



カウンセラーだより

たじま絆保育園 2019. 5・6月号

保護者の皆さま、こんにちは。いかがお過ごしでしょうか？早くも暑くなりそうな気配はありますが、比較的最近は天気良くて気持ち良いですね。

今月号は、趣味嗜好を変えて、職場の人間関係についてお伝えしていきます。少しでも、皆さまのお役に立てば幸いです。興味のある方は是非ご一読ください。

職場の人間関係



職場における人間関係パートI

プロローグ

職場は様々ありますが、上司・部下・同僚がいるなか、人に助けられ、人に励まされ、人に腹が立ち...あらゆる感情を感じながら人は人間関係を営んでいます。皆さんは、好意・好感を持つ人はどのようなタイプの人でしょうか？あるいは嫌いな人や苦手なタイプはどのような人でしょうか？人によって、仲が良くなるタイプと苦手なタイプはそれぞれ異なるでしょう。しかし、人には基本的な好き嫌いが存在します。それは、国や文化を超えた普遍的な感情です。人は母性に惹かれ、恐い人を避ける傾向があります。母性は人を安心させ、生かしてくれますが、恐い人には本能的に命の危険を感じるからです。ですから、元を辿れば、母性を人にふるまえるか、あるいは人に恐さを感じさせていないかによって、人間関係の質は変わります。しかし、時にそうできないのが人間とも言えます。今後の章では、そうした人間関係における網の目に迫って、少しでも人が生きやすくなる人間関係とは何か、微力ながら解き明かしていきたいと思えます。

人間関係における鉄則

人間関係あるいはコミュニケーションにおいて、一人では限界があります。人と人はお互いに影響を及ぼしあいながらコミュニケーションを取っていますが、相手の意識や心、心理を乗っ取る事は不可能ですよね？ちまたでは、メンタリストや洗脳などの言葉がありますが、あれは“誘導”であって、“最後に決めてるのは本人”です。影響を相手に及ぼせても、根本的・直接的に人を変える事は不可能なのです。ここから侵しようがない人間としての個や尊厳が自分にも相手にも存在している事になります。つい人は相手を自分の色に染めたくてしまいがちですが、「相手は相手、自分は自分」と前向きに割り切る(受け入れる)事が少しでも増えて行けば、その分、人間関係のわずらわしさは遠のいていくでしょう。

もう一つの真実は、“人によって受け取り方や感じ方が異なる”つまり、その受け取り方や感じ方は“当の本人が決めている”という事です。同じ状況や出来事が起きても、大なり小なり人によって受け取り方や感じ方は千差万別なのです。どう感じるかは人の自由です。苦しく感じるのも、楽しく感じるのも、自分が自動的に選んでいる結果に過ぎません。ですから、自分の反応に人は責任を持たなければなりません。確かに、外的な要因(たとえばTPO+人)は当事者に多大な影響を及ぼしますが、それをどう受け取るかは個々人に任されているからです。主体的に生きていく事が、外的な要因から翻弄されない生き方になります。あまり人も相手も社会も良い悪いばかりに注目しすぎないで、自分がどうしたいか、どうありたいかに注目してみましょう。

6~7月のお知らせ

- ・ 6月の5日・12日・26日・27日、7月は3日・10日・17日・31日の8時~18時(内9時間)に出勤予定です。



7月号は「職場における人間関係パートII」についてお知らせ致します！ぜひ、ご覧ください！