

すべての記事 > ニュース > ライフスタイルのニュース > 『ケンカしたときに思い出したい！賢明な解決策を思い付く方法』

## ケンカしたときに思い出したい！賢明な解決策を思い付く方法

Onai U

読者になる ツイートBookmark 0

2014年06月18日 10時00分  
2014年06月18日 10時00分

タグ ケンカ, 他人の視点, 解決策



友達やパートナー、家族とケンカしてしまったこと、誰でも1度は経験があるのでは？

ちょっとり気まずくなった人間関係に関する悩み、1人で悩んでいるとどうして良いか分からなくなるといのは、よくあることだ。

そんなとき「他人の視点から状況を見てみるといい解決策が思い付きやすい」という研究結果が科学誌「**Psychological Science**」に発表された。

### 第三者の視点で見つめることが大切

人間関係の悩みについて、友人などの第三者に相談してみたら思いもよらなかった良い解決策をアドバイスしてもらえたことはないだろうか？

どうやら人間の脳は自分のこととして考えるよりも、問題から一步距離を置いた他人の立場で考えた方が冷静に賢い考えができるようだ。

カナダ・ウォータールー大学のIgor Grossmann氏の研究によると、恋人や配偶者がいる人を対象に行った実験で、自分のパートナーもしくは友人のパートナーが浮気をしていた場合の解決策をそれぞれ尋ねた。


その結果、自分が当事者になったと想定されたグループよりも、友人の浮気に対して解決策を求められたグループの方が、より賢明な解決策を提示する人の割合が多かったのだ。

### ケンカしたときは少しだけ距離を置いてみよう

あなたがもし大切なパートナーや友人とケンカしてしまったり、何か問題が生じてしまったりしたときは、ひとまずその状況から距離を置いて、友人にアドバイスするつもりで解決策を考えてみよう。きっといい解決策が思い付くだろう。

#### 関連記事

- ワーキングマザー注目！同僚の手助けには感謝の言葉を忘れずに
- 母ってスゴイ！ビンボーでも子供を健康に育てるのは“母親の愛情”？
- やっぱりチャリ通は最強だった！交通手段の中で最も気分がアガるのは自転車であると判明
- 【アラフォー男子必読】ミッドライフ・クライシス（中年の危機）の主症状

 出典元：Distance From a Conflict May Promote Wiser Reasoning - Association for Psychological Science(6/9)

ツイート 0 Bookmark 8 Pocket 0

@IRORIO\_JPをフォロー

**0** **会員登録しなくても投稿可能！** **コメントを共有する**

Facebook

Twitter

mixi

はてなブックマーク

投稿する