

NEW LIFE シリーズ 2006 VOL. 11

—家族の回復と祝福を求めて—

神を知り、自分を知り、夫婦を知り、子供を知る。

人間は、言葉で自己を表現するよう
に神から造られています。人格的
であるということの側面は、言葉で
自分を表現できることです。

しかし、そこまで到達するには、
多くの年月を必要とします。人格が
成長するということの一つの側面
は、言葉で自分を表現できるという
ことです。ただ、言葉を発せればと
いいというわけではありませんし、
言葉が多ければいいというものも
ありません。その言葉は、内面と
一つであること、相手に通じる言葉
であること、状況を配慮できること、
一言で表現すると愛に基づいて表

現できるということです。

人の成長を見る時、その事が良く分かります。産ま
れたばかりの赤ちゃんは、言葉を発することは出来ま

せん。赤ちゃんが自分の思っていることを、言葉で伝
えてくれたら親としては本当に楽だと思えます。何も
話せない状態から始まって、だんだんと言葉を覚えて
いきます。そして思春期を通過して、だいたい二〇年
近くを掛けて、言葉で自分を表現することを学んでい
くのです。

今回は、言葉と人格的な成長について、さらに深く
学んで行きたいと思えます。

傾聴していますか？

多くの子供たちが、親に話しを聴いてもらっていな
いと感じています。親の方では、聴いているつもりで
も、子供にとつては違います。この親の「つもり」が
曲者です。「聴いているつもり」「理解しているつもり」
「愛しているつもり」。しかし、子供に聞いてみると、
親の「つもり」とのギャップが大きいことがあります。
大人は、どうしても物事を理想化する傾向があります。

子供の話しを何でも聴いてあげられる親でありたい。子供の気持ちをよく理解する親でありたい。家族がみんなが楽しく平和でありたい。本当に素晴らしい夢なのですが、その夢が、現実とかけ離れた文字通りの夢になってしまっていることもあります。しかし、親は出来ている「つもり」ですから、子供の本当の状態を知ることが困難になります。

もともと出来ていないと思っていれば、それではどうしたら良くなるのかと考えることも出来ず。しかし、出来ていると思っているわけですから、実は、子供には伝わっていないという現実気づき、受け留める所から始めなければなりません。私たちは、子供の心を理解するためには、この「つもり」から脱却して、現実をしつかりと見据える勇氣を持ちたいものです。

「聴く」という事に関しても、自分が親としてどれだけ子供の言葉を聴いているのかを吟味してみる必要もあるでしょう。

「聴く」という文字は、「聞く」とは違います。「聴く」とは、漢字のごとくに十四の心をもって耳を傾けるといふことです。聴いている時の態度をイメージしてみてください。熱心に心から聴いている時というのは、身を乗り出して、相手側に身体も傾いていると思います。「傾聴」という言葉がありますが、まさに身も心も相手に傾けて聴くということです。

なぜ子供が聴いてもらっていると感じていないのかというと、本当に訴えたいことを、聞き流されているからです。

一見矛盾しているように見えるかもしれませんが。なぜなら、私たちは、子供が言葉で自分を表現できるようになって欲しいのです。ですから子供の口から発せられる言葉だけで判断し、コミュニケーションがとれば、それで良しとしたいのです。しかし、子供がそのように口から発する言葉だけで自分を表現できるようにするには時間が必要です。あくまで発展途上、成長の段階にあるということです。

ですから、子供の口から発せられる言葉を聞いていても、心の言葉を聴くことがなければ、子供は聴いてもらっていないという実感を持たないのです。

そこで傾聴する、つまり相手の心の中にある言葉を聴く姿勢が求められるのです。逆説的ですが、心の中にある言葉を聴いてもらえると、子供は「聴いてくれる」という実感を持ち、自分の心の中にあることを、自らの口から発することが出来るようになってくるのです。

