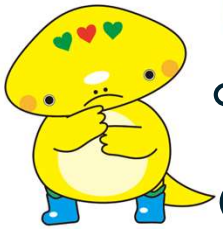
ともにんのお悩み相談コーナー
第２弾

今回のお悩みは…



色々な出来事があって苦手な職員さんがいます。自分としては職場内でそういうのを出さないように変わらない挨拶やアプローチに気を付けているつもりなのですが、他の方から「苦手でしょう？」と声を掛けられる時があります。このままの対応を続けていてよいでしょうか？

自分を変えることが
大切だと思います

私なら、そう指摘された方に、そう見えますか？そんなつもりはないのですが…　何が原因でそう思われましたか？とまずは聞いてみると思います。苦手の感情は変えづらいので、なんとか態度にでないようにできないか考えます。

苦手な人は誰でもいるので、最低限のマナーの挨拶や仕事に支障の出ない関わりを続ければいいと思います。しかし、自分で変わらない接し方をしていると思っても周りからそういわれるのであれば、どんな接し方をしているか一度見直してみてもいいかもしれません。

苦手な人は誰でもいると思うので、あまりその事に執着せずその人の良い所を見つけてみると、少しはその人に対する思いも楽になるのではないでしょうか。

私は苦手と思ったらまずはあえて積極的に話しかけるようにしています。

自分なりに気を付けて、他の職員と同じように接しているのであれば、そのまま続けても良いのではないでしょうか。苦痛でなければ、プライベートな話などしてみて、知らない一面を知る事で苦手な職員への見方も変わって来るのではないでしょうか。

人間なので、考え方も人それぞれである。嫌な所を見るより、良い所を見つけて評価し、皆で褒め合う事でお互いの気持ちも確かめ合えると思います。スタッフ皆でいい所探しをしましょう♪

自分なりの気持ちが伝わればそれでよいと思いますよ。そういうことを積み重ねていく中で、苦手な人という気持ちが違ってくるかもしれません。苦手なのに変わらない対応を心がけておられるなんでとてもやさしいですね。

気にしなくても
いいのでは…

自分も感じる事があります。苦手な人がいてもいいのではないでしょうか

気を付けて対応されているなら、それでいいかなと思います

苦手なら最低限の会話で十分です。割り切りも大事だと思います

自分が苦手だと思っているのは相手にも伝わっているので、
気を付けつつもあまり神経質にならないのが良いと思います。
互いに自然に同じように接することができると思います。

苦手であって嫌いではないなら今のままでいいのではないでしょうか。
他の人に苦手と気付かれたのなら相手にも気づかれていると思います。
でも相手から何も言ってこないのなら相手も今のままでいいと思っているのだから自分だったら現状維持します。これが嫌いになったらもう喋る事も顔を見る事も嫌になってしまいます。とりあえずは嫌いになるまでは今のままでいいのではないでしょうか。

どこにいても自分と合う人ばかりではないので相手を受け入れることは大切かと思います。人の見方はそれぞれなので人から言われることに振り回されないことも大切かと思います。

苦手なのは仕方ないかと思います。気にしないで仕事するのが大切だと思います。

もう開き直って「はい。苦手なので、迷惑かけると思いますが、何かあった時や関わる時など助けてくださいね」。と説明したらどうでしょうか。

私も苦手な職員さんがいますが、同じように挨拶や対応に気を付けていますが、他職員に気づかれています。しかし、このことがストレスに繋がらないためには、このまま当たり障りのない程度・距離感で接することでいいと自分では考えています。どうしても苦手意識は雰囲気でわかるようです。お互い無理をせず素直に行動していきましょう

自分が表に出さないようにしているのなら、このまま続ければいいと思う。プライベートで関わる事は無いから。

相手の事を「きっと～だろう」と考えることができるといいかも。出来なかったら最低限関わらなくていい

声をかけられたら、一度だけ悩んでいることを話す。話すだけ話したら、その人の事を気にせずに仕事だけに集中する。

まわりに
相談しようかな・・・

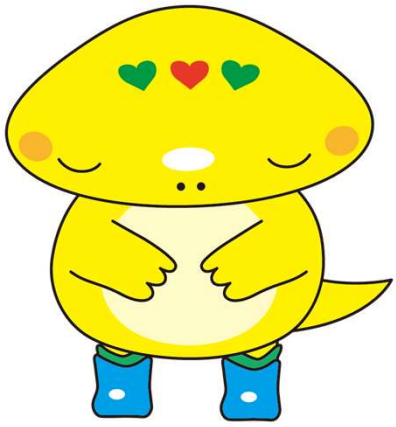
そのままだとあなた自身がだめになっていくので、上司などに相談したほうがいいと思います。異動するのも一つのいい方法になるかもしれません。

人間なので表情や態度に出てしまうと思います。私も苦手な方がいるのでお気持ち分かります。なるべく関わりなく過ごし、相談にのってくれる方をみつけることも大切じゃないかなと思います。

仕事の仲間なので我慢する。何か言われたことは、あまり気にしないようにして職場仲間に相談する。

どうしても苦手な人っていますよね。相性というものがあり仕方ないと自分の感情を認めつつ、苦手意識が積もらないよう、その方の良いとこ探し（得意や自分にない所など）をすると上手く行ける時があります。でも、自分の心が折れてしまい、健康や家庭などにも影響が出る時には、思い切って異動のお願いなどをして、苦しい現状から逃げる時も時には必要だと思っています。

私も苦手な職員がいます。苦手ですと周りに言っています。敵を作るかもしれない恐れはありますが、私は苦手発信をしてます。だんだんとその人が苦手という人が増えてきたので同じ気持ちの人がいるだけで安心感を得てます。

私の場合は苦手な方をそのような性格に設定されたキャラクターだと思って関わらせていただいています。そう思うとグサッとくることを言われたとしても、一歩引いてお話を聞くことができる気がします。質問者の方は苦手だと感じている相手の方にも、挨拶やアプローチに気を付けるなど心掛けていてすごいと感じます

たくさんのアドバイス、ありがとうございます
次回もよろしくにん！