

HRテキスト 研修会

- テキスト 4 前半 1～4
- 聞き方・話し方コース
- 担当講師 中島幸子



3 コースでは 大勢の前にした 話方コース でした

- ・ 大勢を前にした話はスピーチを「聴衆に何かを知らせたり分からせたりしようとする話」でした
- ・ その中にはテーブルスピーチ・講義・講演などがあります。
- ・ スピーチの重要性
- ・ 1 大勢の人のものの見方、考え方に一度に影響を与える
○影響する数、電波力である
- ・ （心を動かす話が出来る）
- ・ 2, 大勢の人に人柄や考え方が理解され人間関係が変わる。
○協力者や理解者が増える）
- ・ （話の内容、構成もしっかりし、分かりやすい）
- ・ 3 スピーチが出来る自信は社会に積極的に働きかける意欲につながる。
- ・ ○社会に積極的に参加し、自分を成長させてる。
- ・ 熱意をもって話すことはよいが、さらに自己表を高めるには第三者の耳で自分の話を聞き、努力して自分を磨く。

テキスト 2
1 対 1

テキスト 4
1 対多

1 ～ 4
聞き方を学び
ます

- テキスト 4

- 聞き方・話し合いコースでは、人の話を聞いて、その通りに話してみる

- 聞く練習から始まり、聞く耳を養ってから
- 始まり、聞く耳を養った上で会議の司会の
- 力を高めます。

第4コース の目標

前後2つに分
かれる

5～8は話し
合い、後半も
きき聞き方
である

1, 話を正しく聞きとる力を養い、話し手の真意を正しく理解する力を身につけます。

2, 話し合いの参加者としあり方を身につけます。

3, 話し合いの司会者として能力を身につけます。

1, 聞く と 話す の 関係

「心をこめて聞け」「心をこめて話せ」 荒良寛 「表裏一体」

1、聞く こと の 意義 定義

- 人は、聞くことによってことばを覚え、ことばを聞いて 人間らしい知性、情操を養われ、知識も豊かになります。
- 聞くことによってヒトは人となるのです。
- また、聞くことは話すことの表裏一体で、意思伝達の基本となります。その場合、聞くことが何を生みだすかを考えてみましょう。

聞く ➡ 耳で聞く

聴く ➡ 意識的

訊く ➡ 尋ねる

利く ➡ 酒がきく

効く ➡ 薬がきく

- 聞くのことわざ

- ①聞くは一時の恥・聞かぬは一生の恥
- ②聞いて極楽・見て地獄・沈黙は金・雄弁は銀
- ③聞き捨てならない
- ④二度語る前に二度聞け
- ●しゃべることより聞くことの大切さが世間一般では協調されている。
- ●仏像を見ると耳が大きく、口は小さい像が圧倒的に多い。
- ●ほとんどの人は聞くことより話すことが好きなのです。

東山紘久



聞き上手は話さない

プロのカウンセラーは

「聞き上手は相手の話を聞くときには自分の意見は出さず、相手の気持ちを肯定しながら聞いているのです」だまって聞くのではなく相づちをいれながら。

●鴨頭善人さん、徹底的に色々な相づちを入れて聞くという

「聴く」ことの力

- ・「作家の宇野千代さん」 苦しみを分かってもらえる
- ・相手の苦しみをそれと認め、受け入れることは言葉をそのまま受け止めることの意味
- ・「聴くだけという受動的な行為がもっとも深い力を持ちうる」と、言っている



P4
聞くことの
意義
ヒト→人

- ・人間が狼に育てられた時、どのようなのか考えてみましょう

アマラ・カラ マ、 オオカ ミに育てられ た男

● アラマとカラマ 1929年インドで発見、キリスト 教伝道師

ジョセフ・シングによって発見

● 2018年 オオカミに育てられた男、7歳の時から 12年間

オオカミに育てられた後で人間社会に戻された。

人間界に戻ったことを後悔、マルコス・ロドリゲス72歳

スペインの山奥で蛇や鹿を追いかけていた。

● 赤ちゃんは生まれてことばを覚え、聞くことによって情操を養われヒトが人になる、聞くことによって知識も豊かになります。

カント ドイツの哲学者

- 人間は教育されなければならない
- 唯一の被造物である
- 人間は教育によって初めて人間になることができる。
- ヒトの子は人間に育てられないと
- 人間になれないのである
- 動物はない

