

料金後納郵便
OFFICE HARMO INC.

ゆうメール

お仕事、家庭、いろんな場所で、「きっと役に立つ情報?!」をお届けします!
喜田菜穂子の季刊誌 ハーモマガジン 30 夏号 「人を育てる⑧」
自立を育てる習慣 (自立型支援方法) その5

イギリスの EU 離脱、参院議員選挙など、世の中の移り変わりは、普段政治や国際情勢に関心の薄い方々まで、目が離せない昨今となりました。

私たちができることは、やるべきことを地に足を付けながらやり続けていくことだと実感しています。

今回も 25 号から始めている「主体的に生きる自立力」の育て方(自立を育てる 14 の習慣より)をお伝えしたいと思います。(HP も一新し、近況もアップしていますので、お時間があればお訪ね下さい。http://kidanahoko.jp/)

「自立した人」とは

一人ひとりが自分で考え、壁を乗り越える力を身につけていること。何か問題が生じたとき、他人への責任転嫁(他責)ではなく、つねに当事者意識を持ってあたれること

■自立を育てる 14 の習慣 NO.5

私は評価的な表現でない言葉で相手を承認、認知する上司は部下に、親は子どもに、力強く成長してほしいと願うのは当然だと思います。その成長のために、育てる側の承認、認知は必要です。

しかし、自立を促す習慣の「承認・認知」とは、部下を褒めることではありません。

もちろん、褒める事を否定するわけではなく、心から褒める気持ちが湧いた時は自然に伝えたら良いでしょう。

しかし、それ以上に大切なことは、人として尊重し認める「承認、認知」です。相手を大切な人財として認め、尊重し、相手から伝わってきたものに対して、事実を曲げることなく、関わる側がプラスの方向で捉え、本人に誠実に伝えることです。

これを地道に実践することで、本人は自分の中の「力」を過不足なく確認し、自信を持って未来に向かって進むことができます。昨今、自己肯定感の少ない人のご相談も良く受けられますが、この自己肯定感を育て、その上で自己効力感も育ててあげたいものです。

自己肯定感とは、「自分はここに存在しても良いのだ」「長所も短所も含めて自分なんだ」と自分を認められる力を指します。

自己効力感とは、自分の可能性を信じられる力であり、「自分なら、やって行けるかもしれない、こうすればうまくいくかもしれない…」という自己信頼です。

安直なカラ自信や、あまりに地に足が着かない自分へのイメージは困りものですが、「どうせやっても出来ない」とあきらめらるのではなく、未知なる未来への「やれば出来るかもしれない!」が大切です。

では、それら自己肯定感、自己効力感を育てるためには上司(親もそうですね)はどのようにしたら良いかを一部お伝えしたいと思います。

事実承認 効果的

部下の貢献している行動、成長した点を小さなことでもよいので、それらを観察し事実を伝えること(日常の観察が必要)

存在承認 効果的

部下に挨拶をしたり、話をするとき、注意以外の会話でも名前を呼び、存在を認めていることがわかるように声をかけること

ありがとう等の感謝の言葉もこれにあたる

過程承認 効果的

結果が出るまでの頑張りを「認め、言葉をかけること(日常の観察が必要)

結果承認 普通

結果が出た時、褒め、認め、声をかけること

■部下の成長のために必要なことの基本に、部下自身の「自立の意識」があります。

「今の自分を明確に自覚し、未来に対する自分の可能性に目を向ける」ことから、自立は始まります。

言葉をかけるだけでなく、部下の存在、悩んでいることもすべて含めて、相手を認めていく「承認・認知」が大切です。自分を好意的に成長を支援してくれる上司から発する雰囲気は、しっかりと伝わるものです。

くれぐれも「褒めて相手を動かそう」と思わないことは重要で、部下はそれを心のどこかでキャッチし、「所詮、コントロールするために言葉をかけているのだらう」と部下に伝わるでしょう。



オフィスハーモでは、人材育成のための「効果的な研修」を提供しております。参加者の方々のお悩みをすべて取り上げながら現場で役に立ち、結果が出るような仕組みもございますので、お気軽にご連絡ください。

お読みいただきありがとうございました。

また、忘れた頃にお届けするような形になるかもしれませんが、またこうして片思いでもご縁が繋がることをうれしく思います。バックナンバーをご希望の方や、万が一ご不要の場合も、下のメッセージシートにご記入いただきFAXいただくか、メール (nahok@k.email.ne.jp) をいただけますよう、お願いいたします。お読みいただき、ご意見感想などもいただけましたら、今後に反映していきたいと思っております。いつでもお待ちしております。

感想	
お名前	もしよろしければ連絡先を！(mail・FAX・ご住所など)

ありがとうございました。

～当事者意識と考える力を育てる方法～
研修、講演会のご相談お受けします。
(有)OFFICE HARMO 代表
NPO法人マザーズサポーター協会理事長
喜田菜穂子
nahok@k.email.ne.jp 080-4393-4255

自立した人財を育てるには？

