

・企画ありがとうございます。

話している内容は陽子さんが前からおっしゃっていたことだったと思います。

ただ普段の勉強会よりすごく丁寧に、どういう状態が否定するコミュニケーションなのか、逆になぜ今はそう感じられなかったのか、という条件の確認に時間が割かれていた印象があります。

私は基本的に喋る時に相手の存在が消えてしまうというかそもそもないことが非常に多い(強く意識しないと現状はダメ)なので、じゃあどういう時に消えてしまうだろう?ということは改めてみんなの状況も聞きたいなと思いましたが、その話も後で共有がなされていて、なるほどと思いました。

ちなみに私は会話のときよりテキストベースの方が相手の存在が消えることが多いです。

「人のコメント」としてより「情報」として捉えてしまう傾向があると思って、テキストベースだけれど相手の文章に答えることにだけ目がいつちゃうというか(別にその状態を肯定したいわけじゃない)。

あとは自分がなんか強く言いたいことがあるときと自分に余裕がない時。

自分が思いつかない「相手の存在が消えてしまう」状況のシェアもありました。「その場を乗り切る」というのは自分では思いつきませんでした。が、場合によってはあるかもしれません。

参加者のみんなは相手の存在が消えてしまうことがある、なので相手の存在を感じることもあるのだと思います。

それよりさらに最初の段階である相手の存在を意識する、相手と異なる考えを表明することそれ自体が打ち返しというわけじゃなくて、相手の考え方とのすり合わせをしようとしていない行動のことを「打ち返し」と捉えれば良いのかなと思いました。

最近コメントを入れるように心がけていますが、まだ自分のことしか考えてないコメントが多いなと自分でも思います。

どういう状況なんだろう？と好奇心を持って相手に向かうことが大事だなと改めて感じましたし、これから意識してやっていきたいと思います。

(30代女性 千葉県)