



## 『人間関係信頼残高』（9月21日～）を振り返って・・・ &lt;みんなの感想より&gt;

- 人とうわべだけで付き合っているだけではそれは友情でも信頼でもないもので、相手を思いやり、心と心で通じ合うことで本当の信頼が生まれるのかなと思いました。「信頼残高」を増やす方法は決して特別なことではなく、当たり前のことなのかなと思いました。（女子）
- 私は人間関係信頼残高を増やすためにするんじゃなくて、その人が喜ぶかなと思ったことをしていきたいと思いました。（女子）
- 私は人にいいことをしてあげると見返りを求めてしまうけど、本当に人を助けてあげたいと思ったら、そんなこと思わないはず。だから、自分が好かれるために親切にするんじゃなくて、人を助けたいと思わないといけないと思いました。（女子）
- 信頼関係を築くためには、相手のことをきちんと考えて行動していれば自然と作られているんじゃないかなと思う。自分に素直になれる人が周りの人たちからの信頼が増えていくと思った。（女子）
- 人間関係は大切なんだなと、改めて思った。僕は謝るのが苦手なので、あんまり悪いことしても謝らないけど、「ごめん」の一言でちょっとは変わるのかなって思った。（男子）
- 人間関係はちょっとしたことで、上にも下にも大きく動くから日頃からのちょっとした行いを大切にして、人間関係も大切にしていきたいと思った。人間関係をよくするためにも、悪くしないためにも、自分の意識を高く持つことが必要だと思う。（男子）
- 今まで一番大変だったのは人間関係。とても難しいしささいなことで嫌な思いになる。でも一番大切なのは人間関係で何かあった時にすぐに助けてくれるとても大きな存在だと思った。信頼するのはとても勇気がいるものだと思うし、信頼してもらうにはどうするのか考えることが必要だと思う。（女子）
- 自分がもし相手に嫌なことをしてしまった場合、どうでもいいと思わず、自分がやったことを反省して相手にきちんと謝るという意識が大事だと思う。自分がしてしまったことは忘れず、いいことをたくさんしてあげる優しさを心がけていきたいと思った。（男子）
- だれかの悪口を言う分、自分も誰かに悪口を言われている。自分が嫌だと思える人も、その分相手も自分のことを嫌がっている。本当に人間関係は鏡のようだと思う。（男子）
- 「信頼関係」はそう簡単には作れません。だからこそ、日ごろから相手の気持ちを考えたり、思いやったりする心が大切なんだと思いました。（女子）
- 相手のことを思っただけで自然と信頼ができることもあるとわかった。自分でできる小さなことをコツコツやっていきたい。無理はしなくていいんだと分かったので、自分らしく信頼を築いていきたい。（女子）

人間関係において大切な要素である「信頼」を増やすことで、他の人と良い関係が作りやすくなります。その信頼を増やすために、自分にできる身近なことを見返してみませんか。「約束し、それを守る」「小さな親切をする」「その場にはいない人に誠実になる」「嘘をつかない、ごまかさない、正直に行動する」「人の話に耳を傾ける見通しをはっきりさせる」「謝る」。何よりも大切なことは、相手のことをちゃんと考えて行動するということ。相手のことを思いやって行動していれば、自然と信頼は増えていきます。信頼が増えれば人生はステキなものになります。