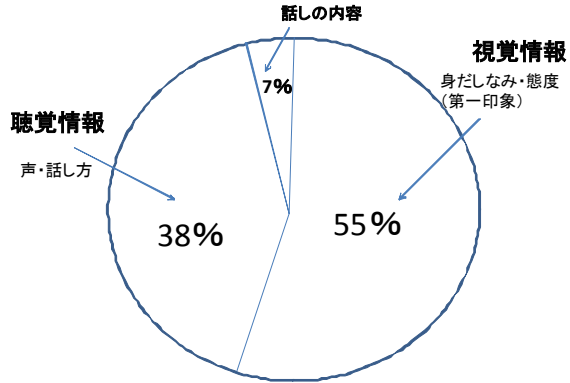




『 マナー&第一印象 』

関西マナープロモート

出井 和子 様

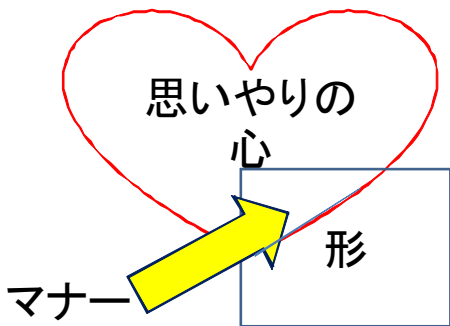


マナーという言葉は、普段私達もよく聞く言葉です。では、マナーとはどういう事をマナーと言うのでしょうか。礼儀正しく振る舞うこと、これがマナーなのでしょうか。そうではないのです。マナーとは自分の為のものではなく、相手ありき、あいての為のものなのです。相手のことを思いやる心、気持ちからはじまって、その心、気持ちを形にして表わしたものが、これがマナーなのです。いくら心の中で相手の事を思っても、その心、気持ちを態度に表わさなければ相手には伝わりません。相手を思いやる心を、形ある行動に表わし、マナーある社会に、優しい社会にしていましましょう。

秒、一瞬にして決まるものであるとも言われています。それでは、ここでそのとても大切な第一印象をアップさせることができる5原則をご紹介します。その1つ目は**表情(笑顔)**です。笑顔は私達の第一印象に大きく影響します。この笑顔のポイントですが、口元の口角です。口角が上がっているか、下がっているかで顔の表情が全く違ってきます。笑顔はこの口元の口角を上げることです。次は2つ目、これは**挨拶**です。挨拶の目的はコミュニケーションです。そして挨拶は、会話のきっかけを作ります。3つ目は、**身だしなみ**です。身だしなみは、1に清潔、そして清潔感が感じられるという事です。又、おしゃれの視点は自分ですが、身だしなみの視点は他人です。TPOを考え自分の身を整えること、これが身だしなみなのです。4つ目は**言葉遣い**です。言葉遣いのづかいは、私は心遣いのづかいだと思っています。相手を思いやった言葉で話すと言うことが大切です。5つ目は**態度**です。態度は、相手の方を受け入れていますという態度が大切です。又、態度の基本は姿勢です。姿勢が良いとすべての態度が美しく見えますし、品格も良く見え、ビジネスの上でも高い信頼感を相手に与えることができます。以上が第一印象アップの5原則です。是非参考にして頂き、更に素晴らしい人間関係を築いて頂ければと思います。

マナーとは？

思いやりの気持ちを、相手や周囲に対して自然に形にして表わすこと。



第一印象はなぜ大切なのでしょうか。それは、後の人間関係にとっても大きな影響を及ぼすものだからです。第一印象で良いイメージ、印象を与えることができれば、その後の関係はとてもスムーズに進みます。この反対にあまり良くない印象をもたれてしまうと、その印象を取り除くのはとても困難です。一度もたれた印象は後々まで影響します。ではこの第一印象を私達はどうのように決めているのでしょうか。アメリカの心理学者でメラビアンという博士が見いだした「メラビアンの法則」によりますと、私達は相手の第一印象を、視覚情報により55%、聴覚情報により38%、話の内容が7%だといわれています。いかに私達は視覚情報、相手の態度や身だしなみによって第一印象を決めているかという事です。又その第一印象は、会って6

5原則

- ・表情
- ・挨拶
- ・身だしなみ
- ・言葉づかい
- ・態度