傾聴の訓練

私たちが子供の心の言葉を聴くことが出来るようになる、子供の心の中にある言葉が、だんだん外に出てきます。

どの人間関係にも言えることですが、相手から言葉を引き出すには、まずは傾聴することです。カウンセラーという仕事は、この傾聴を専門にする人たちです。

熟練したカウンセラーは、見事にクライアントの心の内から言葉を引き出します。

私たちは言葉で自分を表現したいし、子供にもそうあって欲しいのです。しかし、人間は産まれた赤ちゃんがそうであるよう、最初から言葉で表現することは出来ません。

親は、親になった時点で強制的に、必然的にカウンセラーとしての訓練が始まります。子育ての現場は、毎日が傾聴の実地訓練を受けているようなものです。特に、子供が産まれたばかりの時、親は全神経を注いで、子供の訴えていることを聴こうとします。なにしろ相手は泣くだけで一言も「お腹がすいた」とは言ってくれないのですから。とにかく、「この子は何を言いたいのだろうか」と、その泣き方、むずがり方、細かな様子から、これはオムツだ、これはミルクだと判断するわけです。この時期、親は必然的に、心の言葉に耳を傾ける、傾聴の訓練を受けているのです。

この約二、三年間の訓練は、その後の子供とのコミ

ユニケーションに大きな影響を与えます。時に、何で子供が泣いているのか分からない。何をやっても泣き止まない、ほとほと困り果てることもあります。しかし、そのように相手の心にある言葉を何とか聴こうとする姿勢そのものが尊いことなのです。

私たちは当然のように、目の前にいる人の口から出る言葉でコミュニケーションをとるわけです。その言葉で色々な判断をします。それは、心にある言葉と、口から発せられている言葉が同じであるという前提に基づいたコミュニケーションです。しかし時に、心の言葉と口から出る言葉が同じではないので、コミュニケーションが難しくなるのです。大人は、言葉で自分を表現できるからこそ大人なのです。もちろん、大人であっても、それが出来ないことが多々あるわけですが。

さて、子育てをする中で、いかに子供の心の声に耳を傾けるかが、とても大切なことになってきます。

どうしたら私たちは、もつと心の声を聴くことが出来るのでしょうか。これは子育てに限らず夫婦関係にも言えることですが。

前回は、心の内にあることを言葉で表現すること、それが出来ない場合はどのような原因が考えられるかを述べました。今回は、逆に、聴くことが出来ないと思えば、その原因はどこにあるのかを考えてみたいと思います。

親が子供の心の声を聴くということは、赤ちゃんに接していた時のことを思い出していただきたいのですが、その泣き方、動き方、顔色から、五感を総動員して、何を訴えているのか知ろうとしました。たとえば手が思春期の子供であっても同じです。相手の本当に言いたいことは何のかを全力で聴こうとするのです。

そのためには、聴くことに専念する必要があります。聴くという行いは、大変な労力と集中力を必要とする

のです。

さて、以前人間の内には、大人の部分、親の部分、子供の部分があると話しました。聴くというのは親と大人の部分に属します。聴いてもらうというのは、子供の部分に属します。多くの場合、聴くことが出来ないうというの、聴くよりも聴いて欲しいと思っっているからなのです。子供に対して、子供の立場で接しているのは、親としての働きをすることは出来ません。

子供に対して、私のことも理解してほしい、こんなにあなたのためにやっていることを評価してほしい、などなど、聴いてもらいたいという子供の立場で子供に接する時、私たちは聴くことが出来ません。

聴くということは、親自身の心が落ちついて、聴いてももらうのではなく、聴くという事に集中できるよになつていなければならない。そのためには、親自身がどこかで聴いてもらう必要があります。聴いてもらう相手は、まず夫です。夫はそのために存在しています。しかし男性にとって話しを聴くというのは、ま

た大きなチャレンジです。次に何でも話せる仲間がいればいいですね。しかし、これら二つがなくても、神様には何でも話せる。ここに私たちの逃れの道があります。親自身が神様に何でも聴いてもらうのです。十分に聴いてもらうと、子供の心の声にも耳を傾ける余裕が生まれてきます。

