

# ③関係修復のプロが教える！ 『根本解決3ステップ』



PDF教材

# はじめに

感情対話3つのSTEPについては、本編でも説明し実践もします。

ここでは、**人の課題を解決する時の根本解決3ステップ**について説明します！

特に、対立や派閥…ここまで拗れてしまったら、もう解決は難しい！そんな状況でも根本解決することができます。

普段、どんなプロセスを経て解決しているのか、実況中継していきますね！

拗れた対立や派閥を解決できるようになれば、本当に喜ばれ、なくてはならない人になれますよ！

ここでは、『感情対話の基本形3ステップ』が、身についているという前提で説明を進めます！



# 根本解決3ステップ

## ①チューニング

看護師3名・介護士5名、全員が『辞める！』というほど、一発即発。空気は張り詰めていました。そんな状況によばれて、まず最初にしたのは『チューニング』特に「私は、どちらがいい・悪いとジャッジしに来た訳ではない。ただ、もし誤解があるなら解きたいし、一人一人が納得できれば結果はどうでもいい」という、存在の『意図』をチューニングしました。さらに…。

アイスブレイクという意味合いもかねて『感情対話』のミニセミナーを行いました。セミナーの中では、どちらが『いい・悪い』ではなく、ただ、感情の奥にある、まだ言語化されていない一人一人の大切な想いを大切にしたい！ということを強調しました。



## 根本解決3ステップ

### ②それぞれの感情を出しきる！

ジャッジされない、ということが伝わって、安心していただけただけのところ、感情（言いたいこと）を出し切っていただきました。看護師チームが言いたいことを言い始めると、介護士チームが、言いたいことが溢れます。でも後で十分話せる約束をして、まずは聞きます。次にターンを変えて…。

お互い交互に、言いたいことがなくなるまで、出し切りました。とことん、出し切った後は、どうなったのでしょうか？傷つけあったのでしょうか？実は・・・



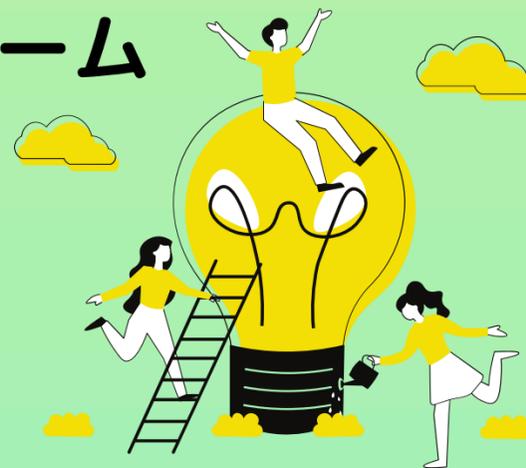
# 根本解決3ステップ

## ③場と人を信頼する

全て出し切った後に、一人一人に感想を聞くと…

- ・ 厳しすぎると逆恨みしていたけれど、自分にプロ意識が欠けていた
- ・ 良かれと思ってやったことが誤解されていた
- ・ 期待して育てようと思ってやっていたことが相手を傷つけていた
- ・ 相手にわかってほしい！ばかりで、自分は相手を知ろうとしていなかった。
- ・ 外からはわからない、それぞれの事情があることに気づいた…etc

**それぞれに気づきが起こり、誰一人辞めることなく、協力し合ういいチームに育っていきました！これは、何よりもその『場と人を信頼』して、その場に、共にある、ということをしたからです。**



# まとめ

今回は、ほんの一例です。さまざまな状況や場面があり、全てに合う『うまくいく、やり方』という『型』があるわけではありません。**もっとも大事なことは『あり方』。その時に必要なことを感じて、それを実践していくこと。**

講座の中に、『ライブを楽しむ。直感を大切にする。』という内容がありますが、そこです。頭で正解をやらうとしても、うまくいきません！その場で起こっていることを『感じて』『信頼して』一切のコントロールを手放して、感情を大切に、対話を深めれば、さまざまな状況や場面で、具体的に解決できるようになっていきます。うまくやらなきゃという気持ちを捨てて、是非ライブを楽しんで試行錯誤してみてくださいね！

