



社員教育へのご活用は
こちらから



第 4 週

自分を見つめる もう一人の自分

人は「自分の考え」にとらわれがちです。物事は自分の立場や考えだけで判断するのではなく、相手の立場はどうか、これ以外の考え方もあるのではないかと、心を巡らせることが大切ではないでしょうか。

そうした習慣を身に付けるためにも、自分とは異なる考えを持つ人に出会ったときは、自分の心のはたらきを冷静に見つめてみましょう。自分を客観的に見ることで、自分が正しいと思っていた考えが案外「思い込み」であったことに気づくかもしれません。

自分を冷静に見つめ直す心のゆとりは、人間関係を円満なものにするだけでなく、自分自身の視野を広げ、人間的にも一回り成長させてくれることでしょう。



MEMO

メモ

第 3 週

理解すること

国立教育研究所の所長であった平塚益徳氏は、国際理解について次のように述べています。

「理解ということは、あら探的な態度からは決して生まれ出ず、常に相手を尊重し、敬意を抱き、こちら側としては謙虚さを失わないとき、初めて成立するものなのである。この間の消息はしみじくも英語ないしドイツ語の語源そのものが明示している。すなわちアンダースタンドは、文字通り『下に立つ』ことであって、決して『上に立つ』、つまりオーバースタンドではない」（『価値ある人生』）

身近な人間関係にも同じことがいえます。謙虚さこそが、「違い」を超えて相手の本当の姿を理解し受け入れるために必要なものではないでしょうか。



MEMO

メモ

第 2 週

聴き上手

コミュニケーションは、よくキャッチボールに例えられます。相手からどんなボールが飛んできて、まずはしっかりと心のグローブでキャッチすることが大切です。それは受け上手、つまり「聴き上手」になる必要があるということではないでしょうか。

「聴く」と「聞く」は、少し意味合いが異なります。「聞く」は、音声を耳で感じるとか、ただ聞こえるという意味です。一方、「聴く」は、話の内容や相手の気持ちを積極的に理解しようとする姿勢をもって、しっかりと耳を傾けることをいいます。

この「傾聴」の姿勢が、相手との「違い」を受け止めるための第一歩となるのです。



MEMO

メモ

第 1 週

「違い」を受け止める

就職や職場の異動、または結婚や引越など環境が変われば、さまざまな出会いがあります。自分の価値観とはかけ離れた考え方や生活習慣を持つ人と接することもあるでしょう。そのとき「こうあるべき」という思いにとらわれていては、人間関係はうまくいきません。

考え方や習慣の「違い」に接したときは、まず相手と自分との「違い」をそのまま受け止め、これを相手の個性として認めることが大切です。そうして初めて、相手から何かを学び取ろうとする心が生まれてくるのではないのでしょうか。

日々接する人たちとの間に、お互いに尊重し合い、学び合うことができるような人間関係を築いていけたなら、人生はより充実したものになるでしょう。



MEMO

メモ