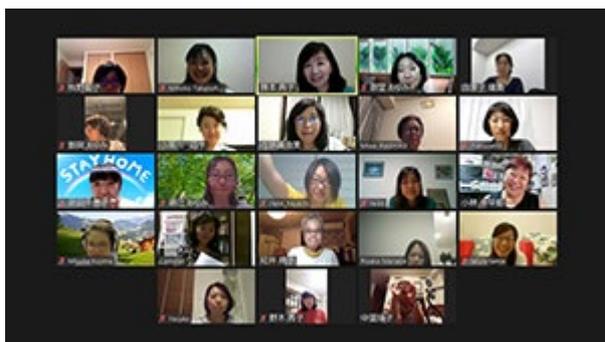


開催レポート

イベント名	セミナー
開催日	2020年6月17日(水) 19:00~20:00
場所	Zoomによるオンラインセミナー
会費	無料
内容	ほめ達入門編 「ほめ達」になって、職場も家庭も、もっと居心地良い場所に！ 講師：勝本典子さん（日本ハム株式会社/日本ほめる達人協会 特別認定講師）
参加者	23名（欠席5名）

「ほめ達」になって、職場も家庭も、もっと居心地良い場所に！



今回は3月に開催する予定だった、ほめる達人「ほめ達」についてのセミナーを開催しました。

「ほめる」ことで人間関係に変化が起きるだけでなく、自分自身の人生も好転するのだとか。

当会メンバーでもある、日本ハムの勝本典子さんに「ほめ達」になるヒントをお

話いただきました。

日本ほめる達人協会 特別認定講師でもいらっしゃる勝本さんは、1987年日本ハム株式会社入社。超体育会系男性社会の中で、社内報編集長や、人事として女性が働きやすく、一人ひとりが生き甲斐をもって働ける職場環境づくりに貢献。

3年前に「ほめ達」と出会い、ほめ達の生き方に共感。昨年コンプライアンス部に希望異動され、「ほめ達」のメソッドを活用し、共感が広がる企業風土創りに取り組んでいらっしゃいます。

また、育休後シニアアドバイザー、育休後カフェファシリテーターなど、多くの資格もお持

キャリア研究会

Career Research Association

ちです。

挨拶は「ほめる」の始まり

「こんにちは!」「よろしくお願ひします!」

まず初めに、画面越しに各自参加者の皆さんに向けて挨拶をしました。

「普段している挨拶を、少しだけオーバーに、笑顔3割増しに、気持ちを乗せて行くと、その場の空気が明るくなります。」と勝本さん。



普段していることをちょっと意識することが「ほめ達」の始まりなのだそうです。

普段から口角を上げて笑顔を心がけているという勝本さんの素敵な笑顔をお手本に、再度、皆さん気持ちを乗せて挨拶をし、セミナーがスタートしました。

ほめるとどんないいことがあるか

「ほめ達」を考案した西村貴好さんが以前経営していた経営コンサルティング会社を例に、ほめるとどんないいことがあるかを伺いました。

その会社では、依頼を受けた店舗や企業の課題を探し、改善を促すという、いわゆる覆面調査を実施していたそうですが、ダメ出しの指導には限界があると気付き、ほめるところを探す覆面調査に変更したそうです。

すると、ある飲食店チェーンでは、わずか3ヶ月で対前年売上が平均120%、最大で161%とアップし、離職率が激減、4年間の採用軽費がゼロとなったとのこと。

例えば、仕事の丁寧さを褒められた女性アルバイトには笑顔と活気が生まれ、大活躍。

するとまわりのスタッフ全員が笑顔で自主的に行動を始めるようになり、お客様のリピート率がアップ、売上の増加につながったという事例です。

「ほめる」とは、お世辞や思ってもいないことを言うのではなく、「人・モノ・出来事の価値を発見して伝えること」。

キャリア研究会

Career Research Association

価値の発見とは、例えば「落ち着きがない」は「アクティブである」のように、一見、短所に見えることも長所に変換したり、自分の仕事の価値を書きだしてみたり、ピンチが起きたときも、これは何のチャンスかと考えたりすること。

ほめ達とは「価値発見の達人」なのだそうです。

まずは自分の価値を見つける

今回は、いくつかのワークの他、グループに分かれて3度のブレイクアウトセッションも実施しながら、ほめ達を学びました。

「自分が言われて嬉しいほめ言葉」を書き出しましたが、これはまず自分自身の価値を発見し、なりたい自分を意識して過ごすことで、少しずつ理想の自分に近づけるためのワーク。誰にでも、言われて嬉しいほめ言葉があり、そのことに一つでも気付いてあげられることも大切なこと、とのことでした。

そして、誰かと比べるのではなく、自分の過去と比べてほめることがポイントなのだそうです。

最上級のほめ言葉

最後に、最上級のほめ言葉は「ありがとう」、その反対語は「当たり前」ということを教えていただきました。

「時間通りにできて当たり前」

「ごはんを作ってくれて当たり前」

「家族がいて当たり前」。

このように「当たり前」という言葉には、誰かの頑張りや努力、誠意、感謝、当たりの毎日のありがたさが隠れてしまいます。

人に何かをしてもらおうと「すみません」と言いがちですが、もっと気軽に「ありがとう」を使うこと、また、ほめられたらそれを素直に受け取るクセを付けてください、と勝本さん。

キャリア研究会

Career Research Association

「ほめることを伝えて、受け取り、広げてくれると嬉しいです」と締めくくられた勝本さんに、参加者全員で「ありがとう」の言葉が贈られました。

2回目のオンラインセミナーでは、ブレイクアウトセッションやワークも交え、大変好評でした。

セミナー終了後は、飲み物を片手に懇親会も実施。仕事の都合で残念ながらセミナーには間に合いませんでしたが、北海道からご参加くださった方とも久しぶりにお話ができ、オンラインの良さも実感できました。

参加者の声 ※参加者アンケートより抜粋

- ほめるイコール相手の価値を発見することという考え方はとてもすてきだと思います。一見マイナスに見えることも見方を変えればプラスに見えるというもの、どんな相手にでも活用できると思います。
- 相手を大切に思う事、相手の価値を発見する事、相手に感謝する事、これを具体的には、相手を「ほめる」事で実践すればいいんだと、腹落ちしました。
- ある出来事から「これは何のチャンス？」という考え方に切り替えることというのは、今後の仕事だけでなく、人生においても必要な考え方だと感じました。また、ポジティブな言葉を使い続けることも、自分の価値を高めることだと思いました。

※所属及び役職は、開催当時のものです。(敬称略)

キャリア研究会についてはこちらから

<https://career-r.com/>