朝の礼拝・校長講話8

話すことは、聴くこと

2026・11・12　校長　重枝一郎

今回は，２つの視点でお話しします。１つ目は**「話し合い」**についてです。これは，自ら積極的に話すということが大切なのですが，あえて，**「話すことは聴くこと」**について伝えようと思いました。もう一つは，話すことで，どんなメリットがあるのかを**「話すことで，はなす」**について伝えようと思いました。

「話し合いが大切だ」と，誰もが言います。

人と人の間では当然大切です。「話し合い」というのは言葉のやり取りだけでないのです。顔の表情，声の調子，しぐさ，間などから相手の気持ち，心の変化を察知します。これは，対人関係をつくる基礎基本になるのです。相手の話を聞く力，話を引き出す力は，「この人に話したい」という気持ちにさせる力につながります。つまり，「話し合い」の力は，スキルになるので，意識して身に付ける努力をしなければ，スキルは向上できません。これは「知識」だけでなく，「経験」がとても大切になります。

また，話すときに，弁舌さわやかで相手を引き込む力だけでは通用しません。「言わなくてもわかってよ」という以心伝心も通用しません。これはすべて一方通行なのです。双方向コミュニケーションで，情報の交換や，心の動きなどあらゆる面で良好な平衡が保たれていることが望ましいのです。そして，その平衡が更に，他のファクターによって，新しい創造の方向に移動すると，みんなで感動できます。そうなると，「話し合いっていいな」という感情をもちます。「成長はたし算」が，「かけ算」になる瞬間になります。

この「話し合い」の力は，先ほども言いましたが，スキルなので，本人がその気になって取り組まなければ身に付きません。それは一人一人の自覚と謙虚さと愛が必要です。押し付けではいけない，威張ってはいけないなど頭では理解しているけど，なかなか難しいものです。話を聞いてやるとか，理解してやるという姿勢では，「話し合い」の力は付きません。

だから，「話し合い」は，精神的にも疲れる知的作業であり，「話し合い」は人と人との心の交流です。そういう「話し合い」に相手の成長を妨げる「毒語」のような言葉が一番の悪になります。自分の言っていることだけが正しいと強く思い込むと，相手を見下ろしているような感じになり，「話し合い」にはなりません。そして一度口にした「毒語」は，相手の心を閉ざします。取り返しのつかない心の傷をつくるかもしれません。言葉は心へ刺さる凶器にもなることがあります。

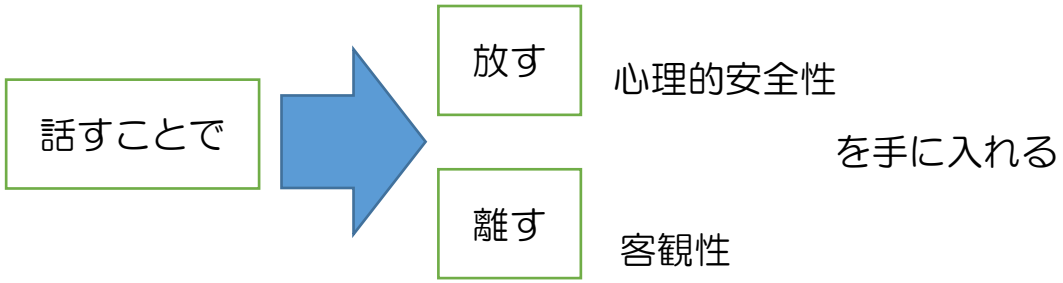
さて，**「話すことは聴くこと」**という言葉があります。話す前に人の話をよく聴き，しっかり聴き続ける，まずは聴き通す寛容さが大切だということです。このことを「傾聴」と言います。この「傾聴」は，悩んでいる相手に対してなどによく使います。

「傾聴」とは，単に言葉を聞き流すのではなく、耳・目・心（「聴」この字になる）のすべてを使って相手の気持ちや，相手が伝えたいことに深く寄り添い、理解しようとする会話の技法（アクティブリスニング）のことです。

この「傾聴」においての，大きなメリットを説明します。

「傾聴」すると，相手にとって大きく２つのメリットを生み出します。
１つ目は，「話すことで**放す**」です。
これは「心理的安全性」を相手に与えることができるというものです。
２つ目は，「話すことで**離す**」です。
これは「客観性」を相手に持たせることができるというものです。
このような２つの効果を相手に獲得させることができると言われています。
私はこのことを少しでも伝えるために，話だけではなく，体験授業をしたことがあります。「話すことで**はなす**」という授業です。想像しながら聞いてください。

一人の人にたくさんの荷物を持ってもらい，その人に問います。
「今どんな気持ち？」　「重たいよ～」「早く置きたいー」「助けてー」
「今いくつ荷物を持っている？」　「よくわからないよ～」「そんな余裕はないよ～」
その問いかけの後，その荷物を一つ一つ受け取ることが**「傾聴」**であると話します。
荷物を１つ受け取り，２つ受け取り，下に置いていく。相手はどんどん軽くなっていく。心も身体も。これが「傾聴ってことなんだよ」と実感を少し伴うような話をします
荷物を置いた後，「今どんな気持ち？」と再び問うと・・・
「すっきりした」「楽になった」と言います。これが「心理的安全性」です。
「今いくつ荷物を持っている？」と再び問うと・・・
手ばなした荷物を見て明確に個数を答えられます。これが「客観性」です。
「話す」ことで，「放す」と「離す」が実現すると，相手の心に余白ができ，心に気づくスペースが生まれます。そこで初めて，こちらのアドバイスや励ましが入っていくのです。



お祈りをします
主なる神様
ここにいる生徒たちが，人に優しくできる心を持っていることに感謝します
生徒たちが，話すことで，心の余白をつくれるよう，また一人一人が聞き上手になれるよう見守ってください。
この感謝と願いを主イエス・キリストの御名によってお祈りいたします
アーメン