づきを与えるフレーズ

肯定・気づき

否定・抵抗

逆質問

分かりません

CCの対応フレーズ

CCの対応フレーズ

CCの対応フレーズ

CCの対応フレーズ

気づき与えた後の目標設定フレーズ

第3段階

一人ロープレお助け君



さあ～言ってみよう！

CCのグレイ色の部分はここでは話さなくてよい・できない

キャリアコンサルタント(受験生)

相談者の応答例

第4段階

具体的 行動設定(考える)の概要を話す
フレーズ

具体例をあげる、例えば、「〇〇〇……〇〇〇
こんな項目で考えたいがよろしいですか？」
これは5ケース事例により変わる
まだ項目だけで 具体的な内容には入らない

一旦、質問や 考えがあれば聞く

質問や意見に丁寧に応答する

時間が迫っていれば、次回の面談につなげる
フレーズ

少し時間があれば、今日できたことと次回の展開
フレーズ

例1: わかりました。
例2: 詳しくはわかりませんが…

例1: いやとくにありません
例2: 質問や意見

(先の見通し見えてきた。今日で信頼アップ、)

第4段階は、焦らないでゆっくり話しましょう。途中で終わってOKです。その残りを口頭試問で話せばよいのです。

2級面接(最新5ケース対策) 超明快・完全マスター教材 5ケース対策 考え方・フレーズ例

相談事例1: 相沢さん20歳(大学3年) 女性

- 分析事項:
- 1) どんなアルバイトしているのかな? 自分では社員とは全然違うと思っているが、そうかな?
 - 2) 友人をみて焦り先行。きちんと就職したい。何から手を付けたらいいか分からないようだ。
 - 3) 具体的に何を始める前に、自己理解や職業理解を深めることが先決ではないか

A: 相談したいこと: 友人の話を聞き、就職に向けて自分も何か始めないといけないと焦るが、どうしたらよいか分からない。

B: 理解の言葉 相沢さん、今のお話を聞くと、就職が近づくので、本当に迷うし焦りますよね…

(注) メイン質問は代表例、質問の最後は絞切り型に聞くのではなく、「そこもう少し詳しくお聞かせください」等オープンに

C: 質問1テーマ 「何か始めなければ…」とのお気持ち、もう少し詳しく聞かせてもらえますか? どこからでもいいですよ。

D: 質問2テーマ 「インターンシップ」に関しては自分も応募したいとは考えますか? どんなお気持ちですか?

E: 質問3テーマ 「アルバイトと正社員の仕事のやり方の違い」ってどんな点だと思いますか? わかる範囲でお話してください。

F: 質問4テーマ 「アルバイト通じて自分の得意不得意など」は考えたことはありますか? もしあれば聞かせて下さい

G: 質問5テーマ 「どんな仕事に興味ありますか? 又は将来こんな仕事したいとか」 もしあれば聞かせください。

(注) 次の問題に気づきを与える表現や反対されたときの対応は基本教材に詳しく載っています。

H: CC視点の問題1 「自分の適性や向き不向き」を考え理解することが不足。そこに気づきや理解不足

I: CC視点の問題2 「仕事、職業についての知識・理解不足」そこに気づいて、調べる方法や理解不足

(注) 次の提案や打診の表現や対応は基本教材に詳しく載っています。

J: 具体策1 1)CCとの振り返りで自己分析 2)VIP適職診断 3)若年者向けジョブカード 4)周りの客観的な評価

K: 具体策2 1)キャリアインサイト 2)大学就職支援センター等のセミナー 3)職業理解ワークシート

2級面接(最新5ケース対策) 超明快・完全マスター教材 5ケース対策 考え方・フレーズ例

相談事例2:坂下33歳 男性会社員MR

- 分析事項: 1)育児休暇申請(出産は7~10か月後?)は大分先のこと、十分に話し合い考える時間がある
2)父親の育児休暇取得は時代の流れ(小泉さん)。新しい発想で考える大事さ。

A: 相談したいこと: 妻の出産後、育児休暇を取ってほしいと頼まれたが、職場に申請できる雰囲気がなく、どうしたらいいか?

