

# 職場の人間関係を良好に保つ

互いの人格や立場を尊重し、良好な職場環境の形成に向けて協力し合う職場づくりに役立つ本をご紹介します。

## 【上司の心得】

No.	書名					内容紹介(※)
	著者	出版社	出版年	請求記号	資料No.	
1	部下がイキイキと働く組織の作り方 人的資本経営・健康経営・ウェルビーイングを実現するための考え方					投資家も注目する「人=資本」の経営手法と、部下が休まない・辞めないための「健康経営」を、メンタルヘルスケアによって企業を支援する著者が解説。ヤフー、メルカリなど、すでに実践している企業事例も紹介する。
	刀禰 真之介／著	日経BP日本経済新聞出版	2022.12	/336.4/トネ/	0112537685	
2	部下が伸びるマネジメント100の法則					「今日の成長」より「1年後の成長」で見守る、「真似」「模倣」からスタートさせる、「長い会議」より「こまめなミーティング」…。責任ある立場になったビジネスパーソンに向けて、マネジメントの神髄を伝える。
	佐々木 常夫／著	日本能率協会マネジメントセンター	2023.2	/336.3/ササ/	1111777924	
3	図解ビジネスですぐに使えるコーチングの技術					コーチングの基本から、部下との信頼関係をつくるスキル、「困った部下」に対処するスキル、部下にコーチングをするための考え方で。部下を上手に育てる50のマネジメント・スキルを図で解説する。
	中城 卓哉／著	アニモ出版	2022.12	/336.4/ナカ/	1111744049	
4	共感されるリーダーの声かけ言い換え図鑑					リーダーが部下に共感され、チームが機能するためのポイントは「適切な言葉」を使うこと。部下が意欲的に動いて成果が上がる、リーダーのちょっとした声かけのコツを、NG例と言い換え例を挙げて紹介する。
	齋藤 直美／著	ぱる出版	2023.7	/336.3/ヨシ/	0112595855	
5	リーダーの習慣 ありのままの自分で人がついてくる					リーダーは「才能」ではなく「習慣」でつくれる。「高いゴールを掲げている」「多様性を尊重している」「自慢をしない」など、自然と人がついてくるリーダーになるために重要な100個の習慣を紹介する。
	ナイジェル・カンバーランド／著	ダイヤモンド社	2022.6	/336.3/カン/	1111668586	

## 【部下の心得】

No.	書名					内容紹介(※)
	著者	出版社	出版年	請求記号	資料No.	
6	上司との悩みを成長に変える賢い方法 インバスケ&ケースのストーリーで体験する					さわやかな自己主張の仕方、却下されない提案方法、人柄のうまい出し方…。ケースの主人公になりきり、様々な上司と接触する中で自身がどう対応するかを考えながら、上司とうまく付き合う方法を紹介する。
	鳥原 隆志／著	日本能率協会マネジメントセンター	2023.4	/336.49/トリ/	0112570941	
7	インフルエンス・マネジメント 上司が変わる「良好な対人関係づくり」の新手法					部下にとって上司は、最大の職場環境。インフルエンス・マネジメントを、特に職場の上司と部下の対人関係、人間関係、職場環境を改善する手法として、生産性の高い働きやすい職場づくりに役立つように解説する。
	小原 新／著	明誠書林	2022.4	/336.49/オハ/	1111651426	
8	できる人がやっている上司を操る仕事術 「成果」も「評価」も思いのまま					思いつきで指示される、話がうまく伝わらない、評価してもらえない…そんな苦手な上司を最高の味方に変えるには？上司を操ることで自分を成長させ、幸せに働くための秘訣を50項目紹介する。書き込み式のワークあり。
	近藤 悦康／著	PHPエディターズ・グループ	2021.11	/336.49/コン/	0112416217	
9	10万人のデータから導き出した上司へのすごい伝え方 ソーシャルスタイル理論でわかった!					人をタイプごとに分けて考えればコミュニケーションはラクになる。ビジネスにおける基本的なコミュニケーションの考え方や、ソーシャルスタイルの概念と上司のタイプの見分け方などを解説。具体的なシーン別実践例も紹介する。
	斉藤 由美子／著	秀和システム	2021.4	/366.49/サイ/	1111209480	

## 【上司・部下・同僚とのコミュニケーション】

No.	書名					内容紹介(※)
	著者	出版社	出版年	請求記号	資料No.	
10	職場の心理術 人間関係のストレスが消える! 「あの人嫌い!」がスーッとなくなる					会社の上司、同僚、部下は自分で決められないだけに、人間関係で困ってしまうことが多いもの。上司の心をつかむコツ、嫌いな人の対処法など、職場でのストレスが消える心理術を解説。自分を変えてスキルアップする方法も紹介。
	齊藤 勇／監修	宝島社	2019.2	/336.49/シヨ/	1109503142	

