

「話し方・伝え方で人生が変わる」

私が、今学んでいる研修動画の一押しの人は、スピーチトレーナーの千葉佳織さんです。
彼女は話し方、伝え方で人生が変わると言い切っています。
私たちは1日にどのぐらいの時間、人と話しているでしょうか。
この機会に自分の話し方を振り返ってみましょう。



＊話すときに意識したいこと

☆ 感じの良い姿勢・態度で話す

落ち着いて、明るく笑顔を忘れずに、親しみのもてる表情で話すこと。

☆ 感じの良い口調で話す

聞き取りやすいように、ハッキリと適度な声量（大きすぎず、小さすぎず）適度なスピードで話すこと。

☆ わかりやすく話す

むずかしい言葉や専門用語は、相手によって使い分けること。自分の口癖を知り、相手に不快感を与えてないか探る。

☆ 順序よく話す

起承転結をしっかりと組み立てて話すこと。結論を先に話し、理由と経過、自分の考えの順で話すようにしましょう。

■私たちが日々仕事する中で、ご利用者様や家族様に、何かの説明をする時や、日常会話をする時、相手にどのように伝わり、どんな気持ちになっているのかなど確認しながらコミュニケーションとっていく事はとても大切なことです。話し方、伝え方のアセスメントとも言えるでしょう。

また、ご利用者様との関係性において、敬語を使ったり、お友達言葉だったり場面に応じて言葉を選んでいるかと思いますが、**相手を尊重する言葉を多く使う事を意識しましょう。**

すべてラポール（信頼関係づくり）につながります。私は**ラポールこそが、在宅での醍醐味**だと思っています。なので、日々学び続けていくことを大切にしています。

「ご利用者様から利用料をいただきながら、その方の人生を学ばせていただける、こんな素晴らしい職業は無い」と以前言ってくれたスタッフの言葉を今でも覚えています。

そして、人から辛い言葉や嫌な言葉を言われた時は「聞き流す力」も大切だと言ってくれたスタッフの言葉は心強かったです。自分も相手も「幸せになれる言葉」を使えたら素敵ですね。

私はてのひらのスタッフたちに出会えてとても幸せです。毎日感謝の気持ちです。
今月もありがとうございます。

2025年6月10日

呉 静恵