イマヌエル・カント
ドイツの哲学者

18～19世紀の哲

名言・存在するとは
行動することである

あなたの言葉は人生を
変える（聞くこと）



詩人、金子み すづの詩

子どもの視点で書かれた童謡の数々が暖かく
優しい豊かな感性と美しい世界を感じる、心
に深く感じ気づかされる

- ・詩の中に深く見えないものがあるとは？
- ・聞くことによって見えてくる
- ・
↓
- ・金子みすづの詩の中には観の世界がある

金子みすづの 世界の見えないもの

「星とたんぽぽ」

青いお空の底ふかく、海の小石のそのように
夜がくるまで沈んでいる、昼のお星は目に見えぬ
見えぬけれどあるんだよ、見えぬものでもあるんだよ

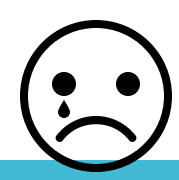
散ってすがれたたんぽぽの、瓦のすきに、だまって、
春がくるのまでかくれている、つよいその根は眼にみえぬ。

見えぬけれどもあるんだよ、見えぬものがあるんだよ。

（見えなくても確実に存在することが強く訴えていると感じた）気持ちに寄り添って聞くことで分かる

子供たちは訴えている コロナ禍で我慢をしている

- 朝日新聞 投稿 紹介します。
- 「子どもは青春を我慢している」 12歳中学生
- 最近の子どもは本当にかawaiiそうだ。新型コロナウイルスで一度の青春が送れなくなっているのに、子供は修学旅行にも行けなくなっている。大人の人平気で飲み会に行っている人もいるのに、子どもは修学旅行も行けない学校もある。
- 大人が全く我慢していないわけではないでしょうが、今は子どもの方が、より我慢している。何か言っても「コロナが流行っているんだからしょうがない」と言われてしまう。
- 大人たちは自分の青春は終わったから、どうでもいいと思っているのだろうか？コロナが終息しないのは若者のせいだと言っている人もいるが、ぼくはそうじゃないと思う。若者はずいぶん我慢しているからだ。
- 今は感染者が減ってきているが、次の第6波がいつ来るか分からない。今度こそ、みんなが協力してコロナを終息させよう。
- 「子どもたちの心の中、金子みすずの詩である」



●聞くことによって生まれるもの

- ・（１）聞き手の中に生まれるもの
 - ・①聞き手の考えや立場が理解できる
 - ・②話し手の気持ちや人柄が理解できる
 - ・③話し手に対して何を話すべきかが分かってくる
 - ・
- ・「人の気持ちに寄り添って聞くと聞き手の心が分かってくる」
- ・例 テニスレッスンで反抗してやらないケンちゃん
- ・健太君はなぜ反抗するのか心の中を探ってみよう

2, 聞き手の中に生まれるもの

- ①話し手の立場が理解できる
- ケンちゃんは何故反抗するのか、テニスをしている姿を同級生見られ学校でいじめにあっていた。やりたくないテニスを無理やりにやらされていた。
- コロナ化で学校では遊べないストレス。
- ②話し手の気持ちが理解できる
- 学校で冷やかされ、ことばのいじめにあっていた健太君を考えると悔しさと分かってもらえない気持ちで寂しかった。
- コロナ禍でみんながストレスが溜まって反抗してしまう
- ③話し手に対して何を話すべきか分かってくる。
- テニスはいつでも出来るから来たい時に来るといいよ！
- 無理にやらなくてもいいんだよ！
- と優しく諭した。
- ケンちゃんつらかったね！ コーチはいつも味方だよ。
- それからは少しずつ素直になってきた
- コロナ禍で子供たちはストレスをかかえている、このような時代で大人は何をすべきか考えることが重要

（２）話し手 の中に生まれるもの

- ・ ① 聞き手に対して親近感生まれる
- ・ ② 話す意欲が高まる
- ・ ③ 気持ちが安定し、考えがまとまってる
- ・ よく聞いてくれる人がいるとき、話している人の心に生まれるものである。
- ・ ① 自分の愚痴や悩みなど本気に聞いてくれる人などめったにない。この人は良く聞いてくれる
- ・ そこで親近感が生まれる、希望が出てくる。
- ・ ② ふだん言えなかったことがどんどん出てくる
- ・ 相手が吸い込むように聞いてくれる、ますます言う、
- ・ まだまだ聞いてくれると。
- ・ ③ 因果関係の流れで分かりやすくなる、気持ちが安定する

