
パワハラをしないために

上手な叱り方を心がけよう

- 叱責はその場で、すぐに
- 行為は叱っても、人格は否定しない
- 3つほめて、1つ叱る

自分自身をコントロールする

- イライラしたら深呼吸
- 態度や声、表情にも気をつける

自分のこだわりを見直す

- 完璧主義を見直す
- 決め付けを見直す

セクハラをしないために

「相手の気持ちを尊重する」ことからセクハラのない職場環境が生まれます

- 言葉以外のメッセージ-表情・目線・しぐさ-をよみとろう
- その言動を自分の妻や娘にできるか考えよう
- 「イヤよイヤよも好きのうち」などと自分勝手に解釈しない

自分の影響力に気づいてみよう

- 相手が NO といえないのではないか
- その行為を上司にたいしてもできるのか、できないのなら、相手に対して優位な気持ちがあるからではないか
- 尊敬されてるだけなのに、好意をもたれていると、勘違いしてないか

相手を不快にさせるような言動は慎もう

- クチャクチャ音を立てて食事する、襟や袖の汚れたシャツを着ている、ボサボサの髪型

対等なパートナーとして向き合おう

- 先輩社員が新入社員に対して、宴会芸などを強要する
- 服装や髪型、体型ばかりを褒めてチャホヤする
- 職場の飲み会のときに、女性にだけお酌を強要する
- コピーやお客様へのお茶汲みは、いつも女性にだけさせている