

# 会社の人間関係が良くなる ペップな社長の ペップトーク通信

2022年7月号 vol.7

## 【気分を下げる言葉、気分が上がる言葉】

今回はペップトークのコンテンツの1つ「とらえ方変換」について学んでいきたいと思います。

「とらえ方変換」の考え方の一つに嫌な事や好ましくない事態に遭遇した時、ただちに「嫌だなあ」「困ったなあ」と思うのではなく、その事態の中に含まれる良い部分を見るようにしましょう。

良い点に光を当ててみましょうというものがあります。

例えばあなたが出かけようと外に出た瞬間、雨が降ってきたとしましょう。

さて、あなたはどのように思いますか？

「もう少し降るのを待ってくれたらいいのに・・・」「ついてないなあ」

一般的にはこのように考える方が多いかもしれませんね。

これは「出かける前に雨が降った」というできごとの良くない面、好ましくない面にフォーカスした結果出てくる感情です。

でも

「雨が降る前に出てたら傘を持ってなかったよ。先に降ってくれて良かった」

「雨だから車で送って、と家族に言いやすくなるな」

「雨だから肌が乾燥しなくて助かるわ」

と「雨が降った」というできごとの、良い面、好ましい面にフォーカスする事もできます。

どちらを採用しても「雨が降っている」という事実は変わりません。

でも「ついてないなあ」と思うのと、「先に降ってくれて良かった」と思うのとでは、どちらが気分が良くなりそうでしょうか？

どちらがその後のモチベーションが上がりそうでしょうか？

例えばこれが出勤前だったとしたら、「ついてないなあ」と思うのと「先に降ってくれて良かった。ついで！」と思って一日が始まる。

どちらが気分よく仕事にかかれるそうでしょうか？

ここで大事なことはどちらの言葉を採用するのもあなた次第！ということ。

「気分が下がる言葉」

「気分が上がる言葉」

あなたはどちらを採用したいですか？

社内コミュニケーションに悩まれている  
経営者、人事担当者におすすめです

ペップトークを実践している  
「現役社長」が講師の  
応援文化構築研修

- 社長(幹部)は頑張っているけど部下がついてこない
  - 社長(幹部)が突っ走ってついていけない
  - 人間関係がギクシャクしている
  - 会社を助け合う、応援し合える雰囲気になりたい
- などのお悩みはございませんか？

豊清工業株式会社社長の石原利彦が、2018年に会社を変える決意をしてから現在までの「応援文化構築」の道のりを踏まえた研修をお届けします。

<講師プロフィール>

石原利彦

- ・豊清工業株式会社 代表取締役
- ・日本ペップトーク普及協会認定講師

少年野球チーム旗の台クラブのヘッドコーチとして  
チームにペップトークを導入。

楽しむ野球により無名のチームを  
東京都大会優勝、全国大会ベスト8に導く。  
代表を務める豊清工業株式会社では  
社内のコミュニケーション活性化のために  
ペップトークを導入し会社の雰囲気を変えさせ  
コロナ禍でも過去最高売上を達成する。  
「社員が楽しく本気で仕事に取り組む文化」  
「社員同士が自然に応援し合える『応援文化』」  
を構築中。



お問い合わせ: 豊清工業株式会社 業務課岩渕  
043-498-3943 info@hosei-kohgyo.co.jp