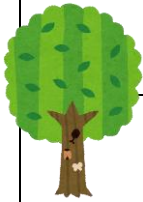


# 岡山 EAP カウンセリングルーム

## メンタルヘルス ニュース

〒703-8520  
岡山市中区浜 472  
岡山 EAP カウンセリングルーム  
発行責任者：松岡恵子

Tel (086) 272 - 8116  
Fax (086) 272 - 0883  
<http://okayamaeap.jp>



### 思いやりをもったコミュニケーションを

これまでメンタルヘルスニュースでは、人間関係をよりよくするためのコミュニケーションに関するヒントをいくつかご紹介してきました。今回は、よりよい関係性を築くための“心がけ”についてお伝えします。

#### ホスピタリティマインド

思いやりや気遣いの心（ホスピタリティマインド）をもつことが、相手との関係性をより良くするためには大切！コミュニケーションはもとより、自分自身の五感を活用して、相手が求めることなどを察知し行動するように心がけてみませんか？

#### ホスピタリティマインドに必要なもの



#### 想像力

- 相手はどのような人なのだろう…
  - 相手は何をしてほしいと思っているのか…
  - どうしたら喜んでくれるか…
- など、より意識してコミュニケーションをとるようにしてみましょう。

職場だけでなく  
お客様と接するときも  
意識してみると  
いいかも…



#### 共感力

“あたかも”自分のことのように、相手の置かれている状況に立って、相手の心情などを感じ取るようにしてみましょう。  
そのためにも、コミュニケーションが大切！

#### 察知力

『今日は疲れているのかな…』など、相手が言葉で表現せずとも、表情や態度から、本当はどうしたいのかを察するようしてみましょう。  
ただ、察することには限界があるので要注意！



#### 最後に

みなさんがホスピタリティマインドをもって接すると、より過ごしやすくなると思います。  
できるところから心がけてみてください。

＜EAP ご契約企業のみなさまへ＞

岡山 EAP カウンセリングルームでは、毎月のメンタルヘルスニュースの発行のほかに、電話相談、Web 相談なども行っております。相談内容も、職場の悩みだけでなく、プライベートな悩み（子どものこと、夫婦関係など）も承っております。一人で悩まず、お気軽にご相談ください。



電話番号：(086) 272 - 8116 URL：<http://okayamaeap.jp>

