

コミュニケーション 第3の道

夫婦や親子といった家庭内または職場 —— 様々な人間関係をかたち作るベースは「コミュニケーション」です。10回にわたり、私たちが普段気付かずにいる効果的なコミュニケーション方法について、学校や企業で多数の研修に携わってこられた松浦留美子さんにお話を伺っていきます。

※ 三角波：時化た海で方向の違う二つ以上の波が重なってできる三角形の波で、船の舵が取れなくなる危険な状態を言う

回答者

インストラクター 松浦 留美子さん

聖心女子大学哲学科卒業。Gordon Training Institute認定インストラクター。小、中、高、その他各種教育機関においての親向けの講演活動や教員研修、管理職研修、医療スタッフ研修などを行う。教師学講座 (Teacher Effectiveness Training)、親業訓練講座 (Parent Effectiveness Training) などの各種コミュニケーション講座を開講。

www.oyagyo.or.jp



質問者



センター・ピープル代表取締役 飯塚忠治

第3回 転職して一度は妻に悩みを打ち明けてみたいこと

B子さんの夫Aさんは数カ月前、管理職のポストを得て、別の会社に移りました。B子さんは夫にとって良い転職だったと思うのですが、夫は仕事が合わないと思ふをこぼしてばかり……。今日も、夕食を取りながら、「あー、やっぱりこの仕事、僕には合わないな」とこぼしています。

以下は、考えられる夫に対する妻の対応例です。

例① 「今辞めたって、再就職は難しいわよ」(たしなめる)

例② 「今の時代、仕事があるだけでも感謝しなくちゃ」(正論を述べる)

例③ 「確かに大変だとは思うけれども、もったときつい仕事をしている人もいるわけだし、がんばって!」(励ます)

例④ 「そんなに辛いなら、辞めてもいいわよ」(同意する)

飯塚 どうれを取ってみても奥さんが夫にアドバイスしそうな会話だと思いますが、このほかにもどのような道が開けているのでしょうか。

松浦 このような場面では上記のような対応

を取るのが普通だと思います。しかし、B子さんは全く違った対応をしました。以下がその会話です。

Aさん 「あー、やっぱりこの仕事、僕には合わないな」

B子さん 「仕事が自分に合わないと思うのね」(繰り返す)

Aさん 「管理職は、どうも、うまくやれないよ」

B子さん 「ふーん。自分らしくないことをやってる感じなのね……」(明確化する)

Aさん 「それに、管理職になって給料が上がるはずが、結局手取りはあまり変わらないし」

B子さん 「お給料が上がらないことも不満なのね」(気持ちを酌む)

Aさん 「そうさ! 給料が上がれば、君にも楽をさせられると思っていたのに……」

B子さん 「そう、私を喜ばせようとしたのに、それができなくてがっかりしてたのね」(気持ちを酌む)

Aさん 「実はそうなんだ。まあ、今の職場でも徐々に人間関係ができてつつあるし、ポジションも上がったわけだから、文句は言えないけどな」

B子さん 「そう、だんだん人間関係もできてつつあるのね」(繰り返す)

Aさん 「ああ、せっかくここまでがんばったんだから、もうちょっと続けてみるさ!」

飯塚 なんだか自然な流れの中で自ずとこの結論に到達したような会話ですね。これを読んでいて、水の流れがその道筋を自分で見つけるような、そんな感じがしました。

松浦 家庭で何気なく出てくる言葉には、自分自身がはっきりと自覚していないような「本音」が隠れている場合があります。Aさんの「仕事がつらい」と言う気持ちの底には、妻を喜ばせる予定が狂ってしまったことによる失望感がありました。それを口に出せたので気持ちが整理され、前向きな気持ちになったのです。

飯塚 本日も新しいアプローチからの道筋を示していただきまして、ありがとうございました。次回は会社内の異動についてのお話を伺います。どのような話をさせていただけるのか、今から楽しみです。

ご案内の事例は、セミナー、ワークショップで実際に語られた内容を本質から離れないように編集しております