

求職者セミナーを開催しました！！

去る2月2日、「自分らしく就職するために」というテーマで求職者セミナーを開催しました。今回は、(株)タベ・インターナショナル代表取締役の田部孝治氏に講師をお願いしました。田部先生は、人材育成のプロです。日々就活を送りだすとともに、企業の方の生の声もご存知です。

そんな田部先生の講義は、視点が全く違います。盛んに口にされていたのは、「人と自分を比べる必要はない。」ということでした。また、物事に対する認知の方法には、自分をラクにする認知と自分を辛くする認知があるということも教えてくださいました。人は、知らないうちに自分を辛くする認知をしがちなのだそうです。採用面接についても、求職者と企業は対等の立場であるにも関わらず、求職者は立場が弱いと勘違いしているケースがあるとお話してくださいました。

セミナーの参加者からは、「新しい視点でお話しただいて勉強になりました。」とのお声をいただきました。

うまくいかないことには理由があります。一人で考えても自分の考え方の癖にはまってしまふことが多いので、時々新しい考えをインストールしてみてもいいのではないでしょうか。



できない自分を許す！！



あなたは自分のことが好きですか？相談者の中には、そうでない方が多いような気がします。なぜ、自分のことを好きになれないのでしょうか。こんなことができない自分なんてダメだ。いつも失敗する自分は役に立たない。逆に、こんな風に自分を責めることは得意な方が多いと感じています。ちょっと冷静に分析してみましょう。

こんなことができない自分なんてダメだと思ったときに、世の中を見渡してみます。自分ができなかったこと、世の中の100%の方ができるのでしょうか。いつも失敗する自分。本当に100%の確率で失敗していますか？世の中の人たちで、一度も失敗したことがない人はいるのでしょうか。同じことを大切な家族や友達が言ったときにあなたはなんと仰いますか？「そんなことはないよ。誰だって失敗はするものだよ。」と励ましていませんか？同じことが起きているのに、周りの人は励まして自分のことは責める……。そこに矛盾を感じませんか？

人間は自分を責めるのが得意です。そこに正当な根拠はあるのか、他人にも同じように言うのか、一度考えてみてくださいね。できない自分も許すことができたなら、もっと楽に生きられるかもしれませんね。