

介護職の人材育成・ 人材マネジメントのヒントを情報発信！

～介護職員及び組織に対する育成をトータルサポート～



NEWS LETTER

発行元：ピーエムシー株式会社

〒955-0845 新潟県三条市西本成寺 1-35-4

TEL:0256-47-3686 FAX:0256-35-0158

<https://www.pmc-jinzai.com/>

過去のニュースレターは HP からご覧いただけます

あの人の気持ち、なぜ分からない？ 職員間の溝を埋める「他者理解」のステップ

こんにちは ピーエムシー株式会社の斎藤洋です。

前回、前々回と、「自己理解」「他者理解」についてお伝えしてきました。今回は改めて「なぜ自己理解や他者理解が大切なのか」「自己理解と他者理解はどのように関係しているのか」について、とある介護職員のエピソードにあてはめてお伝えします。

自己理解と「メタ認知」

とある介護職員の「田中さん」は新卒で介護の現場に入り、利用者との関わりに全力を注ぎました。しかし利用者や職員間の関わりがうまく行かないことが多く、自信を失い苦しみ日々を過ごしていました。

そんな中で、自分の感情や行動を客観的に捉える「メタ認知」を知り、自分を客観的に観察する練習を始めました。

失敗に落ち込む自分や特定の相手に緊張する自分を冷静に見つめることで、今まで気づいてこなかった自分の性格傾向を自覚できるようになり、漠然とした不安が整理されていきました。

自己理解と「自己受容」

田中さんは、自分自身の得意なこと・苦手なことを自覚していく中で、少しずつ「完璧な自分」であろうとするのではなく、今の自分をそのまま受け入れる「自己受容」の姿勢を持つようになりました。

得意な傾聴を活かし、苦手なことは無理に背負わないと決めたことで、心が安定し、仕事への向き合い方も前向きに変化しました。落ち着いた気持ちが態度や表情にも表れるようになり、利用者や職員との関わり方も少しずつ変わり、前向きなコミュニケーションが増えてきました。

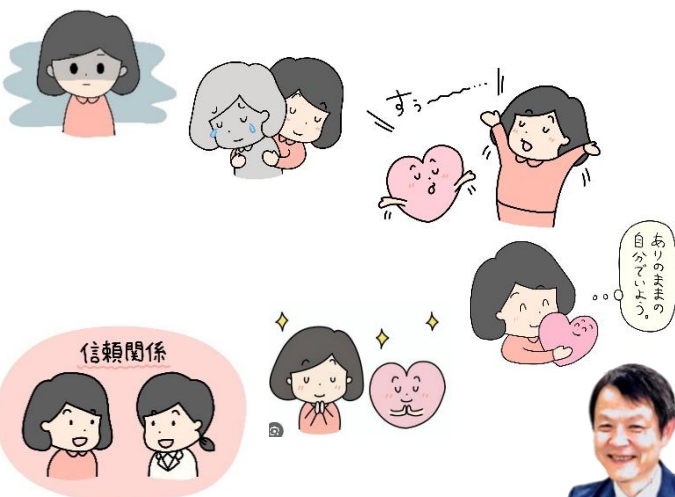
「他者理解」とコミュニケーション

自己理解が進むと、他者に対する見方も変わりました。以前は批判的に捉えていた先輩や同僚にも、それぞれの背景や思いがあると理解できるようになり、違いを受け入れようという姿勢が育まれました。

その結果、相手を知りたいという関心が高まり、日常の何気ない会話を通じて他者理解が深まっていきました。

他者理解が進むことで、チーム内のコミュニケーションも円滑になり、お互いの強みを活かしながら助け合える関係が生まれました。

こうして、田中さんの内面的な成長は、チーム全体の信頼関係や職場の雰囲気改善にもつながっていったのです。



主任研修講師 斎藤 のつぶやき

介護職員の離職理由のトップは、今も昔も「職員間の人間関係」が良くないことだそうです。

職場の課題がいつまでも解決されず、業務の見直しが進まない現場では、職員の不満が募り、その結果人間関係が悪化します。これを改善していくには、部署のリーダー職員の役割も重要ですが、個々の職場メンバーへの普段からの働きかけも非常に重要です。

これまでの経験から、自己理解・他者理解の学びは、個々の職員を成長させる大きなきっかけとなることが多いと感じています。皆さんの職場でも自己理解・他者理解の学びを深めてみてはいかがでしょうか。