

特別講座

僕たちの
話の聴き方について

与古田 透龍

この動画をご覧いただく前に

- ・集中してご覧いただくために、他の作業などを中断してご覧ください。
- ・途中で中断することなく、全編通してご覧いただくようお願いいたします。
- ・途中メモを取る必要はありません。まずは僕の話と僕の見解としてよくお聞きください。

この動画のゴール

お互いの意見の違いを認め合う
対話を通して、
共生共存の社会をつくること。

・ この動画の全体像

- ・ 僕たちはどう話を聞いている？
- ・ 人が言葉を覚える過程
- ・ 頭の言葉と心の言葉
- ・ 反応とは？
- ・ 解釈、判断とは？
- ・ 傾聴のためのたった一つのポイント
- ・ 自分と相手の言葉を分ける
- ・ 相手の解釈判断を聴く
- ・ 相手の反応を見る
- ・ 本当の共感コミュニケーションとは？

・僕たちはどう話を聞いてる？



言葉



・僕たちはどう話を聞いてる？

Aさんの
頭の中の
物語

言葉

Bさんの
頭の中の
物語

物語はどこからくるのか？

・ 人が言葉を覚える過程

① 自他の区別

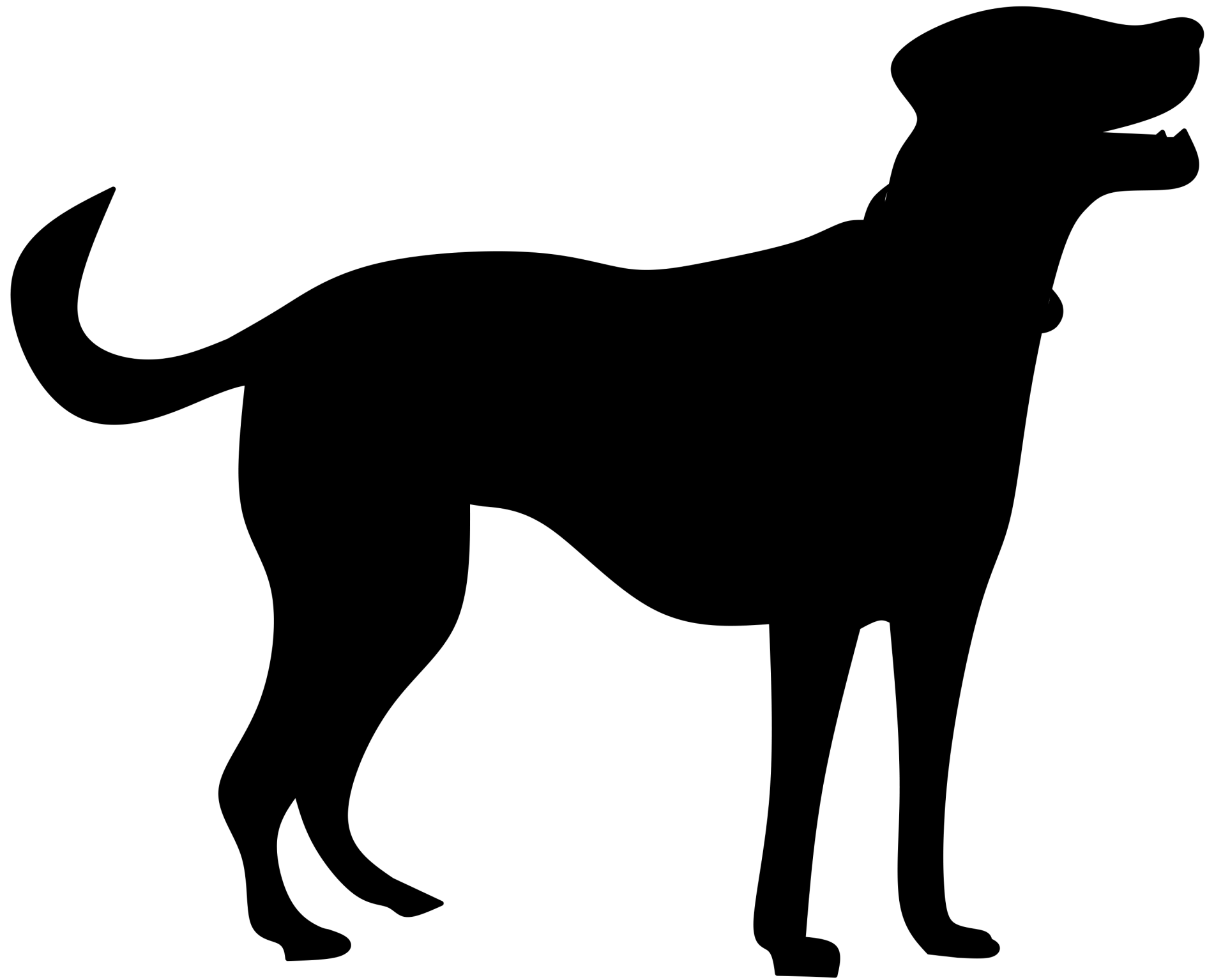
② 意味づけ

③ 他への適合

・ 頭の言葉と心の言葉

- ・ 身口意について
身＝身体、五感
口＝口語、言葉
意＝人の意、心
- ・ 事実と解釈を分ける
- ・ 認知の4点セット

(出来事に対する「意見」「感情」「過去の経験体験」「価値観」を区別すること)



