

講演会「きくことはプレゼント」に寄せて

講師：有田モト子氏（臨床心理士・横浜いのちの電話スーパーバイザー）

著者：敷島真也

2025年10月18日。秋の晴れた土曜日の午後。四谷の岐部ホールで行われた講演会「きくことはプレゼント」に参加しました。講師は横浜いのちの電話でスーパーバイザーをされている有田モト子先生です。

受付開始時間を待って会場に着くと、教室を2つつなげたほどの岐部ホールは、すでに多くの人で賑わっていました。講演会は2部構成で、1時間ほどの講演のあと、グループに分かれた実技もありました。

講演会で印象に残ったのは、「共感とはあたかも相手の立場に置かれたかの如く感じる」という言葉でした。もちろん、他の人の気持ちを自分と同じように感じることはできません。それでもなお、相手の立場を慮り、表情や口調からその人の背景にあるものを汲みとろうとすること。それが「きくことはプレゼント」なのだと思います。

相手が発する言葉には言語的メッセージと非言語的メッセージの2種類があるそうです。前者は社会的メッセージとも呼ばれ、ややもすると、クライアントが自身に言い聞かせる言葉かもしれません。非言語的メッセージは心理的メッセージとも呼ばれ、本音はこちらに現れます。口調や表情といった心理的メッセージに着目して、相手の立場に置かれたかの如く感じる事が大切です。・・・耳の痛い話だな、と思いながら聴いていると、実際、スーパービジョンのとき、専門家でもあいづちを打てなくなってしまうケースがあることが紹介されました。そして、そのようなときは、「少しでも心が楽になるときはありますか」というように例外を探すという実践的なアプローチも紹介されました。

1時間ほどの講演会は、

- ・課題を抱えている人が解決の手立てを持っている
- ・受容と問いかけを組み合わせながら、その人の気づきや変化を促し、可能性を引き出す姿勢が大切

というメッセージで締めくくられたように思います。

スピリチュアルケアとは、人生の痛みや悲しみに向き合い、一人ひとりが自分らしく生きられるサポートをすることです。そして、老いや病、死別などを通じて誰もがスピリチュア

ルペインの当事者でもあります。そのことを考えたとき「共感とはあたかも相手の立場に置かれたかの如く感じる」という言葉に、一人ひとりが自身の痛みとして向き合わなければならない人生の厳しさのなかで、ともに歩む可能性を感じることであった講演会でした。