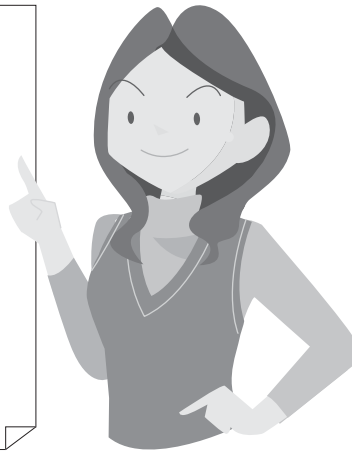


聴くことの大切さ

「きく」という言葉には、聞く、聴く、訊く、利く、効く、など様々な漢字が当てはめられますね。簡単な意味は次のようになるでしょう。



- * 聞く
…… 音や声を耳で感じる。
- * 聴く
…… 聞いた内容を理解し、それに応じる。
- * 訊く
…… 尋問。問いたたすこと。
- * 利く
…… 有効にはたらく。
- * 効く
…… ききめがある。



「人権の尊重は聴く（傾聴すること）から始まる」と言われます。傾聴は、良好な人間関係、信頼関係をつくる基本で、あたたかい十四の心で相手の話を一生懸命に聴くことです。「聞く」という行為をもつと積極的に意味あることとして捉えると、「聞き方」も自然と変わって、「聴く」ことができるようになってきます。

傾聴のポイントをいくつか上げておきます。
相手の伝えたいことを聴く。
自分の聞きたいことではなく、相手の言いたいことや伝えたいことを反論したり、批判したりしないで、あるがままを聴く。

気持ちを聴く。
相手が発した言葉や事柄だけでなく、その背後にある相手の気持ち（心の中）を理解する。
相手の感情を明確にする。
相手も話しているうちに、何を話したのか分からなくともあるのでも、「うだったんですね。」など反復（オウム返し）してあげる。



感情的な一体感をもつ。
相手の話に関心を示し、うなずいたりしながら、「しっかり聴いていますよ」という態度を徹底する。
相手の心に寄り添って、「いつも側にいますよ」というこちらの気持ちを伝える。
「それはつらいね」など、自分の五感をつかって相手の話の相槌を打つことも大切です。

問題解決はしない。
相手の不安や悩みが分かっても、その問題に対してこちらが解決を急いではいけません。解決を図るのは、相手の意思にかかっています。相手のペースを尊重することが大事になってきます。
相手が答え（解決方法）を見つけ出すための助言だけにとどめることが求められます。

「何か本人のためになることを言うてあげたい、してあげたい」と思うのが人情というものですが、その思いが相手の真の解決にはつながらないこともあることを弁えておくことも大切ですね。
相手と自分の間に、いつでも対話できる関係が築かれていることがとても望まれます。

津久見市
「差別をなくす人権標語」
今月末が締め切りです。
問い合わせ先
生涯学習課（人権標語）
8219528
* 8510081