



スクールサポーター
(臨床心理士)
小林 真理

わかり合おうとしよう

私たちは自分の思っていることや気持ちを相手にわかってもらいたいという欲求をもっています。とても日常的なことなので、その都度「わかってほしい」「理解してもらいたい」と意識することは少なく、逆もしかりで、日常的に相手のことを理解しようとしていたり、わがごとしなから生活を送っている人は少ないのではないのでしょうか。それくらい私たちは日頃特別に意識することなくコミュニケーションをとっています。コミュニケーションというと、言葉や身振りなどで考えや情報を伝えることであつたり、人と心を通わせること、のように幅広い意味合いがあります。

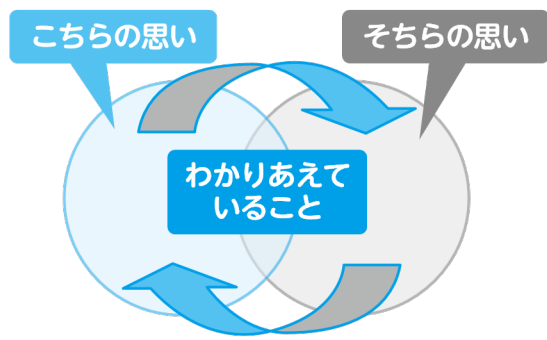
その方法として顔と顔を合わせて話をするのももちろんのこと、手紙でのやりとりや

電話で話しをすること、メールやSNS（ソーシャルネットワークサービス）のようなコミュニケーションツールなど、様々な方法があります。これらは便利なことは間違いないのですが、コミュニケーションの即時性ほど、人と人は「あつという間」に理解し合えたり、わかり合えたりするものではないように思うのです。単なるお知らせや情報ならばそれでもいいかもしれませんが、しかし人がお互いにわかり合うとなると、わかってもらおうとする側も、わがごとしとする側も、「何を伝えたいのか」を時間をかけて共有していくことが大切なのだと思えます。

特に発信と受信が苦手、つまりコミュニケーションが苦手な場合、意識して伝えようとしない、わかり合うことがうまくいかないこともありえます。そのためには伝わりやすいように言葉だけでなく絵を描いたり、箇条書きにしたりして、時間をかけて相手がわかるように、理解できるように工夫を重ねていくことも有効です。一方的に「何度も言っているはずなのに」と伝えていた事実はあるものの、相手に真意や内容が伝わらないということとは、誰でも経験

したことがあるのではないのでしょうか。つまり発信していることと相手に伝わっていることとは限らないのです。受取る側も、相手が何を伝えようとしているのか、理解しようとするのもコミュニケーションをとる上では大切なことです。

どんな相手であろうと、本来は理解してもらおうと、理解しようとするためには、時間と工夫やそのための労力がいるのです。あまりに便利になつてしまった今、私たちはそのことをつい忘れがちになつていないでしょうか。どこかで立ち止まって、「わかり合う」ということに気持ちを持ってみてほしいかもしれません。



植物園だより

季節の植物①

ノハナショウブ

北海道から九州の山地の湿った草原などに生える多年草です。赤紫色の花は上旬から中旬に見頃を迎えます。



ノハナショウブ

季節の植物②

アカバナシモツケソウ

本州（関東地方北部、長野・山梨県）の草原などに生える多年草です。淡い紅色の花は中旬から下旬に見頃を迎えます。



アカバナシモツケソウ

◎植物観察会のお知らせ

郷土の植物を観察しよう

とき 7月10日(日)、24日(日)
10時30分から
11時30分まで

講師 植物園園長

内容 植物園が植栽する軽井沢に特徴的な植物等紹介します。

参加料 入園料のみ

*申し込み不要

*天候状況等により時間の短縮や観察会を中止にする場合があります。

●花ごよみ

上旬

アマチャ、ウスベニトリアシショウマ、カキラン、マンゼンカラマツ、ヤナギラン、ユクノキ

中旬

イブキジャコウソウ、イワタバコ、カライトソウ、キキョウ、ハチミツソウ、モウセンゴケ

下旬

エゾオオヤマハコベ、オトギリソウ、コオニユリ、トモエソウ、マツムシソウ、ヤマユリ

入園料

小学生以上
1人1回100円
(展示館入館料含む)

【問い合わせ】

植物園 ☎4833337