

傾聴(相手を思い寄り添う)から コーチング



鈴木 勝

「きく」という字を辞書で引くと「聞く」、「聴く」、「訊く」など様々出てくる。その中でも今回は「聴く」をクローズアップしたい。「聴く」の字を分析すると、まず見た通り「耳と十四に心」で成り立っている。心の中に14の耳を持つということは、相手の立場でじっくり聞くことではないかと考える。

最近、傾聴ボランティアという言葉をよく耳にする。傾聴は、まさに聴くことに徹することであり、相手に寄り添って、とことん耳を傾けることが大切である。

人は、他人から答えを押し付けられたり、期限を決められたりするのを嫌がる傾向にある。ましてや、解決策を講じるエネルギーは湧いて来ず、行動を起こすこともできずに、途中で断念してしまう。

悩み相談では、じっくりと時間をかけて聴いていると、相手が答えを導き出してくる時がある。いわゆるコーチングの成立であり、聴く時のポイントは、「あいづち」と「話の整理」、「アイデアの導き出し」である。傾聴は、相手の良いところや解決策を講じるエネルギーを引き出すコーチングである。

最近、書店には様々なコーチングの本が置かれている理由でもある。



「人間なのだから・・・」 後編

この中学生が笑ったのがおじいさんの体の事だったとすれば、私は絶対に許せません。おじいさんだっとなりたくてなったわけではないと思います。笑われて立ち尽くしていたおじいさんの気持ちは、心の中で本当は泣いていたと思います。言い返してやりたくても言えないのは本当に辛かったと思います。その中学生には思いやりの心があったのでしょうか。

人の気持ちを考えずに行動してしまう人には思いやりの心が無いと思います。思いやりは人の事を考える事から生まれてくるのではないのでしょうか。相手の事を考え、相手にとってどんな事が良い事なのか、悪い事なのか感じ取り、それを受け止めることが必要なのではないかと考えます。

人権問題が騒がれている今、思いやりの心がとて

フィッシング詐欺に気を付けて

フィッシング詐欺とは、偽サイト等がSMSやメールを不特定多数の方に送り、偽ホームページへ誘導し、クレジットカード等の個人情報を巧みに詐取する行為です。

最近では、携帯会社・ショッピングサイト・フリマサイト・配送業者・銀行等を装った犯罪者から送られたSMSに添付されているURL(誘導先)に個人情報を入力し、それを不正に利用される被害が多発しています。このようなフィッシング詐欺の手口が多様化していますので、不審に思うSMSやメールは決して開かず削除してください。

事例 フリマサイトから確認のメールが来て、アカウント等の個人情報を入力した。その後、私のアカウントが使えなくなり偽サイトだと分かった。正規サイトへ連絡しアプリを開いた時には身に覚えのない高額の商品が購入されていた。

消費者へのアドバイス

- ・SMSやメールを開く前に、正規のサイトであるか確かめましょう。
- ・添付されたURLは安易に開かず、また情報を入力するのは慎重にしましょう。
- ・入力途中でも不審に思えば送信しないでください。
- ・クレジットカード等決済の明細は必ず確認するようにしましょう。

身に覚えのない請求や不安を感じたら消費生活センターにご相談ください。

ひとりで悩まず すぐ相談!

消費者ホットライン **188** 局番なし 又は 松伏町消費生活センター ☎ 991-1854

問合せ

教育文化振興課 ☎991-1873
企画財政課 ☎991-1815

も重要になってくると思います。思いやりの心が人権を生かしてくれるからです。助けを求めている人がいたとき、助けてあげる人がいなかったら助けを求めている人の人権は生かされていないんです。もしかしたら、あなたの行動が周りの人を心の中で泣かせているかもしれません。

みんなで思いやりの心を持ち、一人一人の人権を生かしていければ悲しい事件、出来事も減ると思います。私はこれを機に、自分の心を見直してみたいと思っています。皆さんも、見直してみてください。そして暖かな心をつくり、人権を本当に生かせる社会の中で過ごしてみませんか？

人権作文集～こころ～ より