

「不易」と「流行」 誠実・克己・忠恕

「でも・・・」と「だけど・・・」って言葉使ってますか？

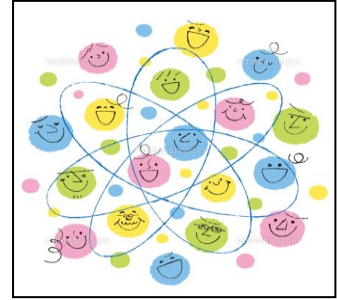
最近、テレビやネットなどで・・・

人の提案や指摘を素直に受け入れず、自己防衛のためなのか、すぐに言い訳やできない理由を探したり、批判的に話をすることがいいことのように振る舞う人が多いように感じています。

一方こちらは、その人の為に、何とかその人に気付いてもらおうと、遠回りに言葉を選んでいる。

「コミュニケーション力が必要だ。身に付けないといけない」って言われるけど・・・ほんと難しいですね。

さて・・・今回は・・・



ダイエットのためにスポーツ・ジムに通いはじめたと友だちに話したら、

「でも・・・いくらジムに行っても食べる量を制限しなければ、やせないんじゃない？」

と言われてしまった。

そういうとき、たいていの人はちょっと不快な気持ちになります。

夏休みにグアムへ家族で旅行に行ってきたと同僚に話したら、

「だけど・・・向こうだって暑いんでしょ。暑いときに暑いところに行くのは、どうかなあ」

と言われた。

こんなときも、これまたたいていの人はちょっと不快になります。

「これ以上、この話をするのはよそう」

と思う人もいるでしょう。

なぜでしょうか。

それは・・・「でも・・・」とか「だけど・・・」と言われると・・・

自分の考えや体験を否定された気になることと関係しています。

誰に対しても、ログセのようにそういう言葉を用いていると・・・周りから

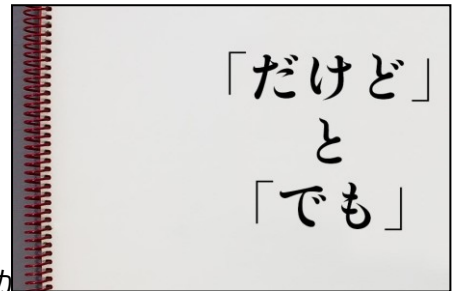
「あの人は私が言うことにいつも異を唱える」

と思われるようになってしまおうでしょう。

人と話すときは、話題の主導権を相手に譲り、それに同調・共感するくらいの気持ちでいるといいのです。

それだけのことで、対人関係はガラリと改善されるものです。

『「いいこと」がいっぱい起こる鏡の法則』植西聡著／王様文庫



相手に同調し、共感するのに最もよい方法は・・・

「うなずき」・・・「相づち」・・・「驚き」・・・

という傾聴の3動作を実践することです。

授業中でも君たちのうなずきが多いと・・・

私たち教師も話をしやすいものです。

心の底から「ああ、そうなんだ」「なるほど」という相づちの言葉は、相手をほっと安心させます。

驚きの表情で感嘆して聞いてくれると、最高の味方を得たような気持ちになります。

「でも」と「だけど」はやめて、傾聴の3動作を実践したいですね。

