



すべての悩みは 対人関係の悩みである

2013年12月に出版された『嫌われる勇氣―自己啓発の源流「アドラー」の教え』(岸見一郎、古賀史健著)を読んだことから、「ア

古賀史健著)が続編として上梓された。この2冊から、「アドラー心理学」の特徴を端的に表す言葉の1つとして「すべての悩みは、対人関係の悩みである」を挙げたい。この言葉は、「あの上司がいるから、仕事ができない」と原因論でと

る」と、過去の経験に対する意味のつけ方や、「われわれは何かの能力が足りないのではありません。ただ勇氣が足りていない」と考える意識のとらえ方、「他者を変えるための心理学ではなく、自分が変わるための心理学である」など、対人関係に悩む思考を刺激するフレーズがまつている。

よい人間関係を築くための6つの姿勢

『人生が大きく変わるアドラー心理学入門』(岩井俊憲著)のなかでは、「よい人間関係を築くための6つの姿勢」が非常に大切であるとして、尊敬、信頼、協力、共感、平等、寛容を示すとともに、「いくつ心がけているか」と問いかけて

いる。そこでは、「(すべて)心がけています」と、胸を張って答える人もいれば、「(すべて)心がけているつもりです」と答える人もいる。「知らなかった」「教わらなかった」と答える人もいるだろう。

さて、「よい」を良好と置き換えて対義語を調べてみると、険悪と出る。尊敬は、軽蔑、侮辱。信頼は、不信、警戒。

協力は、妨害、非協力。共感とは、反感、反発。平等は、差別、不平等。寛容は、狹量、厳格。心がけ次第で「良好な関係が険悪な関係」となり、「険悪な関係が良好な関係」に変わるのだ。良好な人間関係を築くためには、険悪になりかねない6つの対義語を姿勢の点検として心がけたい。

「夜昼あつて立つ世の中」という諺がある。昼だけでも、夜だけでも困ってしまう。世の中は、対立するものがあるから成り立っているというのが、その意である。意見が対立する、何を考えているのかよくわからないと悩んでいるのだらうか。悩みの対極には、悟り(理解する、知ること、気づくこと、感づくこと。迷いが解けて真理を会得する)がある。

自分の価値観を押しつけようとせず、その人が「その人であること」に価値観を置く。さらには、その成長や発展を援助する。それこそが尊敬というものだろう。先述の『幸せになる勇氣』のなかで哲人が語る言葉がある。迷わぬ者に悟りなし。

大疑は大悟の基。

転期に立つ経営の視座③

大疑は大悟の基

ドラー心理学」に関心を持つきっかけが生まれた。今なおビジネス書ランキングの上位を独走する同書は、翌年11月には韓国でも発売され一大ブームを巻き起こしているという。国内では、今年2月に『幸せになる勇氣―自己啓発の源流「アドラー」の教えII』(岸見一郎、

らえる因果律のわかりやすさを明確に否定するだけでなく、「仕事が好きくないから、嫌いな上司をつくり出す」という目的論が示されている。そのほか、「自分の経験によつて(成功や失敗などが)決定されるのではなく、経験に与える意味によつて自らを決定するのであ

はやかわ・ひろし

経営コンサルタント。『介護ビジョン』編集委員。介護事業に関する独自の調査に基づいたデータ分析を各誌・紙に発表。著書に『99の言葉の杖』(日本医療企画)、『早川浩士の常在学場』(筒井書房)、『介護人財創造塾』(筒井書房)、『介護保険改正に勝つ!経営』(年友企画)、『データで徹底分析介護事業の最新動向と経営展望』(日本医療企画)など。

<http://www.hayakawa-planning.com>

ブログ: <http://ameblo.jp/hayakawa-planning/>