

「格差」感じる 男女千人調査

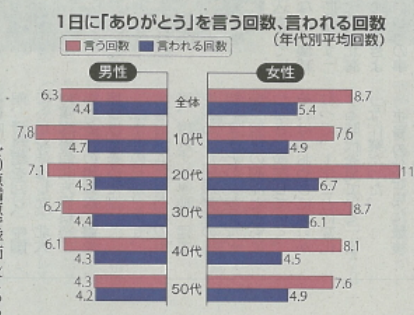
感謝の言葉「ありがとう」は、自分が言っているほどには相手から言われていない。多くの人がそう感じていることが、食品メーカーのネスレ日本(神戸市)による、10～50代の男女千人を対象とした調査で明らかになった。言ったつもりでも伝わっていない「ありがとう」がたくさんあるようだ。(西村暲)

感謝届かぬケース多く

調査では、1日に「ありがとう」を言う回数(言う回数)と、言われる回数(言われる回数)の平均は、言う方は7.5回、言われる方は4.9回と3分の2程度は4.9回と、格差が生じていた。

性別、年代別で見ると、最も「ありがとう」を言うのは20代女性で11.6回、最も少ないのは60代男性で4.3回。両者には多いとも言え、職場の意

「ありがとう」
言ったほどには
返されず



「ありがとう」伝えるコツは
なかなか言えない、伝わらない。調査結果が示すように、感謝の気持ちを伝えるのは難しい。企業の研修や市民向けのコミュニケーション講座で講師を務めるマイコーチングオフィス(札幌)代表の中村舞さんに、伝えるためのポイントを教えてもらった。

コミュニケーションは無意識に行う習慣のようなもの。だから「ありがとう」を言うのが習慣になってい

意識して習慣づけ
相手を見て笑顔で

「ありがとう」を言う回数と照らし合わせると、全々言わない人は平均4.4点だったのに対して、1日に20回以上言う人は平均6.8点で、言う回数に比例して幸福度が高くなっていた。

「ありがとう」を言われる回数でも、多い人ほど幸福度が高い傾向があり、「ありがとう」が心にもたらす良い影響がうかがえた。

調査は7月、インターネットで行った。

子育て相談室

子どもに片付けさせるには
A 片付けの必要性と喜びを示したりしながら、徐々に片付けを減らし、徐々に片付けの場を狭めていきま

最初はお母さんが手伝ったと聞いてください。いきなり、

親子で約束、自主性大切

その場を動かさないぐらいの迫力で臨みましょう。片付けたい物は親が預かる実力行使も有効です。2度目は1週間預かり、3度目は没収などペナルティを決めるのも良いと思いつく。

片付けは自主性が大切です。片付けの約束は、親が押し付けたり、強要したりするのではなく、子どもと対等な立場で、契約を結ぶようなつもりで話し合ってみてください。

「あいはさちこ」母子相談室「あひさちこ」主宰・カウンスラー

子ばなし

楽しい「子ばなし」をお寄せください。郵便番号、住所、親子の名前(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、はがき、フックス、電子メールで、生活部「子ばなし」係へ。

母「それは覚悟が必要だよ」
紗英「じゃあ、かく6、かく7もあるの？」
覚悟を「かくら」
と勘違いしたようです
(母の理想さん)

困「コボウと手羽先の梅煮
金 カボチャの豆乳オタシ
田 鶏塩(さ)シラーメン

月 サケとレンコンのチャーハン
閃 妙めきのこのしょうゆこうじ
おるしあえ
困 サツマイモとレンコンの豚肉重
ね煮
困 コボウと手羽先の梅煮
金 カボチャの豆乳オタシ
田 鶏塩(さ)シラーメン

日に日に朝晩冷え込む日が増えてきましたね。今週末はおいしい野菜を使用した献立になっています。寒い冬がやってくる前に根菜類をたっぷり食べて体調を整えておきましょう。