



阪神カウンセリング・ラボ ニュースレター

2022 9月号



ウィンザー効果 うれしい話

「ウィンザー効果」とは、第三者を介して伝えられるほうが、直接伝えられるよりも影響が大きくなる心理効果です。これは、ミステリー小説「伯爵夫人はスパイ」の登場人物であるウィンザー伯爵夫人のせりふ「第三者の誉め言葉が、どんなときにも一番効果があるのよ。忘れないでね。」が由来とされているそうです。

このウィンザー効果について、カウンセリングの際にお伝えすることがありました。例えば、上司が部下をほめる際に、「〇〇さん（別の誰か）があなたのことをほめていたよ」と伝えた方が部下により気持ち伝わりやすくなります。

ウィンザー効果は、マイナスなことにも働きます。悪口の場合です。相手から直接批判されたり、攻撃されたりするのもダメージを受けますが、「〇〇さんがあなたのことを～と言っていた」とマイナスな情報を他の人が言っていたと伝えられると、さらに受けるダメージは大きくなります。ウィンザー効果を知ってか知らずか、このように第三者を介して批判、攻撃する人がいます。このような場合は、適度に距離を置くか、むしろ、毅然とした態度をとった方がよいでしょう。

気をつけないといけないのは、信頼を置いている人の批判と捉えられかねないことを、つい他人に漏らしてしまうことです。例えば、Aさんを高く評価している上司が、Aさんのいない席で、「Aさんは大変仕事の出来る人で、見習う人ですね。」と評価している話の中で、「ただ、この辺りは課題ですね。」などと言ってしまう場合です。この席にいたAさんの同僚Bさんが、上司の話の後半部分だけをAさんに何気なく伝えたとします。同僚から聞いた上司の言葉に、Aさんは、（いつも私を誉めてくれているのに、本心は違うんだ）などと思ってしまい、信頼関係が崩れてしまう結果になりかねません。この場合、Bさんの伝え方も問題ですが、課題は本人に直接伝えればよいことで、他の人に（しかも本人不在の場で）言うことではありません。

少し前、良い意味で、ウィンザー効果を感じたことがありました。新しいクライアントさんが、当相談室を選んだ理由を、「ある人が『いいところだから行ってみたら』と勧めてくれたので」と話してくださったことです。大変ありがたく、うれしい言葉です。勧めてくださった方にも、そのクライアントさんにも感謝の気持ちでいっぱいになりました。プラスに働くウィンザー効果を使いたいものですね。

阪神カウンセリング・ラボ

<https://www.hanshin-cl.com/>

* 梅田相談室

〒530-0014

大阪市北区鶴野町4-11 朝日プラザ梅田9階910

Tel/Fax 06 - 6147 - 2533

E-mail hanshin-c.l@star.ocn.ne.jp

* 明石相談室

〒673-0891

明石市大明石町1-7-4 白菊グランドビル512

Tel 078 - 917 - 6880

