

## 傾聴と受容

理事 高橋 八映



「十年振りに、同期会をしませんか」とメールが届いた。日本産業カウンセラー協会の養成講座時代の仲間からだ。早々に日が決まったが、会の前日になっても時間と場所が未定。やっと連絡が来てほっとしたら一時間後に「場所が変更になりました」と…。思えば彼等との出会いも今度の様なビックリから始まった。初めての講座でのバズセッション後、昼の休憩があり、皆で一緒に食事をとってノートをしまい、顔を上げたらもう周りに誰もいなかった。カルチャーショック。でもこれが彼等にとって普通の行動だと徐々に分かり、それからほどんど親しくなっていた。

養成講座は当時約十か月講習があり、学科試験に合格すると実技試験が受けられるが、欠席・遅刻・早退は許されない。必死で走った日々もあったが、学んでいるという実感があり、新鮮で心地良かった。

久し振りに会った彼等はそれぞれに活躍し、カウンセラーの資格と具体的な技術・実技は仕事の上でとても役に立っているとの事である。養成講座では、何らかの悩みを抱えている相手に対して、自分自身で問題解決できるように援助的に関わる事、問題が起こらないように予防の手立てを一緒に考えたり、その人の持ち味を育てる手助けをする事等がカウンセリングであると学んだ。その意味で教育・産業・福祉等の領域において必要となる考え方であると思う。

資格取得の後、カウンセリングの指導者に依頼して、職員全員参加のもと、カウンセリングに関する研修を始めた。具体的な内容としては、自己・他者・集団との出会いを通じて、自己理解を深めるグループワーク、自分も相手も大切に自己表現法であるアサーショントレーニング等、人間の心理的成長を目的とした学習である。保育の研修と少し異なる内容に、当初戸惑っていた職員達も、数々の体験学習の中で、時には笑い声が起こったり、小さなおしゃべりが聞こえたりと、あちこちに笑顔が広がっていった。学習会を重ねる度に様々な気づきがあり、自分を見つめ直す良い機会ととらえる先輩、先輩との距離が近くなったと喜ぶ後輩、年度初めにこうした研修があると、全体をまとめやすいと主任は言う。

そしてもうひとつの大切な学習にカウンセリングの基本「傾聴」がある。傾聴とは、相手の話を言葉以外のしぐさや表情に注意を向けながら、評価する事なく、心をこめて共感的に聴く事である。養成講座の折、二人一組になって、傾聴の練習を何度もしたのに、未だに保護者との面談等では中々思うようにいかない。傾聴は「テクニック」というより、「心構えの問題」であるといわれる。あるが儘の自分<sup>まま</sup>で居る事、他人を理解する事の難しさを日々痛感している。

保育所保育指針の、特に乳児に対する記載の中に、受容・応答・共感という言葉が何カ所にも書かれている。自分の感情や欲求を言葉で言えない子ども達は、泣き声やしぐさ、表情等でそれを伝えてくる。その全てから想いを汲み取ろうとする事が傾聴であろう。

園庭から一歳児がお部屋に戻ってくる。よちよちとおぼつかない足取りで。頬は真っ赤、泥だらけ。「暑かったねえ」と迎えると、自慢げに開いた小さな手の中には石と葉っぱ。泥を払おうとすると、それよりも抱っこだとしがみついてくる。残らず汲み取ってあげたい子どもの想いである。

保育の現場に於いて様々な事を要求され、仕事の効率化、もっと工夫をとせられる保育士達を見ていて思う事、伝えたい事、「傾聴と受容」保育のすべてはそこから始まるのだと…。