

対人関係のコツ

こんな時、あなたならどうする？

仕事の締め切りが近づいてきましたが、終わりそうにありません。
そんな時、上司が「仕事の進みが遅いんじゃないか」と話しかけてきました。

下をむいて、弱々しく「申し訳ありません」と言って黙り込み、手伝ってくれるのを待つ。

上司の話の途中で、パソコンに向かいながら、強い口調で「僕は一生懸命しています！そんな言い方はないでしょう。そもそも量が多すぎです。どうして手伝ってくれないんですか！」と言う。



上司の方を向いて、穏やかに「ご心配をおかけして申し訳ありません。努力して下準備はできたのですが、まとめる作業が間に合いそうにありません。ご迷惑とは思いますが、この部分を手伝っていただけませんか」と言う。



対人関係の5つのポイント

① 友好的に接しましょう

友好的に接すると相手も友好的に、敵対的に接すると相手も敵対的になります。

② 接するときは、相手の方を向きましょう

聞くときも、話すときも相手の方を向きましょう。

③ 話は最後まで聞きましょう

話を聞く前から相手の気持ちや意見を深読みしたり決め付けたりしないように。

④ 自分の伝えたいことを言葉にしましょう

「話さなくてもわかる」ことはないと自覚しましょう。

⑤ 「相手のこと」も「自分のこと」も思いやりながら伝えましょう

伝える際には、穏やかな口調で、簡潔に伝えるようにしましょう。

