# ダラスのワーキング女子へエールを！
## ～JCWのマンスリーメッセージ～

### 私が思うメンタリング

皆さんはメンタリングと聞くと、何を思い浮かべますか。企業の人材育成を想像する方もいれば、人生やキャリアの相談に乗ってくれる人を思い浮かべる方もいるかもしれません。私自身は、メンター（相談を受ける人）とメンティー（相談をする人）が、お互いに学び合い、成長できる関係だと考えています。上下関係というよりも、同じ目線で励まし、背中を押してくれるような関係です。

そもそもメンター・メンティーとは何でしょう。日本メンター協会の定義によると、メンターとは、メンティーがどのようなことでも相談できる人、信頼している人、と定義しています。仕事やプライベートの話も安心して相談でき、共に悩み、考え、支えてくれる人。できる範囲で有形無形問わず力になってくれる人。特別に振る舞うことはせず、ありのままの態度で接してくれる人。同じ目線で対等な立場で対話してくれる人。メンティーと共に成長する人、だそうです。興味深いのは、メンターに必要なのは特別なリーダーシップや職歴ではなく、自身の経験や知識、そしてメンティーに対する素直な思いだという点です。人生で悩んだ経験がある人なら誰でもメンターになる素質があるのかもしれません。人として真摯に向き合う姿勢こそが求められるのだと思うと、メンタリングは実はとても身近なものだと感じられますね。

私が共同運営しているNPO法人JCWでは、グローバルメンタープログラムを実施しています。海外で働く日本人女性と、日本の女子大生をマッチングする取組みです。社会に出る前の学生が、海外で働く選択肢を自分の将来像として具体的に描ける機会は、日本では決して多くありません。「海外で働くって？」「どんなスキルが必要？」といった疑問に答えてくれる人が周りにいないこともしばしばです。そこで、実際に海外で活躍するキャリア女性達と繋がり、自分の将来を考えるヒントを得てもらいたいと考え、このプログラムを立ち上げました。本プログラムでは、メンティー側が成長するだけでなく、メンター側にとっても大きな学びがあります。若い世代の考え方に触れることで視野が広がり、自身のキャリアについて整理するきっかけにもなりますし、社会貢献に繋がり、人脈作りにもなります。お互いにとってプラスがある。これこそがメンタリングの醍醐味ではないでしょうか。

この取組みを始めた頃、日本ではまだメンタリングの概念がそれほど浸透していませんでした（今でもそうですが）。参加した学生の中には、履歴書を添削してくれる制度かと思ってましたと言う人もいたほどです。最近では企業での制度導入も増え、少しずつ馴染みが出てきたように思いますが、学生にとってはまだまだなのかもしれません。今では東京都労働相談情報センターが2024年に新設した「働く女性スクエア」で社外メンター制度を提供するなど、メンタリングの必要性が理解され始めています。

メンターになるために資格が必要かというと、答えはNOです。そもそもメンターとは、メンティーが「この人は私のメンターだ」と自然に思うことで成り立ちます。と言っても、そのような相手を自力で見つけることは難しいですよね。そのため企業や団体でメンター制度が提供されているのです。私自身も、思い返せば人生の節目で出会ったメンターがいます。一度しかお会いしたことのない方もいますが、その一回の会話が人生の方向性を変えるほどの影響を与えることもありました。時は2010年、リーマンショックの時です。同僚がどんどん解雇される中、私はどうやったら社内で自分の付加価値を作り解雇されない社員になるか模索中でした。そんな時にあるメンターが教えてくれたのは、会社には二つのタイプの社員がいるということです。

一つ目は資金を調達する人。もう一つは資金を使う人です。不景気時に真っ先に解雇されるのは前者。後者はなかなか解雇されず、会社が必要とする社員だそうです。このメンターの業界は商業不動産売買で、タフな人が多い業界なので、さすが言うこともはっきりしてるなと思ったものです。そのアドバイスのおかげで今の私があると言っても過言ではありません。

様々なメンターにお世話になっていたら、気がつくと今度は私がメンターになる年齢になっていました。歳は関係ないかもしれませんが。私の勤務先ではメンター制度があり、私もそこでメンター登録をしています。まずはメンターかメンティー、もしくは両方に登録します。そしてメンティーが希望するメンターを数人指定し、会社が希望に沿ってマッチングをする仕組みです。期間は一年間。メンターとメンティーが会う頻度はお互いが相談して決めますが、会社は最低でも年4回は会うように推奨しています。

私が今担当しているメンティーは、社会人2～3年目のアジア出身の若手社員です。同じアジア人だという点も、彼が私を選んだ理由の一つかもしれません。ただでさえアジア人が少ない業界で、しかも管理職となると更に数は限られますからね。でも実際に彼と対話してみると、人種という点はあまり関係なく、キャリア初期の悩みがほとんどです。昇進するにはどうすべきか、どうすれば周囲に認められるのか、資格試験と仕事をどう両立するかなど、どれも私自身が20代の頃に抱えていた悩みと重なります。今考えれば20代の私の悩みはかわいいもの。でも当時の私は必死でした。

メンターとなった今、時々私は、当時の自分にアドバイスしているような気分になることもあります。メンターはメンティーと共に成長する人とはよく言ったものです。最近の若者達は～と文句を言う前に、まずはメンティーの話を聞いてみるのもいいですね。今の若い人達の立場や考え方などが見えてきて、とても興味深いですよ。

人生のどこかでふと立ち止まり、誰かと話したくなる瞬間は、誰にでも訪れます。そんなときに相談できる人がいるという心の支えは、何よりも心強いものです。メンタリングは特別なことではなく、人と人が向き合うシンプルで温かな関係です。ぜひあなたも、その一歩を踏み出してみませんか。きっとその先には、新しい学びと出会いが待っているはずです。

**プロフィール：**
JCW(Japanese Career Women)
2018年に発足した、ダラスに本拠地を置くNPO法人。ダラス、そしてアメリカ・日本・海外で働く日本人女性やワーキングマザー、学生達を応援し、ネットワークの場を提供するため、毎月様々なイベントを主催している。
メールアドレス：djcwomen@gmail.com
ウェブサイト：jcw-shines.org