

女性研究者支援室

メンターによる支援

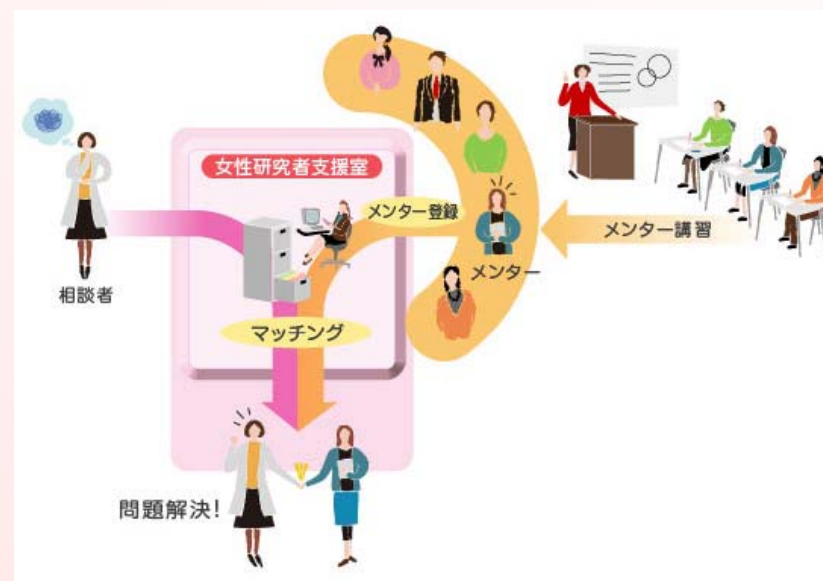
制度紹介・利用ガイド



メンターによる支援とは

本学が取り組むメンターによる支援とは、研究者としてキャリアを形成していくための方法や、その際の研究とライフイベント（結婚、子育て、介護など）との両立などについて、同様の経験を乗り越えてきた先輩研究者（メンター）から、学部や専門の枠を超えてアドバイスを受けられるシステムです。

- 相談者の相談内容を受けて、女性研究者支援室がメンターを紹介し、相談やアドバイスが受けられる環境を提供します。
- 一対一での面談はもちろん、グループ面談（座談会形式）も可能です。
- 秘密は厳守されます。



Q&A 制度の詳細について

Q1. メンターとは？

A1. 知識や経験が浅い人に対して、キャリア形成と心理・社会的な側面から、一定期間継続して支援を行う知識や経験の豊かな人のことを意味します。

Q2. メンターはどのような人ですか？

A2. 本学に勤務する研究者(男女)で、次世代の育成に意欲のある方々です。
メンターの紹介は[こちら\(学内限定\)](#)。

Q3. どのようなことを相談できるのですか？

A3. キャリア形成に関する事柄を中心とし、ライフイベント(子育て、介護など)との両立などについても相談することができます。

Q4. どのような人が利用できるのですか？

A4. 本学の女性研究者(教員※・医員・研修医・研究員)、女性大学院生、および研究者を目指す女性学部生が利用できます。
男性でメンターの紹介を希望される方は、ご相談下さい。

※教員とは、有期雇用、特任教員を含みます。

Q&A



Q5. 相談スタイルは？

A5. 個別面談(一対一での面談)とグループ面談(複数人での面談)があります。いずれも予約が必要です。1回あたり30分から1時間くらいを目安に相談を受けつけます。

Q6. いつ、どこで相談できますか？

A6. 初回は、支援室のスタッフが支援室にて相談内容をお聞きします。2回目以降は、メンターとその都度、日時と場所を調整します。女性研究者支援室内の部屋(旭町分室も含む)も利用できます。

Q7. メンターを選ぶことはできますか？

A7. お申し込み後に、メンターのリストから希望するメンターを選ぶことができます。ただし、きめ細かなメンタリングを行うために、メンター1名が受け付けられる相談者は2名程度までとしていますので、ご希望に添えない場合もあります。支援室のスタッフが希望するメンターへの連絡調整を行います。特に希望するメンターがない場合には、支援室からメンターを紹介します。

Q&A

Q8. なかなか時間がとれないのですが・・・。

A8. メールでの相談も受け付けています。

Q9. メンターを変更することはできますか？

A9. よりよいメンタリングのためには、メンターとの信頼関係が重要といわれています。2回程度のメンタリングを行った後に、メンターと相談者から簡単なヒアリングを行い、メンターと相談者の相性や継続可能かどうかを判断します。また、メンターとのやりとりに違和感を感じる場合には、すぐに支援室に連絡を下さい。状況によりメンターの変更などを一緒に検討したいと思います。

相談例 (例えば以下のような相談が考えられます)

- 教員： 子育てと仕事で毎日綱渡り。やりくりするコツを知りたい。
- 教員： 突然介護することになり、戸惑っている。自分にやれるかどうか不安。どんな関わり方があるのか経験者に相談したい。
- 新任教員： 研究環境も生活環境も変わって戸惑っている。うまく馴染んでいけるだろうか、研究のペースが落ちるのではないかと心配。研究資金の獲得についても誰かに相談したい。
- 大学院生： 研究が思うように進まず焦っている。これから先、研究者として自立してやっていけるのだろうか？就職や留学のチャンスはどうやって掴んでいけばいいのだろうか…。
- 学部生： 研究や大学院への進学に興味はあるけれど、実際、研究活動や大学院での生活がイメージできない。大学院修了後の進路にはどういふものがあるのか？研究者を目指しているが、今、何をしておくべきなのか知りたい。

利用申し込み



- 女性研究者支援室へ電話もしくはメールにてご連絡下さい。

電話: 262-7570

Email: female-support@adm.niigata-u.ac.jp

- メンターによる支援利用申込書をご利用いただけます。
- 支援室のスタッフが、相談内容を伺い、登録されているメンターをご紹介します。