

D・カーネギー  
人を動かす

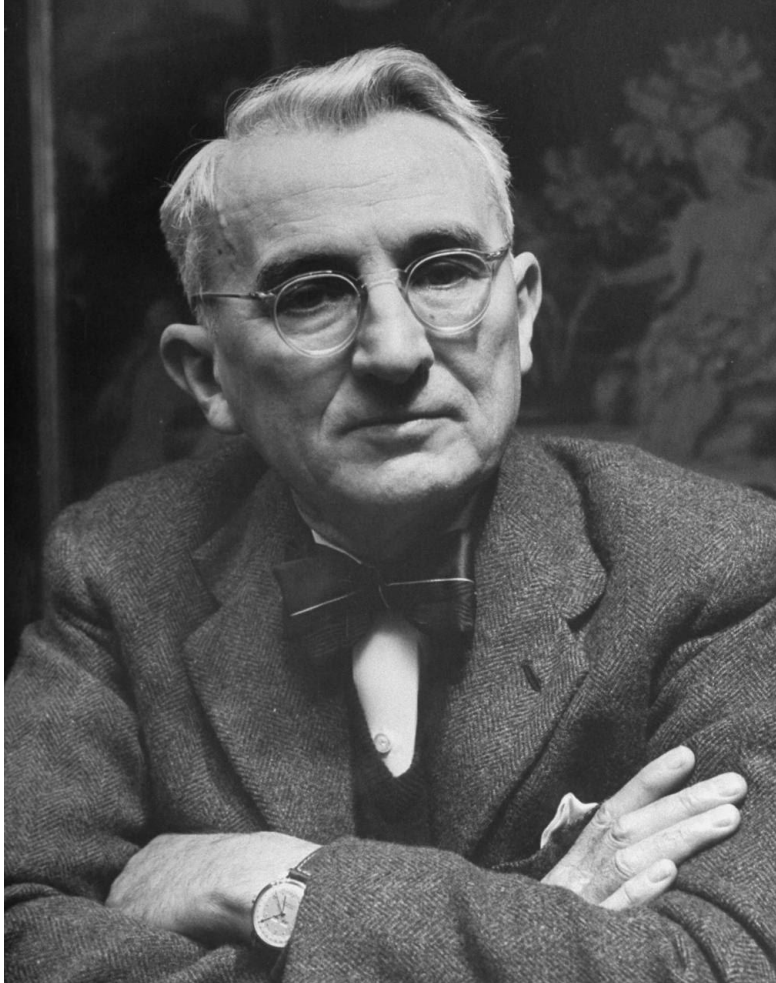
How to win friends and influence people



人生を穏やかに生きる方法

# Dale Breckenridge Carnegie

## デール・ブレッケンリッジ・カーネギー

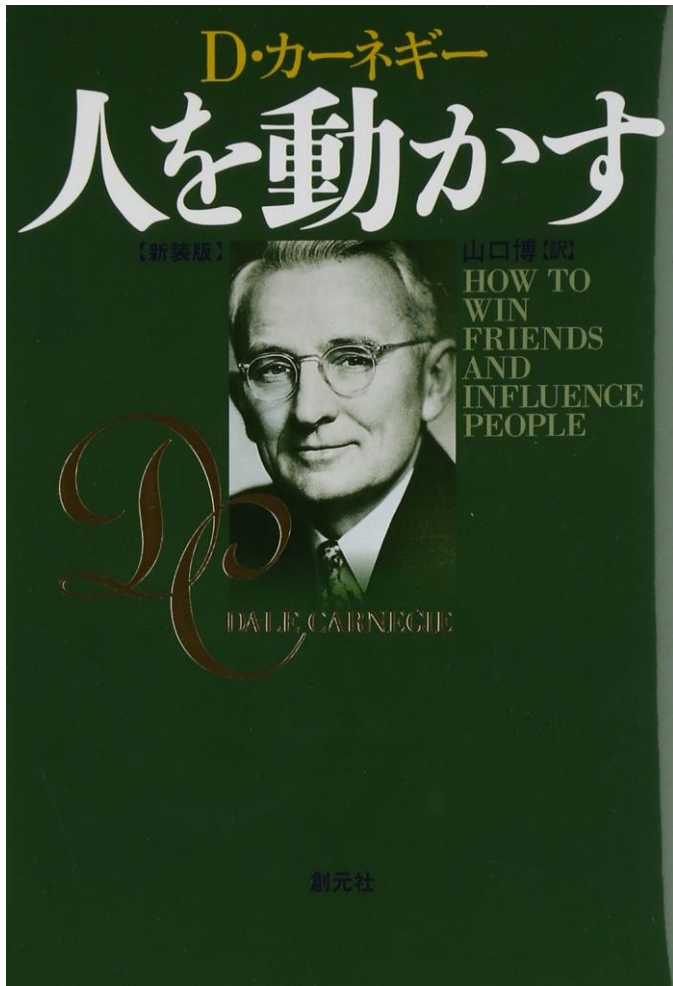


アメリカの作家で教師にして、自己啓発、セールス、企業トレーニング、スピーチおよび対人スキルに関する各種コースの開発者。

### 著書

- ・人を動かす
- ・道は開ける
- ・人生を変える黄金のスピーチ
- ・知られざるリンカーン

# インデックス



1. 人を動かす三原則
2. 人に好かれる六原則
3. 人を説得する十二原則
4. 人を変える九原則
5. (付録) 幸福な家庭を作る七原則

ぶっちゃけ、全ての項目で言っていることが大体同じ。

# 人を動かす三原則

---

1. 盗人にも五分の理を認める
2. 重要感を持たせる
3. 人の立場に身を置く

## 重要なことは「自尊心」

相手にも自尊心が存在しており、それを「認識」し、どこに自尊心の重きを置いているかを「理解」し、「刺激」する。

- ・相手が間違っていようとも、批判も非難もするべきではない。自尊心を傷つけられた相手は、自己防衛に走り、よりかたくなに自身の過ちを認めないだろう。
- ・自ら動きたいという気持ちを起こさせることだ。自己評価を高め、「重要な人物たらん」という欲求を満たしてやればいいのだ。
- ・常に相手の立場に身を置き、相手の立場から物事を考える。そうすれば、どこに自身の自己評価を高める欲求があるのか見えてくるだろう。

# 人に好かれる六原則

---

1. 誠実な関心を寄せる
2. 笑顔を忘れない
3. 名前を覚える
4. 聞き手にまわる
5. 関心のありかを見抜く
6. 心からほめる

ワンコって可愛いよね…

人に好かれるには、まず自身がその人に好意があると感じさせる必要がある。相手を知ろうとしないものは好かれないからだ。

- ・他人のことに関心を持たない人は、苦難の人生を歩まねばならず、他人に対して大きな迷惑をかける。人間のあらゆる失敗はそういう人たちの間から生まれる。
- ・人は自身のことに並々ならぬ関心を持っている。名前は那人そのものを表す重要なワードであり、これを覚えることは相手に重要感を感じさせるのである。