B: 理解の言葉 坂下さん、今のお話を聞くと、それはご家庭と仕事の板挟みで迷いますよね~~~~

(注) メイン質問は代表例、質問の最後は絞切り型に聞くのではなく、「そこもう少し詳しくお聞かせください」等オープンに

C: 質問1テーマ 「職場で申請できる雰囲気出ない」とはどんな感じが、もう少し詳しくお聞かせいただけますか?

D: 質問2テーマ 「奥様とはどんなお話しをされていますか」そこをもう少し詳しくお聞かせください。

E: 質問3テーマ 「育児休暇取得中でも管理職として指示の出し方など、新しいやり方」に関しては何かお知りですか?

F: 質問4テーマ 「世の中では男性の育児休暇取得が新しい流れですが」そこに関しては坂下さんは、どのようにお考えですか?

J: 質問5テーマ 「出産は随分先の話ですので、その間に話し合いじっくり考えて決める」ことに関してはどう思われますか?

(注) 次の問題に気づきを与える表現や反対されたときの対応は基本教材に詳しく載っています。

H: CC視点の問題1 今の時代の流れは男性が育児休暇を申請することはおかしく無いが、その理解不足

I: CC視点の問題2 実際の申請は出産後(まだ先)なので、その間に社内での理解を深めることが可能に気づいていない

(注) 次の提案や打診の表現や対応は基本教材に詳しく載っています。

J: 具体策1 1) 男性育児休暇取得推進法 2) 助成金もある 3) 会社にもメリットがある 以上の理解深める

K: 具体策2 1) 上司や人事との早目の相談 2) 他の男性育児休暇取得の事例から学ぶ

2級面接(最新5ケース対策) 超明快・完全マスター教材 5ケース対策 考え方・フレーズ例

相談事例3:高田さん34歳(女性)

- 分析事項: 1) SNSでどのくらい稼げるか? 見通し甘くない? リスクも考えている?
2) 正社員への打診とは評価されている結果だろう。正社員のメリット分かっているのか?

A: 相談したいこと: 契約社員で経理の仕事しているが、好きな料理のSNSに専念し退職も考えるが正社員への打診があり
どうしたらいいか迷っている

B: 理解の言葉 高田さん、今のお話を伺うとそれは・・・本当に迷ってしまいますよね～～

(注) メイン質問は代表例、質問の最後は絞切り型に聞くのではなく、「そこもう少し詳しくお聞かせください」等オープンに

C: 質問1テーマ 「SNSで収入が増えているのは凄いですね、それだけで今後生活していける見通しは
どんな風にお考えですか」そこを少し詳しくお聞かせいただけますか?

D: 質問2テーマ 「上司から正社員の打診があったときはどんなお話がありましたか」そこをもう少し詳しくお聞かせ下さい!

E: 質問3テーマ 「今回の件は友人やご家族にはお話しされましたか? その場合はどんな意見がありましたか?」

F: 質問4テーマ 「高田さんは、将来の夢や目標、これだけは実現したい」ことなどもしあればお聞かせください。

G: 質問5テーマ 「今の率直なお気持では、正社員と退職ではどちらに気持ちが大きいですか? その理由は?」

(注) 次の問題に気づきを与える表現や反対されたときの対応は基本教材に詳しく載っています。

H: CC視点の問題1 「自分にとっての正社員(無期限社員)の意味や価値を十分理解していない」

I: CC視点の問題2 「SNSで生計を維持できるか否かに関する理解不足」

(注) 次の提案や打診の表現や対応は基本教材に詳しく載っています。

J: 具体策1 1) 正規社員と非正規社員の比較表を作成する。 2) 会社から正社員の役割や条件をよく聞く

K: 具体策2 1) SNS生計を立てた場合の今後の収支計画を考える。 2) SNSでのリスク分析&継続が難しい理解

2級面接(最新5ケース対策) 超明快・完全マスター教材 5ケース対策 考え方・フレーズ例

相談事例4: 大山さん48歳 男性

- 分析事項: 1) 新たな追加職務への不安と戸惑い。求められる役割の拡大と変化。
2)

