



2025年 冬号
〈第44号 発行日2025年1月17日〉

【発行元】株式会社サカイクリエート
福島市町庭坂字原中1-10
TEL024-591-5518
発行責任者／坂井 剛



職場の苦手な人の克服法



職場には、どうしても**苦手**に感じる人がいるものです。

意見が合わなかったり、コミュニケーションがうまくいかなかったりすることで、仕事のストレスが増大することもあるでしょう。しかし、職場での関係は避けられないもの。これらの問題に対処する方法を身につけることが重要です。以下に、職場での苦手な人との関係を改善するためのいくつかのアプローチをご紹介します。

はじめに、【**自分自身の感情を理解すること**】が大切です。

相手に対してなぜ苦手意識を持っているのか、その理由を客観的に分析してみましょう。相手の言動に対して何を感じるのか、どのような状況で特にストレスを感じるのかを整理することで、自分の反応をより良く理解することができます。自己理解が進むことで、相手の行動に対する過度な反応を抑えることができるでしょう。

次に、【**相手を理解しようと努めること**】も有効です。

苦手な人であっても、彼らがどのような価値観や背景を持っているのかを知ることは、コミュニケーションを円滑にする助けとなります。例えば、相手の立場や状況を想像し、その視点から物事を考えてみることで、理解の幅が広がります。相手の行動の裏には何かしらの理由があるかもしれないと考えることで、対立することなく接することができるようになるでしょう。

また、【**適切な距離感を保つこと**】も重要です。苦手な人と無理に親しくする必要はありませんが、必要な範囲でのコミュニケーションは避けられません。そのため、プロフェッショナルな態度を保ち、感情的にならずに仕事に集中することが求められます。冷静に対応することで、相手との摩擦を最小限に抑えることができ、仕事の効率も向上します。

さらに、【**第三者の助言を求めること**】も一つの手段です。上司や信頼できる同僚に相談することで、客観的な視点からアドバイスを得ることができます。自分一人で抱え込むよりも、他者の意見を取り入れることで新たな解決策が見えてくることもあります。

最後に、【**自己成長の機会と捉える姿勢**】も忘れてはいけません。苦手な人との関係を克服する過程で、自分自身のコミュニケーションスキルやストレス耐性が高まることがあります。これらの経験は、長い目で見ればキャリアにおいて貴重な財産となるでしょう。

苦手な人との関係を改善することは簡単ではありませんが、これらの方法を試してみることで、より良い職場環境を築く一助となるはずです。

代表取締役社長 坂井 剛



有期労働派遣で働く際に 知っておきたいこと！

派遣で働く皆様、有期労働派遣の方がいる企業の皆様に覚えておいていただきたい大事な内容となりますのでご存じの方もいらっしゃると思いますが改めてご確認ください。



雇用安定措置

派遣元は、同一の組織単位に継続して3年間派遣される見込みがある方に対し、派遣終了後の雇用を継続させる措置（雇用安定措置）を講じる義務があります。

（1年以上3年未満の見込みの方については、努力義務）

- ①派遣先への直接雇用の依頼
- ②新たな派遣先の提供（合理的なものに限る）
- ③派遣元での無期雇用
- ④その他教育訓練、紹介予定派遣等

*60歳以上の派遣労働者は、3年を超えて同一の組織単位での勤務が可能です。



キャリアアップ措置

派遣労働者は、派遣元事業主から以下を受けることができます。

- ・段階的かつ体系的な教育訓練（必ず有給・無償で受けることができます）
- ・キャリア・コンサルティング（希望する場合）

特に、期間を定めないで雇用されている派遣労働者は、長期的なキャリア形成を視野に入れた教育訓練を受けることができます。



企業向け ～キャリアアップ助成金について～

有期雇用労働者等非正規雇用労働者のキャリアアップを促進する為、正社員化、処遇改善の取組を実施した事業主に対して助成する制度がございます。

詳しくはこちら

キャリアアップ助成金

検索

厚生労働省HP：https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/part_haken/jigyounushi/career.html



ご不明な点がございましたらサカイクリエート営業担当までご確認ください。

～Googleアンケートご協力をお願い～

サカイクリエートでは、定期的にアンケートを実施しております。記入していただいた内容は、個人情報保護法、及び守秘義務に則った適正な取り扱いをし、今後のサービス向上の為に活用してまいりたいと考えております。ご回答いただいた内容によって、皆様に不利益が及ぶということはありませんので、ぜひ率直な声をお聞かせください。

