

# 人間関係マネジメント学

人から好かれるために



東郷健作

人間関係マネジメント学  
人から好かれるために

東郷健作



## まえがき

ほとんどの人が人間関係で悩んでいると思います。心のかつとうにはつらいものがあります。人は一人では生きていけません。大勢の人たちと関わりあいながら生きていかねばなりません。その際に重要となるのが良好な人間関係です。本書では、著者が六〇年余りを生きてきた中で、人から教わったり、学んだり、経験した中から知恵として結晶したものを提示いたします。この処方箋しょうほうせんを実行すれば、良好な人間関係が築かれ、きっとハッピーになるでしょう。また、本書を読めば、人間関係を良くするには、お金は全く必要ないことが分かるでしょう。

なお、本書は、二〇〇四年に出版した拙著「自分を知って人を知る（副題…人間関係を良くする方法論）」を大幅に加筆・修正して改題したものです。



# 人間関係マネジメント学\*目次

人から好かれるために

第1章 人を理解するために 9

1 傾聴けいちようの姿勢を養う 10

2 多様な価値観を身につける 16

3 性善説せいぜんせつと性悪説せいあくせつ 21

4 直観力を養うのに有利な日本語 26

5 男女平等について 34

6 真の平和主義者となる 41

第2章 把持はじすべき精神態度 51

1 食と感謝 52

2 人から信用されるようになる 57

3 正しい職業観 63

4 傲慢ごうまんになるなかれ 71

5 バランス感覚 79

6 心と身体の関係について 84

### 第3章

己おのれの弱かさに打ち克かつ 91

1 愛と勇氣 92

2 嫉妬心しつとしんの克服法 95

3 劣等感への対処法 103



## 第4章

# 器うつわの大きい人物になる

113

1 教育の重要性

114

2 歴史から学ぶ

120

3 責任のとれる範囲を広げていく

125

あとがき

132

# 第1章

## 人を理解するために

# 1 傾聴の姿勢を養う

けいちょう

どうも人間というものは、人の話を聞くよりも、自分でしゃべる事の方に夢中になる性向を持っているようです。例えば、職場で休憩時間等にリラックスして同僚たちと談話をしていると、よく話がいろんな方向に展開、発展していく場合があります。このような時は、各個人がそれぞれに自分の思いを活発に述べている状況がかもし出されているわけですが、人の話はろくに聞いていない場合が多いようです。人の話に素早く割り込んで誰よりもいかに早く自分の思いを開陳するか、そのタイミングを虎視眈々と覗うかがっています。

なぜ、そのように思うのかといえ、他ならぬ自分自身が長年そうであったからです。このことに気づきかけた頃、このような打ち解けた談話の場ではできるだけ第三者の立場に立って他人を観察してみることにしました。その結果、他人も全く同じ性向を持って

続きは  
完成版で  
お楽しみ下さい。