

千話万来

2022年7月 296号

株式会社シイビイシー 小玉亜衣

TEL 027-266-6855 FAX 027-266-6856

E-mail lcabc@linxcbc.co.jp

URL <http://www.linxcbc.co.jp>

〒379-2121 群馬県前橋市小屋原町1082-3

— 毎月定期的に研修を行っています —

私が担当させていただき、毎月訪問し社内研修をさせていただいている企業さんが何社かあります。企業によっては、月三回のところ、月二回のところ、月一回のところ、一回の研修時間が2時間のところ、3時間のところ、半日のところと様々です。ご都合に合わせて、曜日や時間帯、研修対象者などが違います。

1回1回の研修で身につくものもありますが、身につくという大げさで、研修に参加して刺激を受ける、視野が広がる、我に返る、自分のことや部署のこと、会社のことなどを客観視できるような機会になるといった表現の方があっているかも知れません。

その刺激やきっかけの持続性は人それぞれなので、一般的に、その刺激やきっかけの機会が多いほど、積み重ねていくものが大きくなっていきます。まさに継続は力なりです。

時々、研修先の社長さんや研修責任者の方々から、「研修の成果が見られない」「本当に変わっているのか」「成長しているのか」とご意見をいただいたり、ご質問をいただいたりすることがありますが、成果が表に見えるような出方をするまでには時間がかかります。学んだことや気づいたことを咀嚼、分解、吸収出来て初めて身について来るものなので、その身についたものを使いこなしたり、習慣化したり出来るようになるまではかなりの時間が必要です。3年経つと変化が見える人が多くなっていき、5年10年経つと組織の考え方や動き方に変化が見られるようになります。

いくつになっても学びを続ける事、刺激やきっかけを受け続けることで人や企業は成長していきます。

— 事実や正論ならば何でも口に出していいのか？

伝える側が思っているより心に残る言葉の力 —

本人の成長や教育を考えると、本人にとっては否定的に感じるようなことでも伝えなければならないと、率直な言葉、時には相手にダメージを与えるような言葉を発している人を時々見かけます。言っている方に見てみたら、自分が感じている事実であり、正論であり、相手の為なのかもしれません。

しかし、聞かされている方にとっては、ただ受け流して聞いているように見えたとしても、自分に対する否定的な言葉が心に残って、奥深くに突き刺さり、なかなか拭い去ることが出来ません。そのうちに、自分はダメな人間だ、自分のことをみんながこう思っている、自分なんて必要のない人間だと自己否定が強くなり、前を向いて進めなくなってしまいます。パフォーマンスがどんどん悪くなっていきます。

最近では、SNSの書き込みなどでも、顔が見えないのをいいことに、言いたい放題の方もいて、書かれている方は心に傷を負っているということが多々見かけられます。

否定的な言葉をぶつけている方にとっては、自分が感じていることを相手に伝えてやりたい（このままでは気が収まらない）、言わなきゃいつまでたってもわからない（この気持ちをわからせたい）、変わらない（このままの状態や関係性は嫌だ）と思っているのかも知れません。

言った方は言えれば気が済んで忘れてしまう言葉でも、言われた方の心には、いつまでも残り続けます。

もっと他の言葉で伝えることは出来ないのでしょうか？

言葉を発する前に一呼吸おいて、皆が相手の気持ちを考える優しさを持てるようになれるといいですね。

— 自己肯定感を醸成する —

パフォーマンスが良くない、結果が出せない、成績が良くない、積極的に、自主的に、主体的に、前向きに取り組めない相手に必要なことは、自己肯定感を高めることです。

まずは、何かに取り組むときに、「出来そうな気がする」「これならできる」「やってみたい」と思わせることが第一歩です。

そのために必要なことは、“達成感+承認”の回数を増やすこと、積み重ねること。

小さな頑張りを認めたり、小さくても出来たことを評価したり、昨日より成長したことをフィードバックしたり、地道に小さなことを、時間をかけて積み重ねていきます。

達成感や成功体験を積ませることで少しずつ自分を信じる事が出来るようになり、出来た時の達成感や喜びを感じることが出来ます。

少しずつですが、「出来そうな気がする」「これならできる」「やってみたい」「もっと自分も出来るようになりたい」というスタンスやモチベーションに変わって行きます。

人間が生きていくためには、自分の存在価値を認められたり、必要性を実感出来たり、居場所を見つけられたり、成長を感じられたりすることがとても大事な事なのです。

自己肯定感がしっかりと醸成されるまでには時間がかかります。もともと持っているタイプの人には多少のことで自己肯定感が低くなることもあまりないのですが、もともと低いタイプの方は、醸成途中で、大きな失敗や自分のことを全否定されるような暴言を浴びせられたりすると、せっかく育ってきた芽が一気に折れて、元の自己肯定感の低い自分に戻ってしまうので、要注意です。

“達成感+承認”の回数を増やして、コツコツ大事に育てていきましょう。

— 言わないと伝わらない —

「これくらいのこと、言わなくてもわかっているだろう」「ここに書いてあるのだから、わかるだろう」「これくらいわかるだろう普通」「言わなくてもわかるように、出来るようになってもらいたい」と思っている方が多いように感じます。

部下が自分の思うように動いてくれない、部門目標を立てているのに、理解していない、取り組んでいない足りてない部分がある、こういう考え方をして動いてほしいというような声です。

そんな風に思うことがある方は、自分の伝え方を見直してみましょう。

相手にわかるように相手のレベルで理解できるように、相手の印象に残るように伝えなければ、伝わりません。

書いてあっても、変化があっても、気づく人、気づかない人、様々です。

普通の感覚は人それぞれです。自分と相手の普通は違います。違いを見つけましょう。

本人に自覚がないのなら、言わなければ出来るようにもなりません。(現時点で意識していないのだから、伝えなければ永遠にそのまま平行線です)

待っているだけではなかなか状況は変わりません。

実は仕事の一番の基本であり、コミュニケーションの基本でもある“人に何かを伝える”ということ、これが出来ていない人が多いです。

出来たつもりになっていたり、自分の言葉は世界万人に通じるとタカをくくってあぐらをかいていたりする人はいませんか？

目指している目的地を考えたら、“伝え方”という手段を変えた方が早く結果が出てきます。