聞くことが何
を生み出すの
か！

- 社会生活で話し合い（対話）など
- 意識を持って集中して聞くことが人間関係の構築に繋がります。
- 聞き方一つで人生豊かになるのではないのでしょうか。
- 現在 小中の不登校、最多19万6千人
- コロナ禍での過去最多61万人、学校でのいじめが増えている
- 「うわ、来た」「近寄らないで」悲劇が続いている、「いじめる側の心理」自分の気持ちが満たされない、「人より優位に立ちたい」日頃からかかえているストレスを発散したいの思い。
- 心に寄り添える聞き方で社会を変える

P6

3、聞くことのむずかしさ

- (1) 外的条件

- ① 騒音、人の出入り、寒暖、座る位置など
クーラーの風 救急車の音、コロナ禍での授業

- (2) 内的条件

- ① 過労、身体の不調などの生理的条件
- ② 不安、いらだちなどの心理的条件

- (3) 聞きたくない内容

- ① 自分の価値を否定されるもの
- ② 自分に不利益なもの
- ③ 自分の主義や好みに合わないもの
- ④ 自分の関心のないもの
- ⑤ 自分の理解力をこえ、意味が分からないもの

先入観を持た
ず素直に聞く

- ・（４）聞きたくない話し手
- ・① 日常から人間関係が悪い人
- ・② 服装、態度、声などが気に入らない人
- ・③ 立場の相違する人

身だしなみは、その人の
精神状態が如実に現れる
ことが多い



聞く力

阿川佐和子

相手がこの人に語り
たいと思うような聞
き方になればいい。

篠山三郎

誰でも自分の話を聞
いてもらいたいと
思っている

(作家)

- (5) 聞くと疲れて損だという気持ち
- 普段接する上司の言い分が「理不尽だ」と感じる時、自分の方が正しい」と思えば思うほど聞けなくなる。
- そんな時、聞くのは損と思わず、相手の話を聞いてみようと考えをかえると他の景色が見えてくるかも知れません。
- 相手の話が苦痛に感じる時、頭の体操と思って
- 自分の内容を豊かにする。
- 努力して聞いていると聞く能力を鍛える。

P 8

4, 聞けない 要因を克服する 努力

- (1) 外的、内的条件を整えておく
 - 大事な話は落ち着く場所で、挨拶する時はメモを用意
 - 前日は飲み過ぎない
- (2) 自分に不快な話など、自分にとって大切なことが多いのではないかと価値観を変えて聞く
 - 自分とは考え方が違うけど、この人は自分に無いものがある。
- (3) 話し手が気に入らないとき「だれが」より
 - 「何が」話されているかに心を向ける。
 - 嫌な人だけど聞いてみようと、何があるのか！
- (4) 聞くと疲れて損だという気持ちはマイナス思考、聞くことは頭の体操と心得て聞く能力を鍛える。
 - 年をとると自分は何でも知っていると思いがち



話し合い

- 実習

皆さんは日常生活ではどのような聞き方をしていますか？

質問

P 1 0

2ー正しく聞きとるには

- 1, 正しく聞きとるには
- 人の話を、話し手が表現したとおりに間違いなく受け取ることを「**正しく聞きとる**」といいます。
- 正しく聞きとることは、人の理解と相互協力の基本になると共に、次の単元で学ぶ「**真意を聞く**」の基礎となります。
- しかし、わたしたちは、よく聞こうとするときでさえも、聞き落としたり、聞き間違えたりすることがしばしばあります。
- その原因は何か、それをしっかりと意識して聞こうとすることが大切です。

正しく聞きと るとは

- ・話し手が表現したとおり間違いなく受け取ることを言う。
 - ・アクセント・語調・なまり・間・表情・
 - ・ジェスチャー・表現したとおりに聞く
-
- ・相手に誤解されたりするのは、この「正しく聞きとれない」ことが原因です。
 - ・よく聞こうとするときでさえも、聞き落したり、間違えたりする。
 - ・何が原因でしょうか。
-
- ・真意とは 本心・本音・内心・意向・意見
 - ・（人によって育った環境・考え方が違う）
 - ・よい関係を作るには人の話をよく聞くことである

