



言いたいことを
言いつつ言わない？

「これ言ったら、どう思われるだろう」、私たちはコミュニケーションの中で、ふとこう考える瞬間があります。受け取る相手の「受け取り方」を考えてそう思う時と、言った自分に対して相手がどう思うか気になる時と、また自分が言ったことで起こり得ることを予想し過ぎてしまうなど、様々なシチュエーションが想定されます。

自分の考えていること、思っていること、感じていることなど、「自分の内にあるものを外に出す」、ということとは、生活をしていくうえで、とても大事なことです。その方法が得意な人もいられないように、性格的にいかなうまいかいない人もいられないように、感情任せになりがちなのもあるでしょう。イメージを逃しがちな人など、

いろんな人がいます。いろんな人がいるからこそ、立場が違ったり理念が違ったりすること、言いやすかったり、言にくいことも生じてくるでしょう。また、同じ内容や出来事だったとしても、一緒に扱うことが難しいこともでてくるでしょう。

ただ、頭の片隅に置いておきたいことは、どんな場合でも誰であっても、その人の内にあるものを外に出せなくしておく、ということ。言えない（出せない）ような雰囲気をつくる、言った（出した）ことに対してバッシングをする、「怒らないから正直に言つて」と言いつつ怒つてしまつ、言ったこと（出したこと）に対してすぐに批判するような内容を返してしまつなど、様々な考え方や価値観があるのは当然のこととしても、私たちはついつつかり時には無意識的に「言えない（出せない）シチュエーション」を作つてしまつていくことがあるのです。こうなつてくると、表すことの得意・不得意に関わらず、表せない（言えない・出せない）雰囲気が強くなつてしまいます。

「これ言ったら、どう思われるだろう」、そう思うことは自然なこと。なんでも

かんでも言えればいい、というわけではありませんが、自分の意見をしっかりと表すことは大切なことです。また、強い意志で問題提起をしていくことも大事なことです。とはいえ、一方で、言いたくても言えない人がいること、「言わせない」「出せない」状況から抜け出せない人がいるということも心にとめておかなければなりません。

私たちは「対話」をするために、一人ひとりが表すと同時に聞き取り手であり受け取る側でもあるのです。表す力と同じように聞き取る・受け取る力もバランスよく持つていたいものです。そして、表すのが苦手な人が安心して「対話」することができるように、心がけておきたいものですね。

過去の『こころらぼ』は、町ホームページからご覧になれます。

令和3年9月号の「相談すること」もご参照ください。

中央公民館講座案内

【申し込み・問い合わせ】 中央公民館 ☎45-8446

対象者	町内在住者または在勤者 ※受講希望者が5名以内のときは、開講しない場合があります。
申し込み	9月1日(木)8時30分より、中央公民館窓口または電話で申し込んでください。 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止になる場合があります。
費用	材料費・テキスト代 ※初日に集金します。 ※欠席・途中キャンセル時は払い戻ししません。

●スマートフォン・タブレット教室 基本編 定員：6名	
とき	10月5日・12日・19日(全3回) 水曜日 10時～12時
費用	テキスト代 1,100円
持ち物	スマートフォンまたはタブレット、充電器、筆記用具、スリッパ
講師	西原 恭子先生

●健康づくりのための太極拳講座 定員：10名	
とき	10月8日・29日・11月12日・26日・12月3日・10日・令和5年1月21日・28日・2月4日・11日(全10回) 土曜日 10時～11時30分
持ち物	運動しやすい服装、運動靴
講師	軽井沢武術太極拳クラブ

特別企画展「正宗白鳥展 ～拝啓 正宗様～
白鳥に宛てた書簡を中心に」開催中