



並木中等story

令和2年4月21日号

分かった，納得とはどんな時？

今回も，休校で自宅学習をしている生徒の皆さんに伝えたいと思ったことを掲載しました。

皆さんは兄弟姉妹，友達に話をして，“分かってもらえたような，もらえないような”という中途半端は気分になったことはありませんか。“Aさんは分かったと言ってくれたが，怒った顔をしている”“やればいいんですよと嫌な言い方をされた”このような時です。

どうしてこのようなことが起こるのか。これは知識での理解と感情（心）での理解が異なるからと教えていただきました。頭では受け入れているが，感情（心）では受け入れられない。そのため，行動に移らなかったり，嫌な態度をとるというわけです。頭と心で分かった時に納得となるそうです。人間とはなかなか難しいものです。「Bさんが言うなら聞くけど，Cさんが言うなら聞かない。」このような例も感情では受け入れられないために起こるのだそうです。



ではどうするか。理論（正論）だけを伝えるのではなく，相手の気持ちを配慮した言葉を入れられると状況は異なるそうです。あなたの気持ちも分かってますというメッセージを入れるのです。

実はこの言葉かけのトレーニングもあるのです。「アサーショントレーニング」と言います。興味のある人は調べてみてください。

若葉が芽吹き始めた
並木中等教育学校前の東大通り