P10

2、正しく聞きとれない原因

- ・（１）概略さえつかめばよいという安易な気持ち
- ・① 集中しなくなる
- ・② 聞き落とし
- ・③ 聞き違いが多くなる
- ・（２）先入観によるもの
- ・① 話し手に対する思い込み
- ・②物事に対する思い込み（自分の判断のみ正しいとする
- ・③早のみこみ（終わりまで聞かず判断する）
- ・（３）心の乱れによるもの
- ・①聞きながら起こる ②欲望にとらわれて捻じ曲げて聞く

原因は何か

- 1, 人間は自己中心、自分の話は聞いてもらいたい他人の話は聞きたくない傾向
- 2, 日頃人間関係が悪いと聞いてもらえない。
- (1) 概略さえつかめばよいという安易な気持ち
- 興味がない話・言葉の語調が分かりにくい
- 自分の意見を押し付ける・愚痴話・自慢話 P6
- そう思いがあると、集中しなくなる、聞き落とす
- 聞き違いが多くなる
- ・ ・ も ・ ・ が ・ ・ は、の聞き間違い
- (渡辺さんも) 渡辺さんは理事を辞めると言ってた。
- 意味が違う

先入観によるもの

- 1, 話し手に対する思い込み
 - ①人の批判が多い
 - ②一方的で、人の話を聞かない人
 - 例 対話の中で・
 - 例 電話の中で
- 2, 物事に対する思い込み
 - 例 コロナワクチンに対すること（考え方）
- 3, 早のみこみ（終わりまで聞かずに判断する）
 - 例 オレオレ詐欺

(3) 心の乱れによるもの

- ・ ① 聞きながら起こる、怒り、悲しみ、落胆
- ・ 例（知人が娘に叱られた）（ガンと言われ）
- ・ ② 欲望にとらわれてねじまげて聞く
- ・ 欲望にとらわれてねじまげて聞く
- ・ 普段から人間関係が悪いと素直に聞けない
- ・ 私欲から自分に都合よく聞いてしまう。
- ・ 例
- ・ 「夫にお酒飲み過ぎじゃないの？」と、言う
- ・ 「大した金額じゃないか！」
- ・ 「体のことを考えて言ったつもりが・・・」

P12

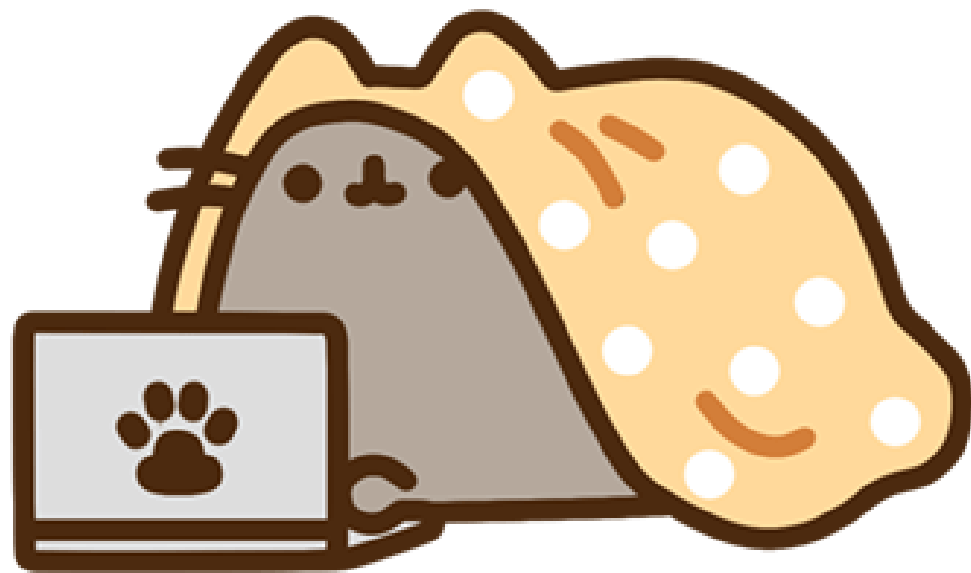
3, 再現

- 正しく聞きとる力は、練習によって誰でも高めることができます。再現練習はその一つで、人の短い話をレコーダーのように一言一句をことばどおりに再現する練習です。
- 教室での練習のほかに、日常生活の中でも機会をとらえて絶えず活用しましょう。
- これは老若男女問わず、脳の活性化に大きな効果をあげています。
- 実習 3 5 字ぐらいの短い話の再現
- 3 0 秒話の再現

