

・合宿2日目の前半は、陽子さんの勉強会「遠慮のないコミュニケーション実践戦」だった。朝日新聞のお悩み相談に回答するというもの。それぞれの相談は、家族に関する悩みというのは共通しているものの、相談者の年齢も10代から70代と幅広く、多種多様な内容だった。

回答も三者三様で、「この文章からこう拾ったんだ」とか、「この言葉からこう想像したのか」と、それぞれ切り取った部分や、視点が異なるのも面白かった。

陽子さんは、質問の内容からこの人はこういう人だろうと想像を働かせて、人物像をかなり具体的にイメージしているのが印象的だった。

1人のメンバーは、文章に書かれていない行間の部分を読み取っていて、もう1人のメンバーは、自分の周りにいる近い人を想像したという。

私はというと、相談者が1番伝えたいことは何だろうということと、違和感を感じた部分を見逃さないよう心がけていた。

コーチングのクライアントからの相談だと仮定して、相談者の主観に偏らないよう意識したつもりだったけど、自分が全く共感できないものについては、なんと答えればいいのかやら苦心した。

今回の勉強会は、相手の本質がどこにあるのか探す練習だったように思う。

特に相談者以外に登場人物が出て来たり、インパクトのあるエピソードが紹介されると、そっちに引っ張られてしまうけど、それは相談者の感情が動いた出来事に過ぎなくて、切り

離して考えた方がいいという話が勉強になった。枝葉の部分に気を取られてしまうと、本質が見えなくなってしまう。

相談者が目の前にいる訳ではないので、これが正解と結論づけることはなかったけど、それでも、みんなの回答を聞きながら、きつこうなんじゃないかという本質が見えていった気がする。

本質がわかれば、踏み込みやすい。特に今回のお悩み相談は、どこの誰とも知らない相手からの相談なので、「こう言ったら失礼なんじゃないか」と遠慮する必要がない。そのために選んでくれたお題だったのかなと思った。

そして、陽子さんも感想に書かれていた通り、今回のお悩み相談で、相談者に1番理解を示していたのは陽子さんだった。イメージとしては、いの一番にぶった切りそうなのに、正直とても意外だった(笑)

でも、それは視野の広さから来るものだとということがよくわかった。共感はできなくても、その悩みがどういう価値観から来ているのか理解できる。だから、相手に合わせた関りができるのだろう。

もっと視野を広げて、色んな人の価値観を知ることが、相手の本質を理解することに繋がる。そして、それが踏み込む元になるのだろうと思う。

(E.M 40代女性 埼玉県)