

PEP TALK!



通信 Vol.18

【美点凝視（びてんぎょうし）】

美点凝視（びてんぎょうし）という言葉をご存知でしょうか。

この意味は「相手の短所や欠点に目を向けるのではなく長所や特性に意識的に目を向けること」（致知出版社WEBページより）です。

これはペップトークの「とらえ方変換」に通じる考え方です。

私たちは相手に良くなってもらいたいという想いから相手のダメなところ、できていないところを指摘しがちです。

「何でできないの?」「それをやらないからできないんでしょ!」

かつての私は社員に対してこのような言葉がけをしていました。これでは相手のテンションは下がりますよね。

ペップトークではこのような時に相手のできていないところに目を向けるのではなく、まずできているところに目を向けてそれを承認する。その上でさらに良くなる点、改善点としてできていないところを伝える。

ペップトークではこれを「とらえ方変換」といいます。現在の私はこのような伝え方を実践しています。なぜなら以前の私のような伝え方は、いわゆる「ダメ出し」という伝え方になると思うのですが、ダメ出しをされて元気になったり、やる気になる人はそう多くはないでしょう。逆に落ち込んだり、モチベーションが下がったり、やる気をなくしてしまうことが多いと思います。

やはり大事なのは、相手のできていないことに目を向けるのではなく、既にできていること、持っているものに目を向ける。これが「美点凝視」です。

「この人の良いところ何だろう?」

「素晴らしいところはどんなところだろう?」

「他人に自慢できるところは?」

「感謝できるところは?」

このようなところを探す力を養う。これもペップトーカーにとって必要なことだと思います。

あなたの大切な人に対して「美点凝視」を実践しましょう。そしてそれを言葉で伝えていきましょう。

人間関係が格段によくなりますよ。