

店 長のための
朝礼活用法

肯定語(ポジティブな言葉)を使おう!

言葉には肯定語(ポジティブな言葉)と否定語(ネガティブな言葉)という分類があります。例えば「上司から」「この仕事お願います」と頼まれた場面で、「忙しくてできません」と言うのは否定語の例です。この他に、「私にはムリです」「そんな仕事やっても意味がありません」という否定語もあります。否定語を言われると、エネルギーがなくなる感じがしませんか?それを体験できる実習をご紹介します。

2度目は、リングを作った人がその状態で否定語を連続して言葉にします。「できない」「疲れた」「嫌だ」「やりたくない」などです。それでもう一方の人が、リングを広げてみます。すると、先ほどよりも簡単に指を開くことができます。これを体験できます。

3度目は、リングを作った人が肯定後を連発

「できる」「やります」「楽しい」「元気だ」「きれい」「素晴らしい」——。このような肯定語が習慣となっている明るく元気な職場だと、仕事をするエネルギーが湧いてくるでしょう。

まず2人1組になり、1人が人差し指と親指をOKサインの形にして丸くします。リングを作った人は、指に力を入れたままの状態にします。そのリングをもう一方の人が広げます。こじ開けるような具合です。リングを広げる人は、その力の強さを覚えておきます。

リング実習のバリエーションを2つご紹介します。肯定語を言った後に否定語を言うリング実習です。例えば、「今日は元気だ。でも、本当はしんどい」と言葉に出して、リングを開く実習をしてみます。次に、否定語を言った後に肯定語を言ってみます。例えば、「今日はしんどい。でも、本当は元気だ」と言うのです。肯定語を

「私は男だ」と本当のことを言ってもいい、リングを開くので

後と言ったときのほうが、なかなかリングが開かないことを体験できるはず。

もう一つは、嘘をついたときと、本当のことを言ったときの例で行うリング実習です。例えば、男性に「私は女だ」と言っ

てもいい、リングを開くのです。するとリングの力が弱く、簡単に開けるはず。次は「私は男だ」と本当のことを言ってもいい、リングに力が入り、簡単には開かないはず

です。

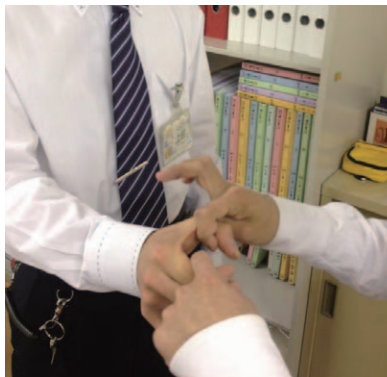
何を伝えたいかと言うと、まず自分から肯定語を使うようにしていただきたいということです。

「できる」「やります」「楽しい」「元気だ」「きれい」「素晴らしい」——。このような肯定語が習慣となっている明るく元気な職場だと、仕事をするエネルギーが湧いてくるでしょう。

「できる」「やります」「楽しい」「元気だ」「きれい」「素晴らしい」——。このような肯定語が習慣となっている明るく元気な職場だと、仕事をするエネルギーが湧いてくるでしょう。

「できる」「やります」「楽しい」「元気だ」「きれい」「素晴らしい」——。このような肯定語が習慣となっている明るく元気な職場だと、仕事をするエネルギーが湧いてくるでしょう。

「できる」「やります」「楽しい」「元気だ」「きれい」「素晴らしい」——。このような肯定語が習慣となっている明るく元気な職場だと、仕事をするエネルギーが湧いてくるでしょう。



リングを作った人が肯定後を連発



ふじさき・しろう
(株)パートナーズリンク代表取締役社長。大阪市立大学経済学部卒業後、大手流通チェーン企業に入社。準大手パチンコホール企業で総括SV、営業企画室長、経営計画部長を経て独立。人事コンサルタントとして社員教育・リスク回避型就業規則作成・フレッド作成コンサルティング、評価制度の構築などを行っている。