

★ある事例（実話）

2019年4月6日・7日の2日間集中傾聴講座を受講したおかげで、先日、ピンチを脱する出来事がありました。今春に社会人1年生になった新人研修中の二男から、朝6:30に私の個人LINEに「今日、仕事会社休む」「ほうっておいて」と入りました。彼は‘メンタル硝子’、「中2病が長すぎ」と家族から言われることもあったため「会社に行きたくない」と言い出すのも想定内でしたが、(まだ、2週間経ってないよ？ふざけないで行け)と内心思いながら動揺しました。私のいつもの調子ですと「会社休むなんてとんでもない。行って頂戴」的な内容になるのですが、このLINEの返信を間違えると、本当に会社を休みかねません。それで、こんな時こそ「傾聴講座」で習ったことを生かす時と思い、<今の相手を受け止める>を思い出し彼に「それはきっと苦しくて大変な思いをしているのだと思います、そっと見守ります・・・良かったら話を聴くから言ってね」と返信しました。

「話せるようなことじゃないからいい」と二男から返信がありました。この方向の返信で間違っただけだと感じたので「そうだとしたら・・・〇〇はとっても苦しいね・・・〇〇が苦しいのは、私もとても悲しい・・・」と返信しました。そうしたら20分後に自室から出てきて、普通に食事し何事もなかったように会社に行きました。母親の私が{傾聴}し相手を受け止めたことで、彼は認められたと感じ、行きたくないと感じながらも役目を果たす気力が戻ったのだと思います。

普段の私の対応でしたら、会社を休み、スタートの研修から躓いてしまったかもしれません。

こちらの講座(NPO法人P.L.A)は先生以外にもスタッフの方が体験学習の中で研修生のやり取りを聴いて、受講者同士だと遠慮して言いにくいこともきちんと指摘していただきました。私は普段“自分の聞きたいこと”に誘導してしまいがちなことに気づけました。

今も「またやっている」と思うことがありますが、受講して本当に良かったです。またフォロー研修も受講したいと思っています。後庵先生とスタッフの先生方本当にありがとうございました。

所属：東京都鍼灸師会会員