
essais こころみ 2019年2月

2019年2月1日（金） 晴れ

昨日はよく降った。冬ではめずらしい。今日は朝からよく晴れている。今日から2月、梅見ににいきたいところだが、旧正が明けてからにしよう。4日は「立春」、5日は旧暦元日。

一 〈自分を知る〉をあるく③一 学習能力と五感

別のテーマの時に書いたと思うが、例えば、同じ人を見て同じように話を聞いたとして、そのことからわたしが見てとるものと、他の人のものとは、どのぐらいの違いがあるのだろう。

違うことはわかっているけど、その量的・質の違いに最近気が向いている。そしてその違いは、当人の人生の大事な局面、機会と脅威を司っているのではないかとアテをつけている。

『「偶然」と「運」の科学』に興味深い実験が紹介されていた。カフェの前にコインを落としておいて、自分は運がいいと思っている人と運がないと言っている人の各グループにカフェに来てもらう。

結果は、自分は運がいいと思っている人の多くがコインに気づき見せびらかすようにカフェに入ってくる。一方の運がないと言っている人のほとんどがコインに気づかず、何で呼びつけたんだという感じで入ってくる。

これを読んだときに思った。日常生活のいろいろな場面でこういうちょっとしたことに気づくかどうかで、危険を回避したり、小さなチャンスをものにしたりできているのではないか、人間は。

それが2年前だったから、以来なんとなくそう思い続けている。そこへ今度は、“はてな？”と考えさせられる場面に先日出くわした。

人の話を聞く場合、聞いたと同時に頭が働いて、考えながら聞くように体がなっていると、考えるまでもなくそう考えていたが、そうでもない？

聞いたことに脳が抵抗しているとか、そういうことでなく、単純にただ聞いているだけということもある？ 聴覚の段階で聞こえ方がそうさせなのか、それとも考えないことが〈クセ〉になり、聞いたことがそのまま消えていくのか。

聴覚も老化するので、聴覚の方に何か問題とも考えられる。年齢だけで老化は量れないので、その可能性はある。だとすると、学習のための学習能力に影響しそう。五感が情報経路になって、個々の心身に働きかけることになるから。

仕事柄、こちらの話が相手にどう聞こえているか、もっと注目すべきかも。同時にわたし自身は相手の話をちゃんと聞いているか、注意すべきかも。それでまた何かみえてくるものがあるかも。

2019年2月12日（火） 晴れ

毎年バレンタインの頃に寒さがぶり返すよう。予報でさんざん聞いていたので、どれほど寒くなるか構えていた。でも大阪市内は雪が積もることもなく、さほど厳しい寒さではなかった。やはり寒さの質が真冬とは違うというか。日曜の午後、うつぼ公園を少し散歩したら、雪柳に小さな白い花がぼつぼつ。少しずつ目に春。

ー〈自分を知る〉をあるく④ー 対話の妙薬

自分の考えを話す、相手の話を聴く。意識する間でもなく、大切なことと考えている。体全体でそう捉えていると言っている。さらに自分の仕事を「パーソナル・アシスタント」と銘打ってから、仕事の大切な一環として意識するようになった。

だから図書館で『The Helping Interview 援助する面接』（アルフレッド・ベンジャミン 春秋社 1990年）を見つけた時には、“ヘルピング・インタビュー、そういう言い方があるんだ…”と感心した。邦訳には「面接」に（カウンセリング）をあてているが、無くてもいい。

相手の話を傾聴しつつ、聴いた内容に呼応して感じたことを相手に話して返す。ごく普通の会話のカタチだけど、最近相手の話を聴けない、聴いても話を返せない人が多いという。

相手の話を聴けないのは、相手への関心が薄いということだろう。聞いてはいるけど、聞き流れる。それが習性になっているか、思考のパターンにそうになっているか、他にその人なりの理由があるとは思ふ。

きょうだいからも話がカタいと言われるほどだから、他愛もない話で終始する人とは、出会いはあったとしても、遅かれ早かれ接点はなくなる。ずっと続いているのは公私ともに、話して聴いて、聴いて話せる人たちだ。

