

清流

題字：芳野 充

令和元年9月30日
第33号

発行所 加来不動産(株)
発行者 加来 寛
北九州市小倉南区守恒本町1-12-23

穏やかに
静かに
清流のように

聴く姿勢を大切に

先日、社内研修を行いました。それは、社外から講師をまねいての、「聞き上手になる！質問話法職場編【基礎講座】」という研修です。

聞き上手とは、相手の話を傾聴する、ということ。そして傾聴とは、「相手が『聴いてくれている』と感じる態度や動作が大切」であり、また、相手の話を聴いている時間のながさではなく、聴く姿勢の問題である、ということを学びました。さらに講師の方は、自分が傾聴できているかどうかのモノサシがあります。それは相手の話を聴くことで、相手と共感できたり、話のなかで気づきを得たり、自分の心が感動しているかどうかです、と伝えてくれました。

「傾聴できているかどうかのモノサシ」の話は、そのとき正直ピンときませんでした。しかしある日、本を読んでいたときのこと。「なるほど。そういうことか！」と腹落ちしました。

本のページを一枚一枚めくって読んでいたのですが、読んだはずの数のページの内容が、まったく頭に入っていないませんでした。別のことを考えていたのか、単にぼーっとしていたのか分かりませんが、とにかく、また覚えているページに逆戻りです。しかし今度は集中して読み進めたので、内容がしっかりと頭に入り、大切だと思えた一節にも蛍光ペンで印をつけることができました。

このときハッとしました。妻や子どもたちに対して、話しかけられても、上の空で聞いていると、生返事したり、言われたことを覚えていないことが多々あり、機嫌を損ねてしまうことがあるな、と思いました。しかし話しかけられた際、しっかりと向き合い話を聴けているときは、集中して本を読んでいるときのように、共感できたり、「なるほど」と思えることに気づきました。

「謙虚さがなくなる兆候」の六番目には、「他人の話をうわ調子で聞きます」とあります。

うわ調子で聞いているわたしを思い出すと、たいいてい自分のしたいことを優先しているときです。更に、話しかけられたときは、「面倒くさい」とさえ思っていました。正に、謙虚さのない行動だと反省しきりです。話しかけられて都合が悪いのであれば、キチンと「今は都合が悪いので、あとにして欲しい」と伝える。しかし努めて相手を優先し、聴く姿勢を大切にしたいと思います。

加来 寛

