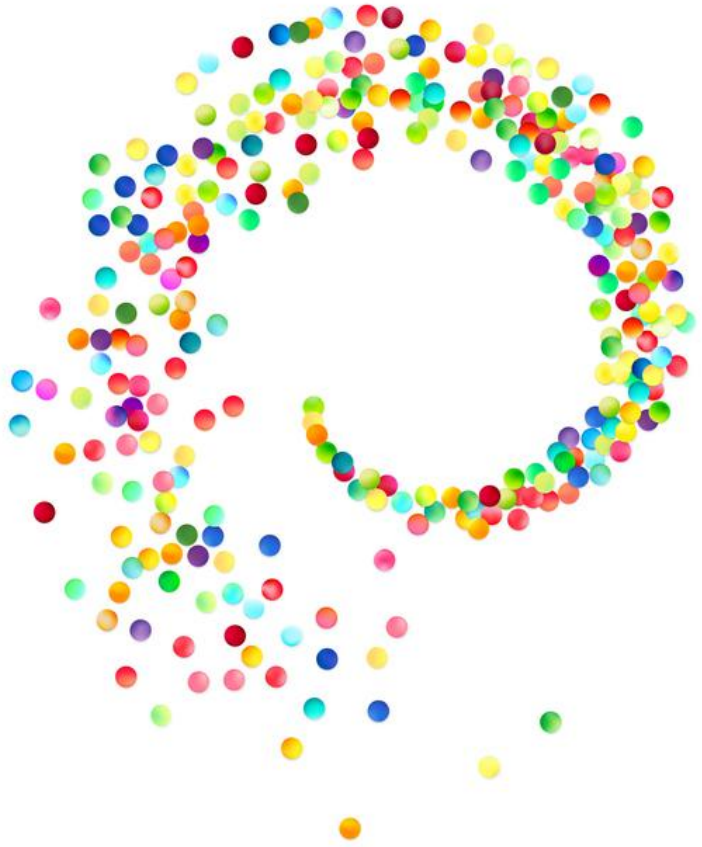
フィードバックスキル
受け手タイプ別返しの一手

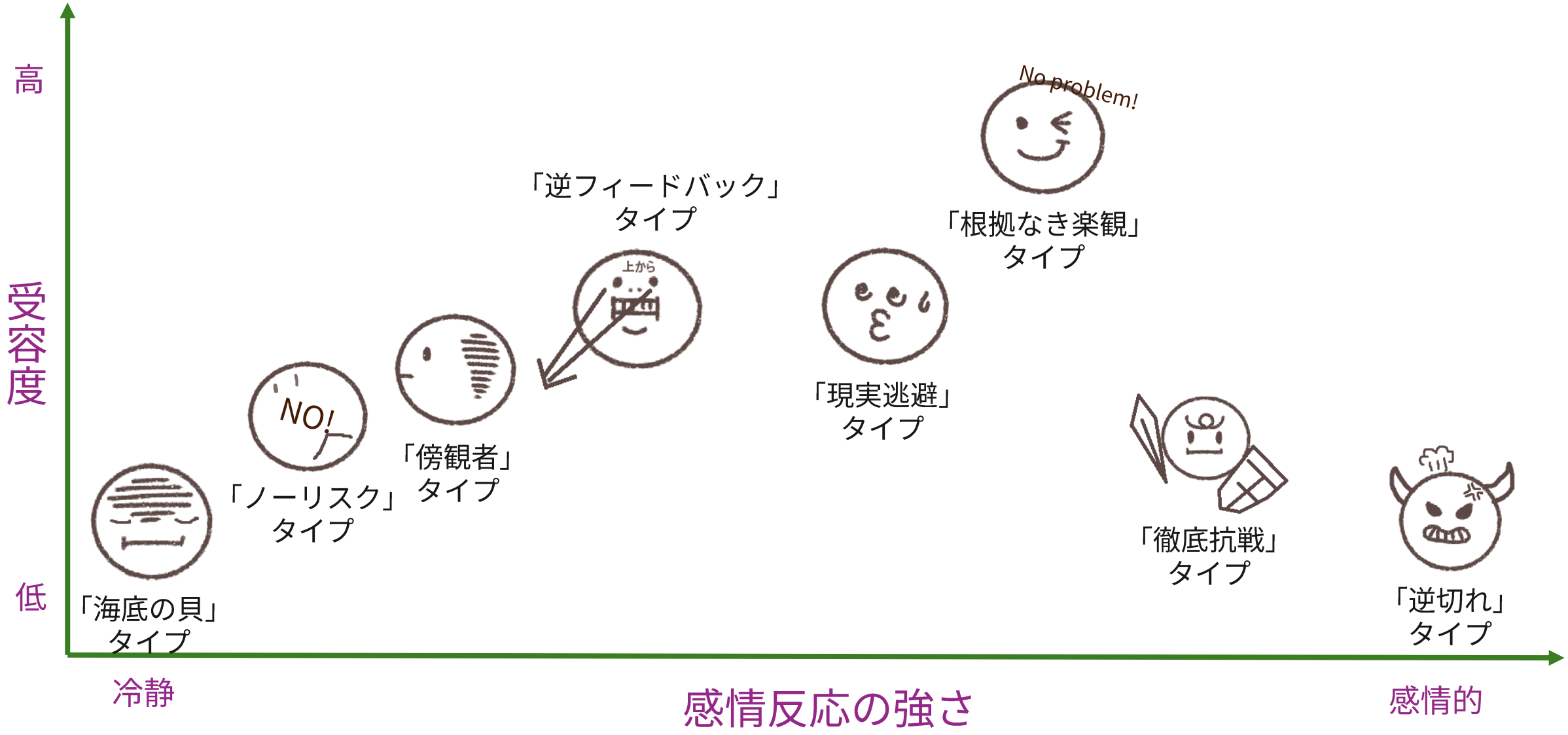
２０２５年１月　Version 01



PEOPLE COMPASS

運営会社　じおなす株式会社

受け手タイプ別の対応



COPYRIGHT©JIONASU CORPORATION ALL RIGHTS RESERVED

「フィードバック入門」　中原淳先生（PHPビジネス新書）をベースに作成

受け手タイプ別　「返しの第一声」　1/4

何を言っても黙り込む「海底の貝」タイプ

反応	こちらが沈黙に耐えられなくなるほど、黙ることで不満を表す
返し	沈黙を恐れずに、受け手が口を開くまで、こちらも沈黙で待つ

- 変にフォローするのは受け手のペースに乗ること（その後が不利になる）
- 沈黙を恐れずに、受け手が口を開くまで、こちらも沈黙で待つ
- どうしても口を開かないときは、場所を変えたり、時間をあらためる
  （受け手の気分を変えたり、頭を整理する余裕を与える）

どうしても挑戦しようとしない「ノーリスク」タイプ

反応	「いまのままで十分幸せなんです」「いまくらいの働き方がすきだから」と現状維持を好む
返し	挑戦しなくてもいいけど、現状維持はできないよ、このままではこうなるよ

- “安泰と誤解している部分”をしっかりと指摘して認識してもらう
- 企業の競争環境の変化、労働市場の変化など、目線を変えて気づきをうながす

COPYRIGHT©JIONASU CORPORATION ALL RIGHTS RESERVED

「フィードバック入門」　中原淳先生（PHPビジネス新書）をベースに作成

受け手タイプ別　「返しの第一声」　2/4

なんでも他人のせいにする「傍観者」タイプ

反応	「○○さんにこうやれって言われた」「ルールがないから」と、何を言っても他人のせいにする
返し	この事態の原因が君にもあるとしたら何？

- 言っていることは理解するけど、結局傍観者に見えますよ、とそのまま指摘する
- 当事者として姿勢を確認する質問をする

上から目線で返される「逆フィードバック」タイプ

反応	では、言わせてもらいますが、私は課長のやり方にも問題があると思います、とやり方批判
返し	もし君が僕の立場だったら、この状況にどう対処する？

- （腹立たしいかも知れないが）冷静になって最後まで受け手の言うことを聞ききる
- 受け手の説明に一理あれば認め、矛盾があれば指摘する
- その上で、伝え手の考えを伝えきる