11	職場の人間関係が劇的によくなる!ほめコミュニケーション					上司、先輩、同僚、部下との悩みは「ほめる」で解決! 自分や相手をほめて育てる教育メソッドをベースに構築した、職場で最高の人間関係を作る「ほめコミュニケーション」を紹介する。
	原 邦雄 / 著	ワン・パブリッシング	2022.8	/336.49/ハラ/	1111657613	
12	「職場の接遇」上司・部下・同僚編 自身を成長させる「職場の接遇」					上司や部下、同僚に対して接遇を行うことで、関係が良くなり仕事の成果が上がるだけでなく、自分の人間力も養うことができる。上司・先輩、部下・後輩、同僚への接遇を紹介する。
	高城 勝行 / 著	ブイツーンリビューション	2020.7	/336.49/幼/	1109931095	
13	困った上司・やっかいな同僚 職場のストレスに負けない人の考え方					職場の人間関係を劇的に改善する具体策が満載のガイドブック。困った上司・やっかいな同僚を8つのよくあるタイプに分類し、それぞれに合った対処法を紹介。相手の行動のタイプにかかわらず効果のある9つの原則等も教える。
	エイミー・ギャロ / 著他	二見書房	2023.7	/336.49/キヤ/	0112595871	
14	コンフリクト・マネジメントの教科書 職場での対立を創造的に解決する					ダイバーシティ、働き方の多様化の時代、異なる立場の人とどのようにうまくやっていくか。ビジネス現場に必須のスキルとマインドセットを第一人者が解き明かす。7つの戦略と70の戦術など、すぐに使えるメソッドが満載。
	ピーター・T.コールマン / 著他	東洋経済新報社	2020.9	/336.4/コル/	1109938744	
15	テレワーク環境でも成果を出すチームコミュニケーションの教科書					テレワークで会社・チームを運営していく上では、コミュニケーション設計をどのように行うかが最も重要。テレワークでのコミュニケーションにおける落とし穴や留意点、チーム運営における具体的な取り組みをまとめる。
	池田 朋弘 / 著	マイナビ出版	2020.11	/336.4/イケ/	1111033112	

【伝える力・受け止め直す力】

No.	書名					内容紹介(※)
	著者	出版社	出版年	請求記号	資料No.	
16	職場のトリセツ					人間関係を複雑にしているのは人間自身。自分と違う感性を認めないからイライラすることになる。人工知能研究の立場から、職場の人間関係を見直す。『コメントライナー』連載に書き下ろしを加え書籍化。
	黒川 伊保子 / 著	時事通信出版局	2021.12	/336.49/クロ/	1111323372	
17	聞いてはいけない スルーしていい職場言葉					先輩の嘯き、上司の説教、同僚のグチは、聞き流しても大丈夫! 「評判悪いよ」「夢を持って」「劣化」「迷惑かけるな」など、「聞いてはいけない職場言葉」から解放され、前向きに働きたい人のための解毒剤を提示する。
	山本 直人 / 著	新潮社	2023.8	S/336.49/ヤマ/	0112607942	
18	一生使える「1分で伝わる」技術 「結局、何が言いたいのか」と言われたい					これから何を話すか、最初に宣言する。ちょっと厚かましい「前提条件」で誘導する。「下から目線」で教えるを請う…。意見が通って味方が増えて、仕事も人間関係も劇的に変わる「伝え方」のコツを紹介する。
	沖本 るり子 / 著	大和出版	2023.7	/336.49/オキ/	1112017999	
19	社会人に最も必要な「頼る」スキルの磨き方 あなたの力を120%発揮させる「伝え方+考え方」					人に「頼る」スキルは、社会人にとって最も必要な能力の一つ。上手に頼るための言葉の伝え方・言い換えのほか、自分の考え方の転換につながるヒント、頼るスキルを發揮しやすい職場をつくるためにできることを紹介する。
	吉田 穂波 / 著	KADOKAWA	2022.3	/336.49/ヨシ/	1111580518	
20	言い返せない人の聴き方・伝え方 3ステップで職場の理不尽から自分を守る					立場が弱い、自分が悪いと思う、人を傷つけない…。理不尽な目に遭っても言い返せないで苦しんでいませんか? 人気カウンセラーが、苦手な人との関係性が変わるコミュニケーションのコツを3ステップで解説します。
	船見 敏子 / 著	日本能率協会マネジメントセンター	2022.12	/336.49/フナ/	0112540392	

※内容紹介はTRCマークによる

- オーテピア高知図書館で所蔵している本をご紹介します。
- 貸出しや返却はお近くの市町村立図書館でもできます。お近くの市町村立図書館にお問い合わせください。
- 本や雑誌などに関する相談がございましたら、お気軽にお問い合わせください。(お問い合わせの際は資料No.をお伝えいただくとスムーズです。)
- 請求記号にSがついている本は2階新書コーナーにあります。



**オーテピア高知図書館**  
高知県立図書館 / 高知市民図書館本館  
Kochi Prefectural Library and Kochi Municipal Library

〒780-0842 高知市追手筋2-1-1  
TEL:088-823-4946 FAX:088-823-9352  
<https://otepia.kochi.jp/library>