

Q 新入社員が配属され、一生懸命に奮闘している様子なのですが、ほめることが苦手なため、どのように声をかけていいのかわからず困っています。(50代男性)

A 「ほめられること」は誰にとってもうれしいものですが、逆に「ほめること」は、「難しい」「苦手だ」と感じている人は意外に多いのではないのでしょうか。最近では、教育や仕事の現場で「ほめて育てる」という考え方が広く浸透しています。しかし、実際、何をどのようにほめればいいのか、いろいろ悩むこともあるでしょう。一生懸命に仕事をしている新入社員に対して「ほめてあげたい」と思いながら、具体的に「すぐれた点」が見つからないと、なかなか声をかけづらいものです。また、「ほめる」＝「評価」と受け止められる可能性もあり、軽々しくほめるわけにもいかず、慎重になりすぎているのかもしれない。

たとえば、成果を上げたり、結果を出せたりした場合には、「目標達成おめでとう」「よくできたね」「すごいね」とほめることができます。また、結果には関係なく、「初めての業務を何とか遂行できた」「わからないことを先輩や上司に相談した」といった、「取り組んだこと自体」を「よくがんばったね」「いい判断だ」などとほめることもできるのではないのでしょうか。

一方で、結果を出せていなかったり、成果が見えにくかったりするけれど、地道にコツコツと仕事をしていること、ルーティンの業務を問題なく進めていることなどに対して、「いつもお疲れさま」「助かっているよ」「一生懸命やっているね」「大変だね」と声をかけることはできます。これは「ねぎらい」です。このように、「ほめること」が結果や能力に対しての声かけであるのに対して、「ねぎらい」は、日頃の努力や態度に対して向けられるものです。「ねぎらい」は、結果より気持ちに働きかけ、評価というより、感謝から発しているメッセージといえます。

「今はまだ、ほめることはできないけれど、ねぎらうことならできそうだ」と思えたら、まずは、ねぎらうことから始めてみましょう。「自分を気にかけてくれる」「認めてもらえた」という気持ちが部下に伝わると、それが励みになり、モチベーションの向上にもつながります。いずれ、お互いのコミュニケーションが活発になっていけば、新入社員の良いところが見えてくるでしょう。その結果、「ほめること」も、自然にできるようになるはずです。

Thanks Voice

からだ

電話相談で案内された医療機関を受診し、症状が改善してきました

耳鳴りが続いたため相談をしました。いくつかの医療機関を案内してもらい、そのうちの1か所を受診したところ病名がはっきりしました。現在は、治療を受け始め、症状が改善してきています。ありがとうございました。

30代女性のご相談者さま



みなさまも、お気軽にお電話ください!

症状がよくなられているとのこと、私たちもうれしく思います。相談員は、ご相談者さまの様子を詳しく伺い、症状に合った医療機関をご提案させていただいています。お困りのことがありましたら、またご利用ください。

専門相談員 看護師



相談窓口はこちら



0120-720-228

こころとからだの相談ポータルサイト

「健康・こころのオンライン」

PC・スマートフォン版サイト ▶ <https://www.healthy-hotline.com/>携帯版サイト ▶ <https://www.healthy-hotline.com/m>

ログインID ▶ 06131676

シチズン健康保険組合

- 契約内容によっては、ご利用いただけないサービスがあります。
- ご相談者のプライバシーは守ります。
- お名前・ご相談内容などの個人情報は、ご相談者の所属団体等には公表されません。ただし、ご相談者や他者に危険が及ぶと判断した場合には、ご相談者の了解を得ずに情報を開示する場合があります。
- ご相談いただいた個人情報については、このご相談の目的のみに使用します。外部にもれることはありません。
- 内容を正確にお受けするため、お電話を録音させていただいております。
- 記事内容の全部もしくは一部をホームページ、機関紙等へ転載される場合には、弊社営業担当へお知らせください。ご利用方法のご案内をさせていただきます。

※QRコードはすべての機器で読み取れることを保証するものではありません。QRコードが読み取れない場合は、直接URLを入力願います。
※パケット通信料はご利用者負担です。