

校長メッセージ ～合言葉は「子どもに軸足！」～

東長良中学校 丹羽

「信頼」の貯金

早いもので令和3年がもうすぐ終わろうとしています。歳を重ねるうちに、年々1年が短く感じるようになっていきます。なぜでしょうか？年齢を分母にして分数に表してみるとわかるような気がします。10年生きたうちの1年と50年生きたうちの1年では、 $1/10 \cdots 1/50$ というように年々分母が大きくなりそのうちの1年だから短く感じるのかなあと自分に納得させています。

さて、定期的に内外教育という教育冊子が学校に届きます。その令和3年11月30日号にNPO法人「共育の杜」理事長の藤川伸治氏が『「聞く」は人間関係の潤滑油』という記事を提供していました。この記事の文中にスティーブン・R・コヴィー著「7つの習慣」という書物が紹介されていました。7つの習慣の中でも、特に第5の習慣「まず理解に徹し、そして理解される」が中心に取り上げられていました。その一部を紹介します。

自分の考えや思いを相手に理解してもらおうとする際には、分かりやすく話そうと努めるが、意に反して、理解してもらえない場合も多々ある。そんな時には「なぜ理解できないのだ」などと思ってしまう。自分の考えや思いなどを理解してもらおう原則は、まず先に、相手を理解することである。それが「第5の習慣」である。

我が校が目指す「一人一人の居場所と幸せを大切にする校風 協の心・優の心・敬の心・怒の心」にも関連する内容で、人とのかかわり方を振り返る機会になる内容でした。スティーブン・R・コヴィー著「7つの習慣」から「第5の習慣」について書かれている一部を抜粋します。

「7つの習慣」の5番目の習慣は「まず理解に徹し、そして理解される」という事。「私たちはたいして自分を理解してもらおうとする。ほとんどの人は、相手の話を聴くときも、理解しようとして聴いているわけではない。次に自分が何を話そうか考えながら聞いている。話しているか、話す準備をしているかのどちらかなのである。」

そして、すべての物事を自分の考え方のフィルターに通して、自分のそれまでの経験、いわば自叙伝（自分の経験に照らし合わせ）を相手の経験に重ね合わせて理解したつもりになっている。

しかし、「共感による傾聴」はまったく別のもので、まず相手を理解しようとして聴くことであり、相手の身になって聴くこと。相手を理解しよう、本当に理解したい！という気持ちで聴くこと。そうすることで初めて人間にとって「肉体の生存欲求」の次に大きな欲求である、「心理的な生存欲求（理解され、認められ、必要とされ、感謝されている）」を満たすことができる。

共感して話を聴いているとき、あなたは相手に心理的な空気を送り込んでいる。心理的な生存のための欲求を満たしてあげることによって初めて、相手に影響を与え、問題の解決に向かえる。相手の心に、「信頼の貯金」を預け入れしなければ、その段階に進むことはできないのだ。

著者スティーブン・R・コヴィー氏は「まず理解に徹し、そして理解される」習慣は、「7つの習慣」の中で最もエキサイティングな習慣であり、すぐに実生活で応用できるものである。相手に共感して聴くことを学ぶと、コミュニケーションに劇的な変化が生まれることに気づく…と述べています。「信頼の貯金」を預け入れる、まずは私たち大人が子どもに「信頼の貯金」をしていきたいと思えます。

今年も残すところあとわずかとなりました。本年のご厚情に感謝し、皆様が新しい年をお健やかに迎えられるよう心よりお祈りしております。