傾聴から理解へ

さて、子供の心の声を聴くことが出来たら、次にその心の声を理解することです。聴いても理解できなければ、何のために聴いているのかとなります。

相手の心を理解するためには、自分の心を理解することです。親は少なくとも、子供が生きる人生を先に歩いていきます。子供のそれぞれの年齢は、すでに親は経験済みです。もちろん子供と親の人生は全く同じではありません。母親であるなら、息子はすでに性が違います。置かれている時代も状況も違います。しかし、

本質的な部分では同じことが多々あります。

親に話を聴いてもらえなかった辛さ、理解してくれなかつた時の悲しみ、

まず乳幼児期ですが、特に乳児期の場合は、もともとしゃべれないわけですから、難しい面もあれば、聴くしかないという分かりやすい面もあるわけです。泣いている赤ちゃんに、「どうしたの？」と尋ねても、「うん、僕オムツかぶれして、そこがひりひりして痛んだ」とは絶対に言いません。ですから、五感を総動員して、何とか子供の心の声を聴こうとします。というより、そうするしかありません。この時期に親は必然的に、傾聴の訓練を受けているのです。この何とか子供の心の声を聴こうとする姿勢、努力が後になつて大きく役に立つのです。

子供が五、六歳頃になると、ずいぶん言葉も出てきます。しかし、時々とんでもないことを口にしたります。

る時期でもあります。特に、幼稚園などに行き出すと、とたんに悪い言葉を覚えてきたりします。言葉が達者になつてきたわりにはまだまだ言葉の使い方や意味が分かつていません。

親は、この時期に正しい言葉の使い方を教える必要があります。

一〇歳頃にも一度、子供の成長に大きな変化があります。思春期に入る前の微妙な時期です。この頃になると、ずいぶんと言葉を上手く使うことが出来るようになります。しかし、言葉で

あるいは、弟や妹が出来ることもあります。そうなる

聴いてもらっていないからです。例えば、子供が「学校に行きたくない」と言つたとします。「なぜ行きたくないの？」と尋ねます。」子供は「頭が痛いから」と答えます。親は「そう、じゃあ家で休んでいなさい。」あるいは「病院に行きましょう。」と答えます。本当に頭が痛いだけなら、それで問題なしです。しかし、もし頭が痛いということが、何らかの身体言語としての訴えであるなら、親の対応は不十分です。傾聴とは、相手の心の言葉を聴く努力です。もし仮病ではないかと思つたら、子供に学校の様子や、何か困つたことがないのか、尋ねることが出来ます。そして

人は、言葉を抑圧する人がほとんどです。要するに、本音が言えないわす様は次のように語られました。

「わたしに何をして欲しいのか」(ルカ一八章四二節)

イエスはいつも、人の内から言葉を引き出そうとき

れました。それは、人格を回復させるためなのです。私たちが神と共に生きるようになる、自分の内から言葉が引き出されるのを感じるはず。そして成長に伴い、言葉を整理して、正しい表現で、相手が理解できる言葉で、愛を動機として、言葉を発することが出来るようになるのです。素晴らしいことです。

さて、子供に対しても、言葉を引き出してあげたいものです。そのためには、心を傾けて聴くことです。そして言葉で表現できることの喜びを体験させるのです。言葉が受け留められるということは、自分の存在が受け留められることと同じなのです。ですから相手は喜びを体験するのです。

このような時代であるからこそ、言葉による感情処理能力を身につけることが、心に平安を保つ大きな助けになります。溜まっているものを神の御前に注ぎ出し、いつも軽やかに、爽やかに生きていきましょう。

文：関 真士

泉の会

日時：木曜日
第一、第三、 第五
午前10時～
会場：アルファ・ハウス
(マノア・マーケットプレイス近く)
2832 Lowrey Ave
担当：松尾静
連絡：関 真士
TEL988-4314

★どなたでも、是非、ご参加ください。

★この小冊子、バックナンバーあります。ご希望の方はご連絡ください。