

【イベント名】 **令和7年度 女性活躍研修**  
**②管理職候補の女性社員向け研修「管理職への不安解消」**

【開催概要】

開催日 令和7年11月19日（水） 時間 14:00～16:00 場所 オンライン配信 参加人数 48名

主催 宮城県／みやぎの女性活躍促進連携会議

プログラム		講師	
14:00 開会	主催者挨拶		<b>株式会社Mentor For</b> 取締役COO 宮本 桃子氏 (略歴) 日本大学芸術学部卒。株式会社東北新社を経て、ヤフー株式会社へ入社し、約15年間に在籍。セールス、業務推進を経験後、営業企画部門の部長としてマネジメントを行う。ベンチャー企業での執行役員を経て、株式会社カオナビで執行役員カスタマーエンゲージメント本部長に就任。組織立ち上げ、マザーズ上場を経験。2021年4月Mentor For取締役就任。様々な組織のDE&I施策に伴走。同時に、Mentor Forの公式メンターとして、業界問わず数多くの女性管理職・トップリーダーのメンタリングを行なっている。マネジメント向けのリーダーシップトレーニング、メンタースキルトレーニングの講師・ファシリテーション経験も豊富。「D&I AWARD 2023」トップインクルーシブカンパニー賞受賞。
14:05 研修会			
16:00 閉会			

**研修会**

性別問わず活躍できる企業を目指し、企業における女性管理職の登用率向上と、女性活躍の推進を支援するため、若手女性社員から経営者層までの各階層別の研修会を開催。

テーマ ② 管理職候補の女性社員向け研修「管理職への不安解消」

対象者 : 係長クラスなどの部下を持つ女性社員等  
概要 : 管理職候補となる女性を感じやすい「自信のなさ」「ロールモデル不足」「ジェンダーバイアス」「詐欺師症候群」などの不安を理解し、管理職として前進するための視点を学ぶ研修。

**<研修内容>**  
**○研修の目的**

- ・管理職に対する漠然とした不安や課題を解消する。
- ・求められる知識や理想像を考える機会を提供する。

**○なぜ不安を感じるのか**

- 女性が抱えるリーダーシップの課題**
- ・自信の欠如や失敗への恐れが影響している。
- ・リーダーシップのジレンマやロールモデルの不足が問題。
- 詐欺師症候群と自信の低下**
- ・女性は自分の能力を過小評価する傾向がある。
- ・男性は自分の能力を過大評価する傾向がある。
- 管理職手前の女性の自信の低下**
- ・管理職手前の女性は自己評価が低くなる傾向がある。
- ・昇進に対する忌避感が強くなることが報告されている。
- ワクワク感と管理職の関係**
- ・管理職になると自信や自己満足度が高まる傾向がある。
- ・仕事の裁量が増え、育成にやりがいを感じる。
- マッチョイズムとジェンダーバイアス**
- ・男性の特性が優れたものとみなされる傾向がある。
- ・女性はフェミニンな行動が評価されにくい。

**○不安を乗り越え自分らしく前進していくために**

- 自信を持つための具体的な取組**
- ・成功体験を可視化し、自分の実績を認識することが重要。 ・毎週、自分が主体的にやり遂げたことを3つ書き出す。
- リーダーシップに必要なスキル**
- ・テクニカルスキル、ヒューマンスkill、コンセプチュアルスキルが必要。 ・特に意思決定力や感情マネジメントが重要視される。
- 自分らしいリーダー像を描く**
- ・自分の価値観や強みを理解することが重要。 ・他者からのフィードバックを受け入れることが成長につながる。

**○研修のまとめ**

- ・完璧を求めず、前進を目指すことが大切。 自分を知り、強みを活かしてリーダーとして成長することを促す。

**●参加者の感想 ※一部抜粋**

- ・チャット欄から感じたことは、前向きになれる人となれない人がいること。女性は不安になる傾向があり、男女差において、そもそも捉え方が根本的に異なる研究結果に納得した。どのような考え方の受講生に対しても、先生は寄り添う気持ちで対応してくれていることを感じた。
- ・様々なリーダーシップについての視野拡大、ジェンダーギャップやアンコンシャス・バイアスなど、目の前にある社会課題をわかりやすく解説いただいた。
- ・「詐欺師症候群」がまさに自分に当てはまると感じ、初めて聞く言葉でもあり、印象に残った。
- ・女性が管理職になる不安について、背景やマインドについて知ることができて腑におちた。同じ悩みを抱えている方がたくさんいて安心した。

