

アソカ講話066

テーマ「笑顔の効用」

読書会で参加者から素晴らしい話を教えて頂いた。「あるテレビで放映されていたのだが、笑顔で家事するのと、怒りながら家事するのとはどちらが早くできるか、笑顔で家事する方が短時間でできる」という内容である。

仕事を効果的にするには笑顔が良い。この笑顔が良い理由は次のことが考えられる。まず、笑顔でいると怒っている時より冷静であり、段取り・手順に無駄が無くなる。あせったり、急いだりしてイライラしていると二度手間になることが多い。

次に、笑顔でいると筋肉の余分な緊張がとけてリラックスして行える。スポーツ選手でも笑顔になることで緊張が取れタイムが短くなったという報告も聞く。そして、3番目、笑顔が醸し出す雰囲気、周囲の人の協力を得やすいということもあるだろう。

忙しい時は、誰でもイライラしがちであるが、「忙中、閑あり」との言葉にもあるように、忙しいからこそ、静かな時間を短時間でも持ち自分を振り返ることが笑顔を取り戻す秘訣である。

新規事業所開設に伴い、多くの職員が本当に大変な中、笑顔で頑張ってもらったことに心から感謝したい。