・ 反応とは？

言葉への意味づけに対しての
身口意それぞれの動き

・ 解釈、判断とは？

- ・ 意味づけが複数重なり合うことが解釈
- ・ 複数の解釈をまとめ、一つの判断を下す
- ・ 判断と解釈を繰り返し、
人は物事を選択し、行動する

・僕たちはどう話を聞いている？

Aさんの
頭の中の
物語

言葉

Bさんの
頭の中の
物語

物語はどこからくるのか？

- ・ 傾聴のためのたった一つのポイント

- ・ 相手の言葉を相手の言葉として聞く。
- ・ 相手には相手の言葉の意味づけ、そして反応解釈判断がある。

- ・ 自分と相手の言葉を分ける

自分の言葉の反応解釈判断と
相手の言葉の反応解釈判断は
違うかもしれない。

・ 相手の解釈判断を聴く

相手は何をどのように解釈し、
何をどのように判断しているのか？
事実と解釈を分けて聞く。
解釈を解釈として、判断を判断として聴く。
反応は何か？

・ 相手の反応を見る

言葉に対する反応を見つけていく。

何に反応しているのか？

反応を見れば、感情が見えてくる。

ただし、自分の物語で決めつけないこと。

• 本当の共感コミュニケーションとは？

共感と同情の違い。

自分の価値観や言葉の反応解釈判断と
相手が同じとしているうちは同情でしかない。

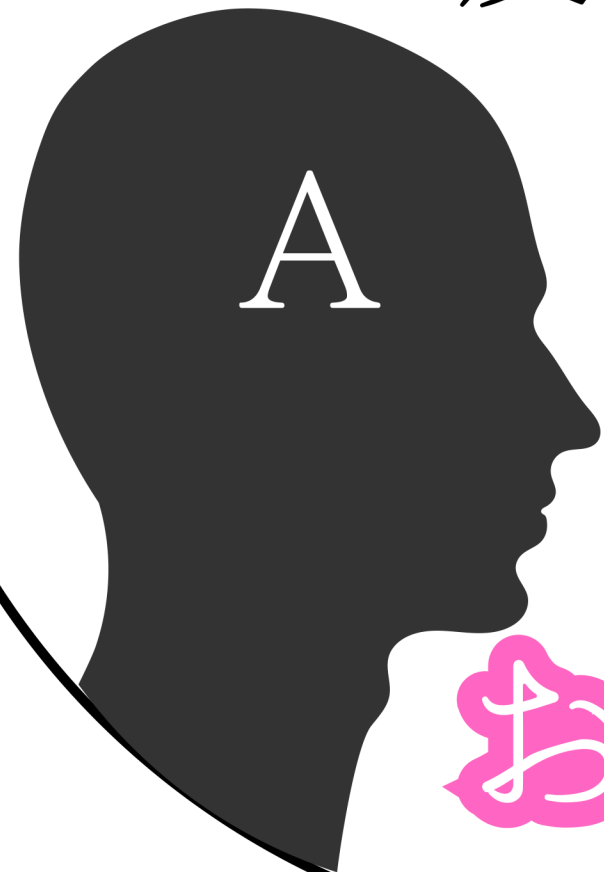
違いを認め合うこと。

その先に共感がある。

相手の言葉を相手の言葉のまま聞く。

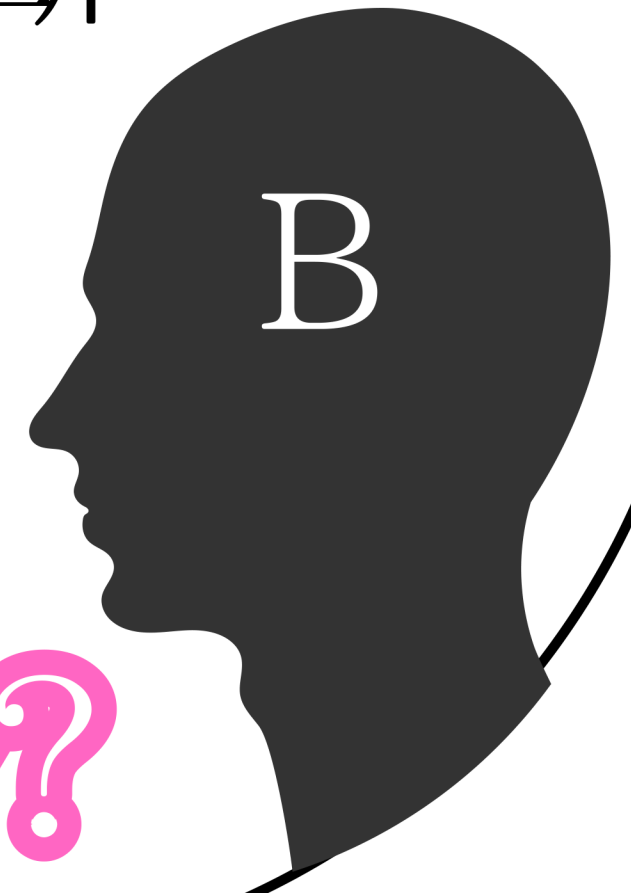
・僕たちはどう話を聞いてる？

Aさんの
反応解釈判断



言葉

Bさんの
反応解釈判断



お互いの違いを認め合えるか？

・ 最後に、、、

- ・ まず大事なことは、自分を知らること
- ・ 自分の反応解釈判断が何なのか？
- ・ どんな体験経験が反応を作り出しているのか？
- ・ 自分の構造仕組み特徴をよく知ることが、
相手の話を聞くための第一歩だということ