

個人のストレスの特徴・対処法が分かる「ストレスマネジメント力向上研修」を新卒社員向けに実施

キヤノンマーケティングジャパンの法人営業を担うビジネスソリューションカンパニーでは、新卒社員のストレス対応力を高めるため、アドバンテッジ リスク マネジメントの「ストレスマネジメント力向上研修」を2015年度より毎年実施している。同研修の導入経緯や効果などについて、同カンパニーの人材育成を担当するBSグループ事業計画本部 BSグループ事業計画部 BSグループ事業企画課の佐藤隆司氏、林明日香氏、阿部朝明氏に伺った。

※組織名称は取材時(2017年11月)のもの。

新卒社員のメンタル面を強化

キヤノンマーケティングジャパンでは、新卒社員が入社すると、4・5月に本社人事本部による研修が実施され、その後、各カンパニーで、現場に配属されるまでの1カ月間、研修が行われる。ビジネスソリューションカンパニーでは、法人営業の基本、商材知識、営業スキルなどの研修が行われ、アドバンテッジ リスク マネジメントの「ストレスマネジメント力向上研修」も、その中の一環として実施されている。2015年は約30名、16・17年は約50名の新卒社員が受講した。

「ストレスマネジメント力向上研修」は、現在のストレス状態や、ストレスを感じやすい性格傾向、ストレ

スの対処力、ストレスの緩和力などをWeb検査によって個別に明らかにし、後日行う研修で、その結果を本人にフィードバックし、ストレスとうまく付き合う方法を身につけてもらう研修である。受講者のストレス耐性や対処法などが、個別に明らかになる点が特徴だ。

同研修を導入した背景について、佐藤氏は次のように語る。

「一般的に、最近の若手社員はストレスを抱えやすい傾向があり、我々も何らかの対策をしたいと考えていました。そんな中、メンタルヘルス業界最大手のアドバンテッジ リスク マネジメント社から提案を受け、当カンパニーでも翌年度から新卒社員を対象に実施することにしました」

実施の目的として、林氏は次の2

点を挙げる。1点目は、メンタル面の弱さというマイナス面をゼロに引き上げること。2点目は、新たなビジネスに挑戦していけるように、メンタル面をさらにゼロからプラスへと強化することである。

「2点目については、当社はこれまでのオフィス複合機を中心としたドキュメントソリューションのビジネスに加えて、ネットワークカメラや商業印刷といった新しい分野にも事業を広げていくという戦略を掲げています。そのような状況下で、高いモチベーションで前向きに臨んでくれる人材を育てるための一助になれば、と考えています」(林氏)

研修から得られる多様な効果

「ストレスマネジメント力向上研

修」を実施することにより、さまざまな効果が得られているという。

まず、研修を受講した新卒社員にとっては、検査結果が個別にフィードバックされるため、ストレスに関する自分自身の特性や、自分が不調になる兆候、そして、その特性に適した対処法を知ることができる。さらに、それらを踏まえて、自分オリジナルのストレスの「トリセツ（取扱説明書）」を作成することによって、その後の職場で活かしていけるようになっている（図）。

林氏は、「研修では、自分自身のストレスの特徴を互いに開示し合う機会があり、それが結果として、新卒社員同士のつながりを強めることにもつながっている」と話す。また、2017年度の研修を担当した阿部氏は、次のように評価する。

「新卒社員へのアンケートから、研修を通じて、『ストレスが必ずしも悪ではなく、適度なストレスが必要なことが分かった』といった声が寄せられました。9割以上が受けて良かったと答えており、効果は表れていると感じています」

一方、研修の企画運営側にとっては、検査結果を踏まえて、それぞれの新卒社員に適切な対応を取ることができる。

「1カ月間、研修の様子を見ているだけでは分からない部分を客観的なデータとして示してもらえるため、それを踏まえてコミュニケーションや指導を行えるメリットは大きいです」(林氏)

「スコアが低いメンバーには、特に気をつけて声をかけたり、配属後

も現場の様子を確認したりするようにしています」(阿部氏)

さらに、検査結果は他社のデータと比較分析することで、採用プロセスの振り返りや、採用基準の参考資料としても活用が可能だ。佐藤氏は、「検査結果から得られた当カンパニーの社員の傾向を、自社の採用方法や人材育成制度の再検討にも活かせるよう、本社人事部門とも連携したい」と話す。

検査結果を現場にも活かす

実施2年目の2016年度からは、アドバンテッジ リスク マネジメントからの提案により、EQ（感情知能）の要素も取り入れて実施している。

「営業の成否を最後に分けるのは、顧客と接する営業担当者の対人能力と言えます。人の感情を動かすことができれば、どんなビジネスも動かすことはできません。そのスキルを高めるために、EQは非常に重要です。従来は営業のテクニカルな部分しか研修してこなかったのに、EQについて触れる機会を設けられたのは、とても良かったと思います」(林氏)

今後の課題としては、新卒社員が7月以降配属される現場との連携を挙げる。

「配属先の上司やメンターも、新

図 ストレスのトリセツ（取扱説明書）



卒社員との接し方に悩みを抱えています。『ストレスマネジメント力向上研修』では、検査結果から、叱り方・悩みの聞き出し方・アドバイスのポイントをまとめる上司・メンター向けの『トリセツ』も作成できます。そうしたツールも活かしながら、検査結果を上司やメンターと共有し、現場での育成に活かしていきたいと考えています」(林氏)

ビジネスソリューションカンパニーでは、「ストレスマネジメント力向上研修」を、新卒社員自身のストレス耐性の向上、研修の企画運営面における適切な対応、現場における育成、それぞれに効果を発揮する研修として、今後も継続していく予定だ。

●お問い合わせ先
株式会社アドバンテッジ リスク マネジメント
〒153-0051 東京都目黒区上目黒2-1-1
中目黒GTタワー17階
TEL：03-5794-3830
FAX：03-5794-3812
URL：www.armg.jp
※本件に関しては以下問い合わせページからもお問い合わせ可能です。
<https://armg.smktg.jp/cc/0x12z213>