COPYRIGHT©JIONASU CORPORATION ALL RIGHTS RESERVED

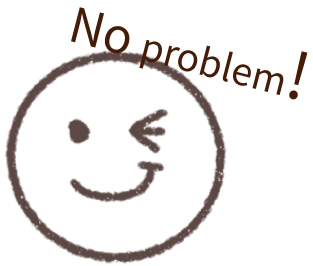
「フィードバック入門」　中原淳先生（PHPビジネス新書）をベースに作成

受け手タイプ別　「返しの第一声」　3/4

隙あらば別の話題にすり替える「現実逃避」タイプ

反応	「すいませんでした。ところで・・・」といつのまにか別の話題にすり替える
返し	自分の話したいことはそれではない。

- 論点のずれ・すり替えを指摘して軌道修正する
- 根気よく話を元に戻して、何度でも同じことを述べる



まったく大丈夫でない「大丈夫です！」タイプ

反応	「課長、悲観的になりすぎですよ」「ありがとうございます！大丈夫です！」暗にFBを拒絶
返し	「なにが何とかなると思うの？　」「なぜ大丈夫だと思うの？」

- ちゃんとFBを聴いていないか、都合のいいように解釈しているケースが多い
- どうして楽観的に返答できるのか、理由を尋ねる
- 理由はできるだけ具体的に訊きこむ

COPYRIGHT©JIONASU CORPORATION ALL RIGHTS RESERVED

「フィードバック入門」　中原淳先生（PHPビジネス新書）をベースに作成

受け手タイプ別　「返しの第一声」　4/4

言い訳ばかりしてくる「徹底抗戦」タイプ

反応	「とは言いますけど」「部長と先方が仲が悪い」、なにかと言い訳を繰り広げる
返し	「ほかに原因はありますか？」 どんどんしゃべらせる

- 相手のネタが尽きるまで、意見を出し切る
- ボロや矛盾がでてきたら、その部分をすかさず指摘する

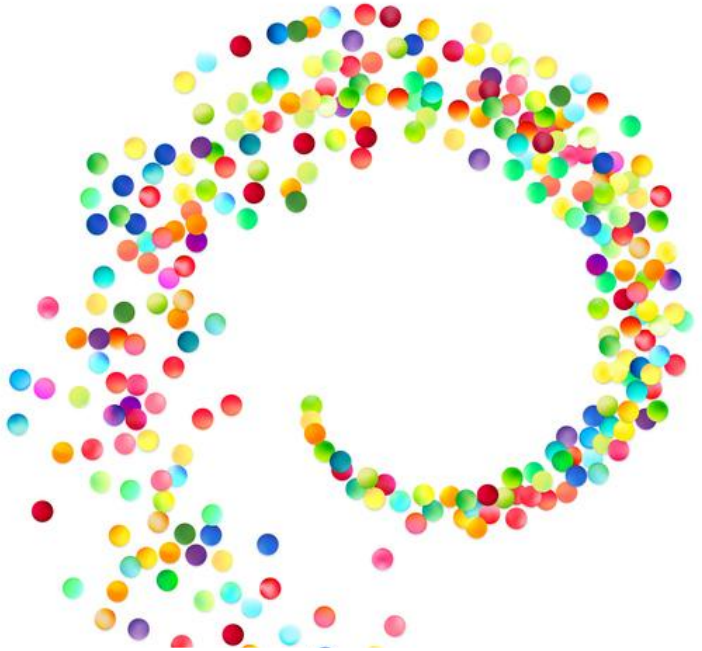
すぐに激昂してしまう「逆切れ」タイプ

反応	「何も分かっていません！」「問題認識が間違ってます！」と噛みついてくる
返し	○○さんはどうすればいいと思う？

- 受け手が感情的になった時こそ冷静に
- 思いがあるときは最後まで聞ききってから、こちらの思いも伝える
- 訊くと思いがないときも多いので、一緒に考えることを提案する

COPYRIGHT©JIONASU CORPORATION ALL RIGHTS RESERVED

「フィードバック入門」　中原淳先生（PHPビジネス新書）をベースに作成

PEOPLE COMPASS

人と組織の未来に、コンパス を