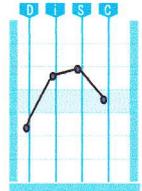




## 効果性を高めるための対策

ここでは、自分の自然な行動傾向を変えて、より大きな成果をあげるために、**■■■**さんのとりうる行動を示しています。この中には既実践されているものもあるでしょうし、これから、スキル開発をした方が良いでしょう。現在の環境での要求に基づいて、対策の優先順位を決めるとよいでしょう。よく読んで必要なら訂正をしてください。



カウンセラー

**■■■**さんの効果性を高めることは：

- 予期せぬ変化に対応する能力を身につけること
- もっと自己主張する技術を学ぶこと
- 不明瞭な状況を明確にするための話し合いを積極的にすること
- 新たなチャレンジに向けて努力すること
- 日常業務でより柔軟になること
- 日常業務をより効率的に行うため、可能な近道をさがすこと
- 人や状況に関して、肯定的な情報だけでなく、否定的な情報も含めて、現実的な評価を行うこと
- 順序立って、時間通りに仕事を遂行できるよう、仕事の手順を系統立てること
- 対人関係での摩擦や衝突に対処する際、確固とした直接的な態度をとれるようにすること
- 他人の否定的な考えや感情に積極的に耳を傾け、考慮すること
- もっと一貫した態度で、重要な細部に注意を払うこと
- 時間的な制約の管理を上手に行うこと
- 打ち合わせやコミュニケーションに費やす時間を見直すこと