

## 2月のコラム

### ～歳重ねてこそ伝えるられること～

凍えるような寒さは続かないまま 2 月に入り、日の入りも少しずつ遅くなってきました。梅だよりもチラホラ。あっと言う間の一日の積み重ねでも季節は確実に巡りますね。

先日産業カウンセラー協会の研修で、アサーティブコミュニケーションの研修に参加しました。アサーションは、元々アメリカ社会において、一人の人間として十分に自己表現をすることを許容されていなかった人々（黒人や女性等）の基本的人権をめぐる運動が背景にあったとされています。その後、相互尊重の表現方法としてカウンセリングに生かされ、最近では、企業研修でも取り入れられているのでご存知の方も多いと思います。私もハラスメント防止や職場の活性化、人間関係作り等の研修をさせていただくときに取り入れています。

でも、今月のコラムの内容はアサーションではありません。今回の研修講師は、産業カウンセラー協会の立ち上げにも関わられ、たくさんの著書も出されている渋谷武子先生。御年 80 歳！とお聞きして正直ちょっと心配に・・・「もう頼りなくなってきたからね」と前置きされた上での講義。「あらごめんなさい。なんだったかしら？」と出てこないことはもままあります。時々脱線もします。でもそのフォローの仕方やし話し方、動きがとってもチャーミング。えっ！そこもう少し聞きたいと心の中でツッコミを入れるもいつの間にか先生の魅力のとりこになってしまいました。

長年携わってこられた専門分野での知識・見識の深さ、たくさんの経験と学びで身につけてこられたことが全て先生の中で熟し、溶け込み、存在している。私達に伝えたいことがどんどん溢れ出てくる。そんな風に感じました。また、なにげなく話されるその一言一言が、人というものへの愛おしさに溢れ、ご自身の老いを素直に受け入れておられるかのようなお姿がとても自然なのです。

歳をとると記憶力、集中力、機敏性などは誰でも衰えてきます。いつまでも同じようにはできません。私自身仕事の引き際を考えることもたまにあります。さてどうするか？渋谷先生に出会ったことで選択肢に大きなヒントをいただきました。

新しい法律や判例を覚えることが大変になり、以前は一度で頭に入ったことを何度も調べ直したりすることが増えてきています。日々更新される審議会や通達等の資料を多量に読み 理解し、伝えることはそういつまでもできそうにありません。でも、学び続ける中で蓄積され、混ぜ合わされて身についたことは、懐の深さや考え方の幅になる。新しいことでなくても人の役に立つことを伝えられるかもしれない。講義内容とは別に大きな勇気をもらった一日でした。

2020年2月 水田かほる