

豊清工業の社長が贈る



# PEP TALK!



## 通信 Vol.45

【あなたの言葉で周りの人を輝かせる「ペップトーク」の魔法】

誰かと一緒にいると、心が軽くなり、自分には無限の可能性があると思えてくる。そんな経験はありませんか？あなたの周りにもそんな存在がいたら嬉しいですよね。特に私たち日本人は、諸外国に比べて自己肯定感が低いと言われることもあります。だからこそ、お互いの自己肯定感を高め合い、支え合える関係がとても大切なのです。目標達成や成功を心から応援してくれる人の存在は、それだけで大きな力になりますよね。言葉や態度から「あなたを信じているよ」「応援しているよ」という気持ちが伝わるだけで、人は前に進む勇気をもらえます。

この「応援マインド」に加えて、さらに周りの人の自己肯定感を高め、成長を後押しする秘訣があります。それが「ペップトーク」です。ペップトークとは、相手の心に火をつけ、行動を促すための短く力強い励ましの言葉のこと。スポーツの世界ではよく使われますが、実は私たちの日常生活やビジネスシーンでも絶大な効果を発揮します。ペップトークの大きな特徴は、相手の良いところを具体的に伝えることです。相手自身が気づいている良いところだけでなく、「周りへの気配りが素晴らしいね」「細やかな配慮ができるところが本当にすごいよ」といった、相手がまだ気づいていない魅力も積極的に伝えていきましょう。

例えば、真面目で几帳面だけど仕事が遅い同僚がいたら、どのような言葉をかけますか？

「誠実に対応する所は強みだよね。それにいつも周りへの気配りができていて、私も見習いたいよ」などと、まずは相手のできている点を認める声かけをしましょう。そしてもし「もう少し改善できる点があるな」と感じたら、「できていないところ」として指摘するのではなく、「伸びしろ」として前向きに伝えるのがペップトーク流です。今回の例であれば「誠実な対応に加えて、仕事を進めるスピードが加わればもっとすごいことになるね」など、「もっとこうなったら、さらに良くなるね」という視点で伝えることで、相手は「自分はもっと成長できるんだ」とポジティブに受け止めることができます。

このように相手の良いところをどんどん伝え自己肯定感を高める。まさにこれこそが「ペップトーク」です。相手の自己肯定感や自信を向上させながら、スキルの向上も促すことができる。素晴らしいコミュニケーション術だと思いませんか？

私たち豊清工業では社員一人ひとりの「良いところ」に目を向け、そこを伸ばしていくコミュニケーションを大切にしています。私自身も社長として、またペップトーク講師として、この言葉の力を多くの人に伝えていきたいと感じています。

あなたも身近な人の最高の応援者を目指してみませんか？

あなたのちょっとした言葉が、誰かの未来を明るく照らす光になるはずです。