A: 相談したいこと: 現在、店長として営業の責任を担っているが、会社の方針で人材育成にも力をいれろと言われて、どうしたらよいのか分からない。

B: 理解の言葉 大山さんのお話をお聞きすると、営業責任以外にも役割が求められ、それは戸惑いますよね

(注) メイン質問は代表例、質問の最後は絞切り型に聞くのではなく、「そこもう少し詳しくお聞かせください」等オープンに

C: 質問1テーマ 「まず初めに、今までのお仕事の中で、部下の育成や人材育成に関しては、どんな風に関わってこられましたか」

D: 質問2テーマ 「営業は売上げが最優先と思いますが、その為には若手の指導や育てることが大事とはお考えですか」

E: 質問3テーマ 「会社の方針ですから、人材育成に関して会社とよくお話になる必要性はどうお考えですか」

F: 質問4テーマ 「大山さんは、仕事で将来こうなりたい姿や目標など、お考えになることはありますか？」 具体的は？

G: 質問5テーマ 「この件のに関しては先輩店長何相談したことはありませんか？ 皆さんどんな風に言われてますか？」

(注) 次の問題に気づきを与える表現や反対されたときの対応は基本教材に詳しく載っています。

H: CC視点の問題1 人材育成の重要性の認識が薄く、意欲もなから何をしたらいいかの理解が深まらない

I: CC視点の問題2 人材育成と言うから、やったこともないと思っているが、実際にはそれに相当する経験があることを理解していない

(注) 次の提案や打診の表現や対応は基本教材に詳しく載っています。

J: 具体策1 1)積極的に会社(専務)と話す機会を作る。その為にはどのように話すか準備する。2)マネジメント研修

K: 具体策2 1)ジョブカード使った仕事の振り返り棚卸 2)周りに部下の育成などに関してどう見られているか知る

2級面接(最新5ケース対策) 超明快・完全マスター教材 5ケース対策 考え方・フレーズ例

相談事例5:木村さん52歳 女性

A: 分析事項: 1) 大卒30年同じ仕事で、役職ないのか? そこが疑問? 管理職か担当か?
2) 管理職ではなさそうなので、外部委託となると不安を感じるのは当然か。

B: 相談したいこと 長年、人事労務に携わって来たが、会社の方針で外部委託される方向と聞き、自分の仕事に不安を抱き、その仕事ができないなら転職の選択肢を考えたらいいか相談したい

C: 理解の言葉 木村さん、長年携わってきた仕事が無くなるかと思うとそれは本当に不安になりますよね～～

(注) メイン質問は代表例、質問の最後は絞切り型に聞くのではなく、「そこもう少し詳しくお聞かせください」等オープンに

D: 質問1テーマ 「会社から説明があったときには、ご自身の仕事に関してどうなるのかを聞きことはできましたか」

E: 質問2テーマ 「もし聞けなかったとすると、一度聞いてみるのが大事と思いますが、気苦労の場合もありますからどう思われますか?」

F: 質問3テーマ 「木村さんは、すごくお仕事にこだわりあると思いますが、将来はこうなりたいとかお考えはありますか?」

J: 質問4テーマ 「転職に関しては、今はどのくらいまで考えたり、知ってることはありますか」

H: 質問5テーマ 「転職となるとご家族にも影響が大きいと思うので、簡単にご家族の状況をお聞かせいただけますか」

(注) 次の問題に気づきを与える表現や反対されたときの対応は基本教材に詳しく載っています。

J: CC視点の問題1 自分の仕事なくなると、よく聞いていないのに思い込みが強い(状況理解不足)

K: CC視点の問題2 ご自身のおかれている状況(一人で両親を支える)では転職のリスクにはまだまだ理解が及んでいない

(注) 次の提案や打診の表現や対応は基本教材に詳しく載っています。

具体策1 1) 会社(上司)にどのように聞いたらよいか考える。CCが話し方を援助する

具体策2 2) 転職のメリット・デメリットを理解する。現状の求人実態を調べ理解する