

# 通信

NO. 52  
平成29年月号

## ビジネス総研株式会社

福岡市博多区博多駅前4丁目

33番11-702号

☎092-409-4177

### 今月のスケッチ



島原の芝桜公園は、普賢岳の土石流ダムを利用した公園。遠くに普賢岳をのぞみ、4月下旬には、芝桜が満開になります。

5月訪れた時には、楠若葉と眉山の新緑が鮮やかでした。

=====

スタ  
コラ

## アンガー・マ ネジメント 新開よし子

近頃、「アンガー・マネジメントはできますか?」と、尋ねられることがよくあります。

怒りのコントロールはできますか?ということではなく、アンガー・マネジメントセミナーの講師はできますか?というのを尋ねられるのです。

そこで、アンガー・マネジメントを学んでみました。

怒りをコントロールできなくて、怒ることに時間を費やしてしまい、本当はしたかった事が出来なかったということはないでしょうか。

そろそろ夕食という時間に母親から叱られた子どもが、怒りにまかせて「もうご飯は食べない!」と、言ってしまいました。今日は、自分の好きなハンバーグだったのに、残念です。部屋にこもって、怒りと悔しさと無念さと悲しさとが入り混じったような、そんな気分を味わうことになるわけです。

時間の経過とともに、なんであんなこと言ったのだろうと後悔する気持ちが湧いてくるかもしれません。

アンガー・マネジメントでは、アンガーは「怒り」、マネジメントを「後悔しないこと」と定義しています。

アンガー・マネジメントを学んで、怒りによる後悔をしないようになろうということです。「もうご飯は食べない!」と、言ってしまった子どもは、本当はご飯を食べたいのですから、方向性がずいぶん違っていたことになります。それに、そこまで、怒ることでもなかったかもしれませんし…。

職場での人間関係に関して、「あの時、ちゃんと言っておけばよかった」とか、「あの時、あそこまで言わなければこん

な気持ちにはならなかったかも…」という言葉が聞かれます。どちらも後悔している発言です。

私達は、怒りを感じた時に、感じた事を相手に伝える必要があるのに言わないということや、そこまで怒る必要もないのに怒りをぶつけたりする場合がありますのだと思います。

松たか子主演のカルテットというドラマで、から揚げにレモンをかけられるのが嫌という些細なことで、夫婦関係がおかしくなっていくという場面がありました。

レモンをかけられるのが嫌なら、「レモン苦手」と言えばいいのにということですが、それが言えないこともあるのでしょう。ある人は、レモンかける前に「いいかな?」と声をかけるのが普通と思うのかもしれませんが。

ドラマでは、些細な怒りを溜め込んだ夫が蒸発(行方不明)してしまうのです。

小さな怒りも、溜め込むと大きなことになる可能性を秘めているようです。

そのようなことにならないように、怒りについて学んでみるのも良いかもしれません。



この「通信」の封筒詰めと宛名シール貼りは、「障がい者の仕事をつくる」NPO法人ホーキーズの皆さんにお願いしています。丁寧な作業を心がけていますが、袋や用紙、宛名カードの材質の影響で、多少のずれやしわ、ゆがみなどはご容赦ください。



映画大好きの山ちゃんが、毎回、自分の言葉で執筆します。

# 母 小林多喜二の母の物語



監督：山田火砂子  
出演：寺島しのぶ  
渡辺いっけい  
塩谷瞬  
趣里  
2017年 日本

今国会では、3度も廃案になった「共謀罪」を懲りもせず…  
2020年東京オリンピックを成功させる上で、テロを防ぐ為と最もらしい理由を付けて、審議入り(4/6)を強行しました。

こうした情勢のもとでの「母」の上映は、本当に意義あるものだと思います。

早良市民センターの夜の自主上映会で観賞しました。

上映前の挨拶の中で「昼の部では、500席の観客席が満席になり立ち見まで出た」との事。関心の高さに嬉しく思いました。

安倍政権のここ数年の動きを見ていると、どうしても「戦

争できる体制」つくりへと、秘密保護法や、安保法制をつくって来ました。

そして、その集大成が「心の中」を処罰する違憲立法の「共謀罪」です。

このようなものを許したら、戦前・戦中と特攻警察によって、小林多喜二をはじめ多くの国民を取り締まり、虐殺するなどした「治安維持法」の再来となります。

絶対に許してはいけません。今、あまりにも“オカシイ事”が横行しています…こうした“オカシイ事”に対して、国民一人ひとりが監視の目を強め、“オカシイ事”には声を上げる時だと思えます。

## くまさんの コンサル日誌



似顔絵作家の小西みどりさんに描いていただきました。

## グループワーク面接研修



最近の採用試験に「グループワーク面接」をとり入れる企業などが増えている。

企業の将来を左右する人材の採用は、優秀な人材を確保するために十分に準備して臨んでいる。

従来の小論文試験と個別面接試験に加えて、“グループワーク”を取り入れることによって、応募者の対人関係力や変化対応力などが評価の対象となっている。

この日のロールプレイングでも、受験生の真剣な討論が展開された。

こうして受験生(応募者)の採用試験の変化への対策も進んでいる。

一方、生涯人件費1.5億円とも2億円ともいわれる中で、採用する側も万全の準備が求められている。



## 編集後記

前号の記事“村度”については、「日本人の“美德”とも言われたもの。それが・・・」と先輩から電話をいただいたり、企業の代表や後輩から電話をいただいた。

真相が解明されないままの状況が続いている。このままにしてはいけないと思う。

Relationship & Partnership  
**ビジネス総研**  
**ビジネス総研株式会社**  
 福岡市博多区博多駅前4-33-11-702  
 ☎092-409-4177 FAX092-409-4170  
 Eメール [kuma@b-souken.com](mailto:kuma@b-souken.com)  
<http://www.b-souken.com>