

# 西俊輔の「毎日楽しく」

Vo1.102 2014年2月号

最近読んだ本でとても勉強になった本があります。コンサルタントとして活躍されている鈴木博さんという方の「自分が源泉」という本です。たとえば、次のようなことがこの本には書いてあります。

何回注意してもミスが直らない社員がいる場合、ミスをする原因がその社員にではなく自分にあるとしたら、と考える。

部下あるいは上司、親、配偶者、子供がなかなか言うことを聞いてくれないのは、自分に原因があると考えてみる。

注文したものは別のものが発送されてきたとき、その原因が自分にあるとしたら、と考える。

すべての出来事は自分に原因がある、と言っているわけではなくて、もしもその原因を作っているのが自分だとしたら、という「仮定」で現実と向き合ってみてはどうかというのがポイントです。実際、世の中には自分の力ではどうしようもないことは厳然としてあると思いますし、人によってはそれを運命とよんだりするわけですが、私自身も、こうした自分ではどうしようもないことが存在することを否定するつもりはまったくありません。ただ、人は往々にして困った出来事や不愉快な出来事の原因を自分ではなく、外に求めがちですから、あえてこういう考え方をしてみるのは大変意義深いことだと思います。

上記であげた例に対する私なりの考え方を書いてみると、次のような感じでしょうか。

社員がミスを繰り返すのは、自分の指導の仕方が悪かったのかもしれない。ミスを繰り返さないような指導や注意の仕方を工夫してみよう。

部下あるいは上司、親、配偶者、子供がなかなか言うことを聞いてくれないのは、きっと自分の言い方が悪かったせいだ。自分がイライラしながら言っていたのでは聞いてくれるものも聞いてくれなくなるかもしれない。

注文するときになにか一言、感謝の言葉などを添えていけば、間違った商品は送られてこなかったかもしれない。次に注文するときには、相手を気遣う何か一言を添えて注文してみよう。

原因を外に求めてしまうと、不平不満、愚痴や泣き言、人の悪口になってしまいますが、それではなかなか幸せになれないかもしれませんね。