P12実習

- 30秒
- 努力のないところには幸福はない、決断のないところには解決はない（先哲の言葉）
- 35字ぐらいの短い話の再現
- 目の前に起きてくることを、いい、悪いと
- 判断せずにそのまま一つひとつ受け入れていく。
- 大谷翔平の記者会見の中で、「今、野球が出来ていることが一番の幸せと思っています。」この発言で人柄を感じました。

お疲れ様で
す
10分間
休憩に入
ります



P 1 4

3 ー真意を聞きとるには

- 1, 真意とは
- 真意とは、話し手が聞き手に是非分かってほしいと思っている本当の気持ち・考えのことです。
- しかし、隠された本心という意味で、相手に知られたくない真意もあります。
- 真意を聞きとろうとするとき、まず基本になるのは、話し手が是非分かってほしいと思っている真意を正確に聞きとることです。
- **真意とは**⇒是非分かってほしい、本当の気持ち。
- ①人間は隠したいことはある（相手によって）
- 遠慮があって言えないことがある。
- しかし、
- ②話し手の説明不足・聞き手の思い込み・先入観の原因で分かってもらえないこともある。

「例」 相手に知られ たくない真意

- 日本人の美德と思われて本心を出さない、個人差もあるが。
- **（例）** 石川さん松戸に住んでいます、娘は仙台にいる
- 娘「お母さん、一人暮らしで心配だから仙台に来ない？」
- 「お墓も仙台であれば安心だし・・・と話す」
- 母「いきなり来いと言ったって無理よ」断る。その後、娘との言い合いで
気まずい思いになった。「おかあさんは強情だね」
- 娘の好意は充分に分かるが、どうしても住んでいるところを
- 離れたくない思いもある。
- 娘の本心は父親も引き取りたいと思っている
- 石川さんのご主人とは20年以上別居している、ギャンブルで
- 借金で苦勞させられて来た経験がある。
- 娘にはいい父親であるが、石川さんにとって嫌な思い。
- 石川さんの知られたくない本当は今更一緒に暮らしたくない
- また、東京にいる妹が何でお姉さんは私に相談をしないで勝手にきめたのか！と憤慨していた。
- 娘には話せなかった！言う

2, 真意を聞きとるには

- ・ (1) 話し手に対して、あたたかい関心を持って聞く
- ・ 好意的に聞く・ミスしても責めないで聞く・
- ・ (2) 先入観を捨ててありのままに聞く
- ・ 聞きとれない原因・思い込みで、
- ・ (3) 初めから終わりまで集中して聞く
- ・ 途中で口を挟んで、自分の意見を言ったりしない
- ・ (4) ことば、語調にも注意して聞く
- ・ ことばの語調でもト〜ンで変わる
- ・ (分かりません) (分かりませ〜ん↑) 上がる
- ・ ひにくった言い方
- ・ (5) 何を言おうとしたか、その中心をつかむ
- ・ 一番言いたいこと
- ・

P16 組み替え

- ・話を聞いた後、話し手が伝えようとした真意を生かすように話を作りかえることを「組み替え」といいます。
- ・組み替えた話を元の話し手に聞かせて「これこそ、私が話したかったことそのものです」思われた時この人は人の気持ちを正確に分ってくれる人だ、その信頼をえることになります。
- ・また日常では、第三者に組み替えて話すことがよくあります。その真意を誤って伝えたら、迷惑ををかけ、自分も信用を失います。
- ・組み替えには、次のような2つの方法があります。
- ・①再現的組み替え・・・元話の例を生かして順序を変えたり、切り出しなどを工夫する
- ・②完全な組み替え・・・真意をより分かりやすくするために、例、ことば、順序などを効果的に作りかえる。

P16

4, 組み替え の基本

- (1) 聞きとった内容の主題（中心になる考え）をつかむ
- (2) 主題から外れたムダな部分を省く
- (3) 主題を生かす例を選択、補強する（例の生かし方）
- (4) 聞きやすい配列を考える
- (5) 結びと切り出しを工夫する

