

[TOP page](#)[資料室](#)[イベント情報](#)[講師を探す](#)[Worker's 広場](#)[関連リンク](#)

資料室


[HOME](#) | [資料室](#) | [一般教養](#) | [7つの習慣](#) | [まず理解に徹し、そして理解される①](#)
[労働組合](#)[労働者福祉・共済](#)[一般教養](#)[社会保障](#)[労使トラブル法律相談Q&A](#)[労働関係法](#)[経営全般](#)[人間関係とコミュニケーション](#)[ライフプラン](#)[男女共同参画](#)[公務員関係法](#)[日朝の歴史](#)[7つの習慣](#)[中東の歴史](#)[ボランティア活動](#)[環境活動](#)[社会貢献活動](#)[自己啓発](#)[生涯学習](#)[外交・防衛問題](#)[資本論](#)

まず理解に徹し、そして理解される①

「読む」ことも「書く」ことも「話す」ことも「聴く」ことも、すべてコミュニケーションの手段である。効果的な人生を生きるためには、コミュニケーションの四つの基本をうまく行える能力が不可欠なのである。コミュニケーションは人生においてもっとも重要なスキルである。

あなたが、配偶者、子ども、隣人、上司、同僚、友人、誰とでもうまく付き合い、影響を与えたいと思うなら、まずその人を理解しなければならない。

理解したうえで、自分をわかってもらおうしかない。

しかし、それはテクニックだけではない。

相手に自分をわかってもらえるかどうかは、あなたの日頃の行い次第である。

実際にあなたと接して相手はどう感じるか、それがすべてである。

あなたの人格は、たえず周囲に放たれ、あなたがどのような人間であるかを伝えている。

私があなたに心を開かない限り、あなたが私という人間のことも、私が置かれた状況や私の気持も理解できない限り、私の相談に乗ることもアドバイスしようにも無理だということである。

人と人のコミュニケーションの習慣を本当の意味で身につけたいなら、テクニックだけではだめなのだ。

相手が心を聞き信頼してくれるような人格を土台にして、相手に共感して話を聴くスキルを積み上げていかなくてはならない。

「まず理解に徹する」ためには、大きなパラダイムシフトが必要である。

私たちはたいていまず自分を理解してもらおうとする。

ほとんどの人は、相手の話を聴くときも、理解しようとして聴いているわけではない。

次に自分が何を話そうか考えながら聞いている。

話しているか、話す準備をしているかのどちらかなのである。

すべての物事を自分のパラダイムのフィルターに通し、自分のそれまでの経験を相手の経験に重ね合わせて理解したつもりになっている。

それでは、自分がかけている眼鏡を誰にでもかけさせようとするのと同じだ。

ほとんどの人がこれと同じようなことをしている。

自分が正しいのだと思い、自分の経験を押しつけようとする。

私たちは、えてして、自分の経験を相手の話に乗せてしまうため、人の話を聞く際に次の四つの反応をしがちになる。

評価する - 同意するか反対する

探る - 自分の視点から質問する

助言する - 自分の経験から助言する

解釈する - 自分の動機や行動を基にして相手の動機や行動を説明する

しかし、こうした反応では相手を本当に理解できない。

理解されるためには、まず相手を理解しなくてはならない。

理解するためには相手の話を聞かなければならない。

(つづく)

資料に関する解説やサイト内ブックマーク、簡単なクイズもできる無料会員登録のお申し込みはこちらになります。

Worker's Library 会員登録

お申し込みはこちらです。

>>一覧へ戻る

[教育カリキュラム](#)

[日本国憲法](#)

[傾聴](#)

[語り部スキル](#)

[▶ キーワード検索はこちら](#)

[▶ サイトマップ](#) [▶ このサイトについて](#) [▶ 個人情報保護の取組みについて](#)

[▶ ページTOPへ](#)

[TOP page](#)

[資料室](#)

[イベント情報](#)

[講師を探す](#)

[Worker's広場](#)

[関連リンク](#)

Worker's Library 静岡で働く人のための資料閲覧サイト
JAPANESE TRADE UNION COFEDERATION DB SITE **【ワーカーズ・ライブラリー】**

Copyright© WORKER'S LIBRARY All rights reserved.