



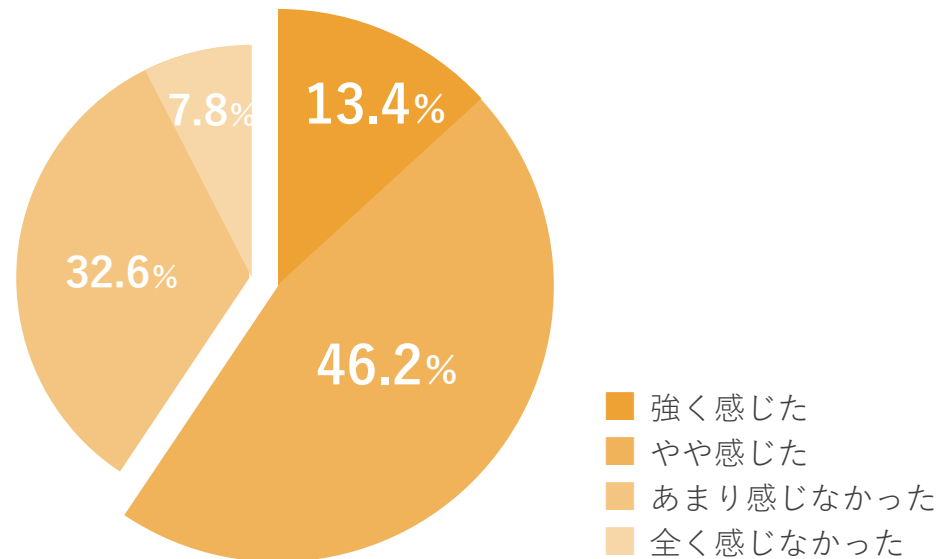
従業員のストレス軽減

聞き上手になるための3カ条

従業員の増えるストレス

働き方が変わり、これまでにはないストレスを感じるが増えてきました。
テレワーク開始前になかった仕事上のストレスを感じた人は**約60%**います。

Q. テレワーク開始前にはなかった
仕事上のストレスを感じたことはありますか？ (n=2,213)



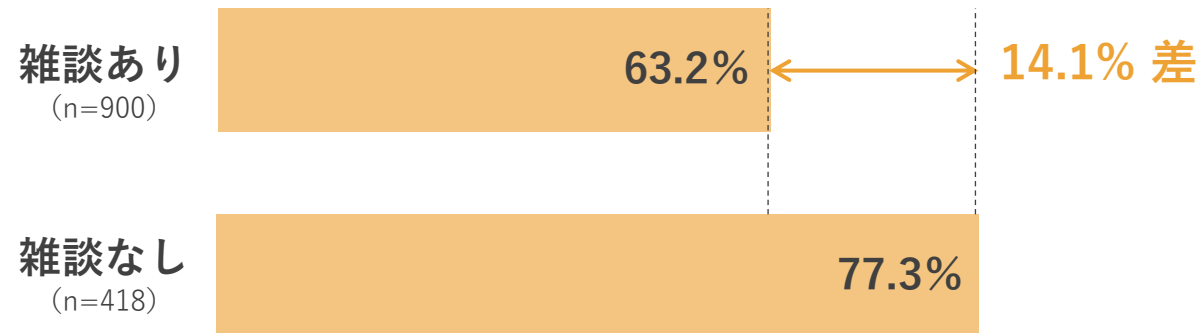
参考： <https://www.recruitcareer.co.jp/news/pressrelease/2021/210122-02/>

従業員のストレス軽減に“雑談”

ストレス軽減に有効なのが**雑談**。

「誰かに話を聞いてもらうこと」が**ストレス解消**に繋がります。

現在までに、テレワークでのストレスが解消できていない人の割合



参考：<https://www.recruitcareer.co.jp/news/pressrelease/2021/210122-02/>

聞き上手になる3つのポイント

雑談で大切なのは「話すこと」ではなく「聞くこと」
理想の分量は「話す3：聞く7」

1. 好印象をつくる

- ・笑顔
上の歯を7~8本見せて口角をあげる。
- ・しぐさ
大きく身体でうなずく、声でうなずく。
- ・声を高く
ド・レ・ミではなく、ファ・ソの高さで話す。

2. 本音を引き出す

- ・共感する
「そうなんですか、それは●●でしたね」
- ・質問する
「そうなんですか、●●はどうでしたか」
- ・相手の興味を特定する
「ポイントは●●ということですね」

3. 相手を知り・合わせる

- ・相手のコミュニケーションタイプを知る
例) 「エゴグラム」を活用
- ・相手のタイプに合わせて話す
例) ガンコな人にはヨイショする
ノリが良い人にはノル

出典：エンカレッジオンライン講座「超一流の雑談力」より

従業員から信頼される聞き上手になりましょう。

全員の話を聞く時間はない...

7500社の導入実績がある「HR OnBoard」「HR OnBoard NEXT」をご検討ください。
毎月数問のアンケートで、
フォローすべき従業員のコンディションを可視化します。



HR OnBoard

Click!



HR OnBoard
NEXT

Click!

素早く正確な
予兆をキャッチ

フォローすべき
人材が明確に


適切な対策を
アドバイス

セミナーのご案内

社員のコンディション把握、離職防止に関するWEBセミナーです。
ぜひご参加ください！


Discover HR HR OnBoard 紹介セミナー

早期離職はなぜ起こる？
メカニズム徹底解説



Discover HR HR OnBoard NEXT 紹介セミナー

活躍社員の“びっくり退職”防止
今注目の「リテンション・マネジメント」とは



セミナー詳細・申し込みはコチラ

<https://lp.on-board.io/webinar2020.html>

