



部下とのコミュニケーションで悩んでいます。
 パワハラだと言われたくないのですが、
 どんなことを心がけたらいいですか。



“ほうれんそう”には“**おひたし**”で返すよう
 心がけましょう。

上司・先輩のところがけ

- お** 怒らない（感情的にならない）
- ひ** 否定しない（まずは受け入れる）
- た** 助ける（困っているとき）
- し** 指示する（聞きやすい雰囲気を作る）

【コミュニケーションがUP ↑するコツ】

- ① 話しやすい雰囲気をつくる（目の動きや声のトーンにも気を配る）
- ② うなずき、あいづちを入れながら、最後までしっかりと聴く
- ③ 相手に伝えたいことをわかりやすく、丁寧に伝える



**言葉のキャッチボール（話す→聴く、聴く→話す）を重ねて、
 相手との信頼関係が築けるよう努力しよう！**