**ワークシート<相手の事情を確認してみよう>**

　　　　　　　　　　　　　氏名

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　平成　　　年　　　月　　　日

　あなたは、繁忙期の終盤でここしばらく残業続きです。今日は、業務が切迫しているため、グループ全員で残業し仕事の目処をなんとかつけなければならないと考えています。

終業時間前、部下のＡさんに残業するよう指示したところ、Ａさんは、ため息をついて眉をしかめ、「･･･はい･･･わかりました」と言いました。

![C:\Users\mahoro\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.IE5\909OZ4PK\MC900425752[1].wmf]()

残業を指示されて不機嫌になるなんて！

忙しくてみんなで残業しないといけない状況はわかっているはずなのに！

と怒りがこみあげてきました。

あなたは、怒りがこみ上げてきたので、深呼吸して少し落ち着いてから、部下のＡさんにひとまず事情を確認してみることにしました。

「Ａさん、残業するよう指示したけど、何か気になることがあるのかな」

「・・・みんなで残業しないといけない状況だとわかってるんですが・・・実は・・・父親が昨夜急に倒れて救急車で運ばれたんです。命に別状はないので大丈夫なんですが、昨夜はいろいろあって、ちょっと心配なこともあって・・・」と、Ａさんは言いました。

　Ａさんが不機嫌そうに見えたのは、父親を心配する気持ちからだったとわかりました。

**Ａさんの事情を確認した後の、あなたの怒りの強さと考えを書き込みましょう。**

頭に浮かんだ考えは・・・

**怒りの強さ**　　事情を確認する前　　　　　　％　　→　事情を確認した後　　　　　　％