仕事では、とにかく話を聴く機会が多い。中でも中間支援組織を介して個別コンサルを担当する場合には、同席する担当者がそのやりとりを見聞きして、終わってからたまに感想を言ってくれる。

わたしは相談者との対話に集中しているので、よくわからないが、褒めてもらう。相談者の話をよく聴けて、よく返しているらしい。

なら、こういう時わたしはどうしているか。自分なりに紐解いてみると、まず、話を耳で聞き、話の内容への想いの程度を、話し方と顔の表情を見つつ、量っているかもしれない。

だから余程でない限り、例えば数字的なもの以外、メモをとらない。話の内容と表情などを総合して頭の中で思考を展開しているから、メモをとる余裕がないともいえる。

頭の中で徐々に、あるいは部分的にパズルが組み合わせていき、いかなければ、辻褄が合っていない箇所などが見てとれてくる。そこで相談者にそれをぶつけることになる。

そういうやりとりを繰り返すうちに、相談者の中でも、自分の想いや想いをカタチにする方法などがみえてくる。これは仕事の例ではあるけど、相手が話し出したら、それに集中するのは基本。

誰かと対話の場面になって、ゆっくり話し合ううちに、相手が思いがけず胸の内を吐露するということがある。これまでほとんど誰にも話してこなかったことを話し、それを聴いたわたしは、感じたことを返す。

返したことが相手に響いたとしたら、対話の妙薬がそこに効く。その人の人生の大きな転機、あるいは本来の自分を生きる、本来の自分を知る旅を新しく始める、その節目が刻まれるということ。

仕事でも日常でも、対話を大切に。

2019年2月15日（金）

「まえかけ母さんの店」本日オープン

八尾市の男女共同参画センター「すみれ」の起業講座を受講された方お二人が想いをカタチに！ わたしも初日にランチをいただきます。

せっかくだから記録をPDFにしてホームページアップ。

[Http://www.leeslee.com/maekake20190215.pdf](http://www.leeslee.com/maekake20190215.pdf)



2019年2月19日（火） 「雨水」

昨日は一日よく晴れたけど、今日は朝から雨。天気の小刻みに変わる。ひと雨ごとに春本番へと進む「雨水」、明日は満月。

ー〈自分を知る〉をあるく⑤ー 自然な行為、咄嗟の言動

『無意識にやって人によるこばれること、それが本もの』（佐藤初女）を聴いた時、簡単な言葉で本質をうまく言い表しているなあと感心した。

ただ、よろこんでもらったとわかるのも、相手の意思表示があつてこそ。知った仲であってもなくても、言葉にして声をかけたいもの。本人の〈自分を知る〉ちょっとした助けになる。

ほんのちょっとした言葉でいい。例えば、「そういうこと、他の人はそうそうできませんよ」とか、「そう考えられませんよ」。本人が“そうかなあ…”と自分に目を向けるきっかけになりさえすればいい。

そのうち、自分で自分を紐解くようになる。過去のいくつかの場面を思い出して、中には“あれが極めつけだ…”と気づくこともある。

とっさの言動はその人を物語るものだ。わたしの場合も決定的なことが一つある。我ながらよく言ったものだ。

社会人になってまもない頃、うんと年上の先輩と室内に二人だけいた時、何の話からか、パワハラめいたことを言われ、咄嗟に返した言葉が、「いいでしょ、受けて起ちましょ！」。

一瞬、ぎょっとした感じだった。先方からすれば、ほんの〈小娘〉すぎない者から、そう切り返され、面食らったに違いない。うにやむにやと、部屋から出て行った。

そんなことがあったからって、尾を引くようなことはしない。でも人間として信頼はしない、できない。はるか昔のことだけど、昨日のこのように憶えている。独立してからよく思い出す場面である。

2019年2月24日（日）

文部省の「男女共同参画推進のための学び・キャリア形成支援事業」のプログラム『女性のキャリアを拓く まなびフェスタ』がクレオ大阪中央館で開催され、「トークセッション」のコーディネーターを担当。当日の寸録を次に掲載⇒
<http://www.leeslee.com/resume2018to2019.html>

