

まえがき

この本を手にとってくれたあなたは、人間関係に興味があるか、ストレスを感じたことがあるのではないだろうか、いかがですか？

私は、会社を退職する本音という記事を見たことがあります。

1位は、上司の仕事の仕方が嫌い、納得がいかない。2位は、労働環境への不満。3位は、先輩後輩とうまくいかないことでした。

人間関係の問題から、勤めが続けられない。とても大きな問題だと感じました。

周りの人との関係に悩んだら、毎日がつらいですね。できればともに働く人が好きで、楽しく仕事ができるのが理想です。

私がこの本で伝えたいことは、

「人間関係に悩んだときも、チャンスに変えられる」

「他人を変えることはできない、変えられるのは自分」

「人に寛容になることで、自分を好きになれる」

「自分を見つめることで、悩みは軽くなる」

ということです。

この本が、あなたの悩みを軽くするヒントになったり、楽しい職場に変えるきっかけになれば幸いです。