

私は20数年来、産業カウンセラーとして活動しているが、カウンセラーになって一番良かったと思うことは「傾聴の技を体得できたこと」である。傾聴により人間の多様性の理解、相手の立場の思いやりが生まれ、そこにたずむ相手の気持ちに思いを馳せることで、その人の言わんとすることや気持ちを感じ取れる。そのやり取りによって共感し合うこと

ナビゲーター

ができ、信頼関係が生まれる。そこには、必ずと温かい二人の空間が生まれる。これは実際のカウンセリングの場面でのことであるが、実生活の中でも、あらゆる人との関係において傾聴の心があるとコミュニケーションの円滑化が見られるから不思議である。

ここで一つ、傾聴の心得があることによって客観的に場が見え、自分が穏やかでいられた実体験を記してみたい。日常どこにでもあ

産業カウンセラーの現場から

相談者の思いに共感して 相談者と共に歩く

コミュニケーションの円滑化に威力

りそうなことで、決して珍しい話ではない。恥ずかしながら、私の実母と姉との争いごと

にまつわるエピソードである。

「母親と姉の諍い(いさかい)に遭遇して」
「買い物をした時の手提げ袋を、私の母親は大切に保管していた。子供たちが帰省した折、帰り際などに「お母さん、袋ない？」と尋ねると、実に嬉しそうにやさしく「どれがいいかなあ」と言っ

てくれる。「ちよ

傾聴力は私の宝物

うと書いて「ちよ」と言っ

てくれる。「ちよ」と言っ

てくれる。「ちよ」と言っ

ない」と、詩人の金子みすゞも「私と小鳥と鈴と」で唱えている。

「相手の立場を考えよう」という言葉は巷に溢れている。一見、簡単そう

自然とそのような立ち振る舞いができる人は

そう多くはないことを、カウンセリングを学んでみて、あらためて実感している。人の価値観は多様であり、その一人一人が正しく、お互いのあり様を認め合うことで共生が成立、尊重し合うことで新たなアイデアが生まれるという知識を持ち合わせたことで、母親と姉との諍いを目の当たりにしても場が見え、穏やかな私でいられた。カウンセリングを学んで得たものはたくさんある。とりわけ、傾聴力は私の宝物である。学校教育にも、「傾聴の心得」の導入を願うばかりである。

【日本産業カウンセラー協会中部支部 養成講座部員 シニア産業カウンセラー 国家資格キャリアコンサルタント 衛生管理者 看護師 松本雅代】

(火曜日掲載)