• 実習 2分話の組み替え

- ①再現的組み替え
- ②完全な組み替え

元話から 再現的組み 替えと 完全な組み 替え

- 再現的組み替え
 - 1, 話し手は切り出し、本論、結びの順に話す
 - 聞き手は①切り出しの変更
 - ②例の整理さん
 - ③解説の変更
 - ④話す順序の変更
 - ⑤協調するポイントの変更などを考えながら話すと分かりやすい
- 完全な組み替え
 - ①まずは真意を正確に把握する
 - ②話の中心点を明確にする
 - ③例を取り替える
 - ④適した言葉を選び描写をつける
 - ⑤不要な部分をカットする

元話 1

実習 2分話の組み替え

- 例 昔の主婦は聞き上手
- 主婦には日常生活のいろいろな垢がつきます。
- 昔はそれを洗い流すのが井戸端会議だったようです。
- どのような深刻な問題も水に流したらそれで解決です。
- 日常生活の垢ですからそんなに深刻な問題ではないのです。井戸端会議での話題の中心はそれぞれの愚痴です。
- 愚痴はなるべく話してもらって聞き手は自分と関係づけないで地面に流してしまうのが、聞く極意です。
- 現代の主婦は井戸端会議がなくなったぶんだけ、聞くのが下手になっている。悪口と思い自分と関係づけてしまう。
- このように見ますと、井戸端会議ほど重要な役割を担っているのは他にありません。
- 現代では井戸が無いのでゴミ端会議とも言っています。

P16実習 再現的組み 替え

- 昔の主婦は聞き上手
- 昔の主婦は井戸端会議をしてコミュニケーションを取っていましたので、聞き上手でした。
- その日の嫌なことを話しても聞いても洗い流したものだ。しかし、最近は井戸端会議がないので聞くのが下手になってきてる。悪口と思い自分に関係づけてしまう。愚痴は自分になるべく話してもらって関係づけないで地面に流してしまうのが聞く極意です。
- 井戸端会議は聞き方に重要な役割を昔はしていたのです。だから聞き上手でした。
- 最近はゴミ端会議となっていますが、自分の悪口と思い自分に関連づけてしまいます。

完全な組み 替え

- 昔は人の聞き上手でコミュニケーションが出来た
- 最近はSNSなどの書き込み人で傷つける社会になってしまっています。そのため悩みを相談できず孤独である
- 自殺者が出たり、犯罪に巻き込まれることが多い。
- 昔は人とのコミュニケーションを取り雑談してストレスから解放ができた。
- 愚痴を言っても悩みを聞いてあげることも出来た。
- 今の世の中は便利になりすぎて、ネットに頼ってしまう。だから孤独になる人が多い。
- 悪口を言われただけで、直ぐにカッとなって犯罪にまで起こしてしまう人がいる。
- こういう社会を作らないためにも人とのコミュニケーションが重要ではないでしょうか。

まとめ

- 1, 組み替えの基本は主題を見つけること
- 2, 実習は聞き手は正しく聞く力を養い、話し手は自分の話の真意が分かるようにまとめるのが重要です。
- 3, 組み替えの能力を磨くことで、同時に聞く力、話す力も身に付きます。

P18

4 一場合に応じた聞き方

- 1, 話し合いの場合
- ねらいは良い結論が出るように考えながら聞くことです。
- ①緊張を解き、互いに話しやすい雰囲気をつくる
- ②相手の立場、背景を理解する
- ③要点をまとめながら整理して聞く
- ④ことば、語調、態度に注意して聞く
- ⑤不明な点は質問によって確かめる
- なぜ話し合いが必要か→問題を解決するため

P18

1, 話し合い の場合

1, 緊張を解き、互いに話しやすい雰囲気をつくる

●立場の違う人と話し合いをする時、私的感情を取り除いて話す、自分の気持ちを落ち着かせ穏やかにはなす・・・例（介護施設で）

2, 相手の立場、背景を理解する

●立場の相違する人であっても問題が起きた時は相手の背景を調べて話し合いをする

3, 要点をまとめながら整理して聞く

●話し合いの中で、ポイントを整理し無駄な所はカットして要領よくまとめて聞くと話の筋道がはっきりととつかめる。

4, ことば、語調、態度に注意して聞く

●心の動揺は外に現れます、態度の中でも表情、目の変化の異常が気づくことがあります

5, 不明な点は質問によって確かめる

●質問によって正しく聞く、聞くは一時の恥、聞かぬは一生の恥

P18

2 会話の場合

- ねらいは相手を楽しませるように
- ①好意的な気持ちで聞く
- 相手に関心を持つ
- ②進んで問いかけて、話したいことを引き出す
- 自分がどう話すかより、どう話させるか
- ③相づちを打って聞く
- うん～・・・そうなんだ・・・へ～
- ④自分の話もタイミングよく入れる
- マッチング・「同じ口調が人を安心させる」トーンをあわせる
- ⑤細かいことにこだわらない
- 発音が可笑しい
- ⑥楽しみながら、笑いを引き出すように

