

人に寄り添うということ

人は悲しいことがあったとき、心配なことがあったとき、腹が立ったときなど、誰かに聞いてもらうことでイライラした気持ちが静まったり、乱れた心の中が整理できたりするって経験は誰しもあるのではないだろうか？

私は人権センターで相談事業を担ってきたが、日々感じていたのは『聞く』ことの難しさである。ただ、『聞く』といっても相談者に感情移入しすぎたり、相手の思いに寄り添って話しやすい雰囲気を作るのも意外に難しい。

『もやもやした胸の内を誰かに聞いてもらいたい。受け入れてもらいたい』というのは多かれ少なかれ誰もが持っている感情なのだろうから。

相談を受ける側の心構えとして一番大切だと思うのは『じっくり相手の話を聞く』ということ。『傾聴』することで具体的に何か解決したり、物事が前進したりしないかもしれない。だけど人と人との間に温かい**つながり**が生まれ、相手の気持ちに寄り添うことで苦しさや辛さが和らいでくれたらと願う。

相談援助を行う私たち職員としては、時に苦しみや悲しみを抱えている人にとって、私たちの存在が大きな支えやエネルギーとなれるようサポートしていきたいと常々思っている。

果たして自分自身が求められる存在に近づけていたのか？自信なんて全然無いけど、ここ交流館が少しでも相談者の心の拠り所となつて欲しい。

ここで私のコラム更新は終わりを迎える。これまでの他愛のない【おばちゃんのつぶやき】に目を通してくれて感謝の気持ちでいっぱいだ。

最後に一言・・・みんなに幸あれ！！

PN.おばちゃんのつぶやき