- ・なるべく聞き手に回り、相手に話させた方がよい。聞き手に回れば相手の関心、優れた点に気づくだろう。それを褒めることで相手に重要感を持たせるのだ。

# 人を説得する十二原則

---

1. 議論を避ける
2. 誤りを指摘しない
3. 誤りを認める
4. 穏やかに話す
5. “イエス”と答えられる問題を選ぶ
6. しゃべらせる
7. 思いつかせる
8. 人の身になる
9. 同情を寄せる
10. 美しい心情に呼びかける
11. 演出を考える
12. 対抗意識を刺激する

やっぱり「自尊心」  
なんすよ…

相手を動かすためには、相手の自尊心を大切することだ。議論して、否定し、論理で相手をねじ伏せて、それで相手は動いてくれるだろうか？

相手のことは相手が一番よく知っている。十分にしゃべらせなさい。あなたに対する心情は良くなるし、もしかすると相手が問題を勝手に解決するかもしれない。しゃべらせて思いつかせる。自身で出したアイディアはとても受け入れやすいものだ。私は少しだけ、思いつくまでの筋道を整備してやればいい。

# 人を変える九原則

---

1. まずほめる
2. 遠まわしに注意を与える
3. 自分の過ちを話す
4. 命令をしない
5. 顔をつぶさない
6. わずかなことでもほめる
7. 期待をかける
8. 激励する
9. 喜んで協力させる

やっぱりやっぱり  
「自尊心」なんすよ…

人の気持ちや態度を変えようとするなら、非難や命令は無意味である。それよりも、激励と称賛の方がよほど効果がある。

- ・ 誠実であれ。守れない約束はするな。自分の利益は忘れ、相手の利益だけ考えよ。
- ・ 相手に期待する協力は何か、明確に把握せよ。
- ・ 相手の身になれ。相手の真の望みは何か。
- ・ あなたに協力すれば相手にどのような利益があるか。
- ・ 望み通りの利益を相手に与えよ。
- ・ 人に物を頼む場合、その頼みが相手の利益にもなると気づくように話せ。



# 幸福な家庭を作る七原則

---

1. 口やかましく言わない
2. 長所を認める
3. あら探しをしない
4. ほめる
5. ささやかな心尽くしを怠らない
6. 礼儀を守る
7. 正しい性の知識を持つ

仕事では普通にできる  
ことが家庭でできない。  
なんて怠慢でしょう。

- ・ギャーギャー言うな。怒鳴って解決することはないと思え。
- ・伴侶の悪口は簡単に思いつく。だが、なかなか誉め言葉は出てこないものだ。
- ・元旦とこどもの日、加えて相手の誕生日と結婚記念日くらい覚えられるだろ？
- ・仕事のイライラを伴侶にぶつける、何てことはしませんよねえ？
- ・SEXはコミュニケーション。日本の平均やばいらしいですね。