P20

3, 悩みごとの相談の場合

ねらいは話し手が、解決できるように聞くことです

- ①話し手の警戒心、不安を取り除く雰囲気をつくる
- ②集中して聞けないときは理由を述べてから聞く
- ③基準を話し手の立場に近づけて聞く
- ④話を途中で遮らない（気持ちが中断される）
- ⑤有声の相づちをうって聞く
- ⑥話の間隔表現をタイミングよく繰り返す

ここでは悩みぬいたあげく何を考えたらよいか、分からなくなっていた人が相談を受けた人の場合の聞き方

相手は不安、悲しみ、不満などで心が動揺し理性が働かなくなっている、その人の必要なのはどんなに

乱れたことばを吐いても、温かく聞いてくれる人の存在です。何でも安心して話させる相手になること

(例)、悩みの相談を受けた時はどう接したらよいか？

- ・ 私は介護施設の補助介助をしています。
- ・ 仕事柄、高齢の方々と話していて、しばしば問われる。
- ・ 「早くお迎えが来て欲しい」と、問われることがありますが、どのように返答して良いのかいつも迷います。
- ・ そんな時、聞いてあげることはできない。
- ・ また、私の友人で上田さんは認知症の夫を抱えて夫が「いつも外に出て徘徊してしまう」と、「悩みを相談されます。上田さんの愚痴をもう一人の石川さんと私で聞くのですが、石川さんは注意して「酒ばかり飲んでいないで旦那さんをしっかり見ないと後悔するよ！」説教じみた話になることが多いので、上田さんは話を聞いてくれるだけでいいのにと怒ります。
- ・ 私が「あまり言わない方がいいよ！本人は辛いんだからね」
- ・ その後、私たちは相づちを打って「そうなの、大変ね、
- ・ 何かあったら手伝うからね。」彼女に温かく見守り聞いてあげ安心させました。

テキスト 1～4まで学 んで

- 話し合いとは問題を解決することであり、皆育った環境、価値観、考え方が違う上で、私たちは真実の人間関係、嘘のない人間関係、信頼のできる人間関係を持ちたいと常に考えています。
- そのためには相手の話を聞くことです。
- 聞くということは理解することなのです。
- 相手理解は聞くことからしか生まれないのです。

実習 2分話の組み 替え

「人生は苦」

寂聴さんに救 われた

- 朝日新聞のコラム蘭 「人生は苦」 瀬戸内寂聴さん 2分話
- 「人生は苦である」図書館でたまたま借りた瀬戸内寂聴さんのCD法話集に、どれだけ助けられたことだろうか。
- 私は40代で甲状腺がんを患い、夫はうつ病。4人の子どもは中高大学生で、いわゆる教育地獄。預金残高が20万円を切る生活が続いた。そんな時に出会ったこの寂聴さんの言葉は、なぜか、私に解放感と明るさと覚悟をを与えてくれた。「人生は苦」なんだから、いまの私は当然として、幸福の絶頂にいるかのように見えるあの人も、みんな愛する人との別離の苦しみが来る。
- みんな苦を抱えて生きていくんだと思えた。常に心の中心にいてくれた「人生は苦」という説教のような言葉も、寂聴さんの口から出てくると偉そうでなく、おちゃめなおばちゃんが羽目を外すような親しみを感じられ、力強く私を支えてくれた。
- 子どもがみんな独立した後、児童相談の夜間の児童相談員になった。電話をかけてくるみんな、「家においで」と声をかけたくなくなるような事情を抱えていた。そして里親になることを決意し、これまで18人が巣立っていった。今も毎日、6人の子どもたちで自宅はにぎやかだ。

お疲れ様です

どのように組み替えが出来ましたか？

次回はテキスト 4ー5
話し合いの仕方です。

終わり