

職員面談ワークシート（GROWモデル）

面談前にご自身で記入し、面談のときに一緒に深めていきましょう。

氏名： _____ 記入日： _____年____月____日 面談日： _____年____月____日

【G】Goal | どうなりたいか

「目標」と構えなくて大丈夫です。思いつくことを書いてみてください。

この1年で、できるようになったこと・成長を感じたことは？

仕事をしていて、やりがいを感じるのはどんな場面ですか？

3年後、どんな働き方をしたいですか？（漠然としていても構いません）

【R】Reality | 今はどうなっているか

うまくいっていること・困っていることを、事実として整理します。

今、うまくいっていることは何ですか？

難しさを感じていること、時間がかかっていることは？

その原因として、何が影響していると思いますか？

【O】Options | どんな方法が考えられるか

できるかどうかは後で考えます。まずは思いつくままに。

状況を良くするために、どんな方法が考えられますか？（いくつでも）

小さく始めるなら、何ができそうですか？

誰かに協力してもらおうとしたら、誰にどんなことを頼めますか？

【W】Will | 実際に何をするか

「いつ・何を・どのくらい」まで具体的に決めましょう。

まず何から始めますか？

いつから始めますか？ いつ振り返りますか？

実行できそうな度合いは、10点満点で何点ですか？

1 ・ 2 ・ 3 ・ 4 ・ 5 ・ 6 ・ 7 ・ 8 ・ 9 ・ 10

点数をあと2点上げるには、何が必要ですか？

【事業所が求める人材像】

Word版では自由に書き換えできます。面談の場で伝え、共有しましょう。

- ☐ 自己の振り返りができる人
- ☐ 能力を高めようとする人
- ☐ できることを増やそうとする人
- ☐ 資格取得に取り組む人（介護福祉士・ケアマネジャーなど）

事業所に貢献できることは何だと思いますか？

【面談メモ（記入は面談者）】