

コーチング解体新書

～やる気を引き出す源泉を探る～
その42 相手を変えたいと思うとき



猪俣 恭子
中央大学文学部卒
卒業後足利銀行に7年間勤務。窓口業務を経て、人事部研修グループで行内研修の企画・運営および講師を担当。退職後は家業の印刷会社に従事。2004年からはコーチングを用いた社内の人材育成を手掛け、「良質なコミュニケーションが実現されている現場こそがビジネスの成功をうむ」と実感し、2006年 Coaching Press 株式会社を設立、代表取締役として現在に至る。国際コーチ連盟プロフェッショナル認定コーチ、財生涯学習開発財団認定マスターコーチ、コーチエィCTPクラスコーチ、米国CCE,Inc.認定 GCDF-Japanキャリアカウンセラー

先日、研修中にこんな質問を受けました。

「うちの上司は、部署の垣根をこえて、あれはどうした、これはどうしたとうるさいんです。ぎゃあぎゃああと口出ししないで、静かにしてほしいんですが、どうしたらいいんですかね？」

なかば興奮気味に話すAさんは50代の技術職、職人気質で親分肌。まがったことが嫌い、筋を通す、その反面、融通がきかない頑固さが強面の表情からびしばしと伝わってきます。

「上司はどうしてそういう態度をとるんだと思いますか？」

「さあ。うちらのこと信用していないんじゃないですか！」

上司へのいらだちや怒りがAさんからほとぼしってきます。それに影響を受けてか、他の参加者からも「うちの会社にもいるよなあ。自分の言いたいことばかり一方的に話して、こっちの話は全然聞かない上司。」との声が次々にあがり、会場内がざわざわし始めました。

「Aさんにリクエストしたいことがあります。いいですか？」リクエスト？ 私からのとっさの言葉に、Aさんはとまどいが隠せない様子。

「その上司と正面から向き合ってください。そして『そういう態度はやめてください。』と。『決めと覚悟』をもって伝えてほしいんです。」

思いもかけない言葉に虚をつかれたのか、Aさんの表情がはっとします。

「あとAさんに聞きたいことがあります。相手は変わりませんよ。さきほどからAさんの話を聞いていると、上司のその態度が困る、やめてほしい、いい加減にしてくれ、と上司を遠ざけよう、遠ざけようとしていますよね。Aさん、一体その上司の何が嫌なんですか？ どうしてその上司を変えたい、変えたいってそこまで思うんですか？ 本当は、その上司とどうい関係になりたいんですか？」

半ばたたみかけるような私の問いに、もしかしたら、Aさんは機嫌を悪くするかもしれない、怒りだすかもしれない。そんな不安もよぎり、言っているそばから胸がどきどきしてきました。

Aさんは何かを思い出すように遠くを見るような目

つきをしていましたが、すぐに視線を私に戻し、ぼつりと話されました。

「その上司って年下なんですよ。そのせいなのか、時々迎合するような態度をとるんです。私は彼とは対等でいたい。いい関係になっているな、と思うときもあるけど、彼に何かしらのスイッチがはいると急に態度が変わるんです。そのスイッチが何かはわかりませんが…。」

そう話すAさんは、今までとはうってかわって穏やかでとても優しい声のトーンになっていました。とっつきにくそうに見えたAさんでしたが、印象がまったくかわりました。しかもいいほうに。もしかしたら、人は、気持ちの弱い本音の部分が見えれば、不思議なことにその人を応援したくなったり、支えたい気持ちがめばえてくるのかもしれない。他の参加者も同様に感じたらしく、それぞれが自分と相手との関係を内省しているような静かな雰囲気になりました。

Aさんとの会話はそれだけです。その後、Aさんは現場でどうしているかは知りません。あいかわらず、その上司はうるさいでしょうし、Aさんもすったもんだを現場で繰り返していることでしょう。でも、きつとこの3分にも満たない短い会話は、Aさんと上司との関係に少なからず好影響を与えていると私は信じています。

相手が自分の思い通りに行動してほしい、変わってほしいと思うのは誰にでもあることです。なぜなら、人は誰も自分なりのルールを持っているからです。例えば「人には頼ったり甘えるべきではない。」「役に立ってなければ価値がない。」「部下は上司の言うことをきくべきだ。」などのように。そして、相手の言動が自分のルールにかなっていないと感ずるやいなや、心のセンサーがざわざわとしてくるのです。でも、自分にこうしたルールがあるのと同様に、相手にも相手のルールがある、このことに気づくと人間関係はとても楽になります。そして、こんな問いも自分自身にしてみてください。「この人と一緒にいることで自分は何を学んでいるのだろうか？」「この人がいなくなったら困ることはなんだろうか？」と。あなた自身を変えるのではなく、あなたの物事の捉え方を広げてみる、それだけで職場の人間関係はもっと楽になることと思います。



コーチングプレス株式会社

〒336-0021 埼玉県さいたま市南区別所6-17-17-310 電話 048-863-8914 FAX 020-4665-3162
<http://www.coaching-press.com/> (「コーチング解体新書」バックナンバーも掲載中!!)