Last Piece

～コミュニケーションの答え～

Vol.2：孤独からの解放

良いコミュニケーションの基本

- 良いコミュニケーションの基本は“相手本位”
- …？？？
- 相手本位とは？
  - 話の中心が常に相手であること(…？)
  - 「私の話を聞いて！」という欲求を満たすこと(…？)
  - 「あなたの話に興味がありますよ」という態度を示すこと(…？)
- 多くの人は、この説明だけでは本質の理解にまでは至らない

自分本位

- 人は本質的に孤独な生き物で、孤独解消が根源的欲求であるなら、人は本質的に“自分本位”な生き物だといえる

- このような人の場合、どの辺りが自分本位といえるか？
  - 「私は人に尽くすことが幸せなんです」
  - 「自分はどうなってもいい、この子が無事で元気なら」

- つまり、どうやって自分を満たしているかの問題であって、突き詰めると誰もが自分本位であることがわかる

「本“意”」という考え方

- 「本位」に「本意」という考え方を導入することで理解が立体的になり、より良い人間関係構築の答えに行き着く

- 本位≒優位（に近いニュアンス）
  - 相手本位＝相手を優位に据えるスタンス
  - 自分本位＝自分を優位に据えるスタンス

- 本意≒本心（に近いニュアンス）
  - 相手本意＝相手の本心を尊重するスタンス
  - 自分本意＝自分の本心を尊重するスタンス

ダメなコミュニケーターの特徴

1. 自分本意かつ自分本位（相手の本意は無視）
   - 自分の話したいことばかり話す（自分のニーズ最優先）
   - 「弱い犬ほどよく吠える」

2. 相手本意かつ相手本位（自分の本意は無視）
   - 自分の「意」に蓋をされて、いつも顔色を伺われて、気分は良いものだろうか？
   - 自分の意見を言ってくれないことが果たして相手にとって嬉しいことだろうか？

► これら全て、無意識・無自覚のうちに孤独感を和らげようとする努力

例）一流ホテルのスタッフ

- 自分本意(本心)
  - ゲストに最高の時間を過ごしていただき感動をもたらしたい
  - その上で最高の評価と感謝をいただきたい

の、上の

- 相手本位(優位)
  - 多少のわがままは許されるし、偉そうに振る舞っても問題ない

その結果として

- 相手本意(本心)
  - 堂々と、爽やかに、時に毅然と、良いサービスでもってもてなしてもらいたい

が、達成される

結論その１

- 良いコミュニケーターは
  - 「相手本意」を尊重しながらの
  - 「自分本意」の上の「相手本位」

というスタンスで人と向き合っている

「共有できない」という孤独

- ネガティブ(不安感、恐怖感、焦燥感…)の元凶(本質)は孤独感
- 厄介な問題を他者と「共有できない」ことによる孤独

- 共有できていれば安心
  - 「赤信号、みんなで渡れば怖くない」
  - 年金問題はみんな同じ条件だからなんとなくふわっと過ごせる(孤独感はさほど感じない)

- 個別具体的なケースになればなるほど孤独感は増す

- 人が「個」である以上、孤独の呪縛から逃れることはできない

「物語」について

- 物語の特徴
  - 物語の主人公は、積極的に問題に巻き込まれ、様々な不安や恐怖感や焦燥感に見舞われながら紆余曲折ありつつも最終的にはそれを解決し、理想の結果を手に入れる
  - そこには様々な教訓や気づき、ヒント、アイデアがある
  - 人は物語の前では無意識に無自覚に警戒を解いてしまう(信じやすい)

物語の役割

- 物語は、孤独によるネガティブへの「処方箋」的役割を担っている
- 誰もがネガティブと共に生きている中、我々にとって物語は、「ネガティブの克服」に貢献している
  - 自分自身が持つ感情(喜怒哀楽)や価値観、信念等に対する正当性や不当性、妥当性の確認
  - 問題に対する気づきやヒント、アイデア、可能性等の発見
  - 人の善悪や教育方針、モラルや良識等の見極め
  - 感情移入→共有
- 物語に触れることによって人は、より正しい道を理解し、ネガティブの克服へ向かおうとしている

主人公

- 物語の主人公は誰か？
  - 物語の主人公はメインキャスト
  - 桃太郎の主人公は桃太郎

- 物語の真の主人公は誰か？
  - 物語の「真の」主人公は、聞き手
  - 桃太郎の真の主人公は、桃太郎の話に触れ、それを自分自身の一部にして人生を生きていく聞き手

自分の人生の主人公は自分

- 自分の人生の主人公は自分
  - 現状どんな人生でも自分が主人公であることに変わりはない
  - 誰かの脇役的ポジションで、冴えない人生であっても、主人公であることに変わりはない
  - 自分の命よりも大切な人がいようと主人公であることに変わりはない
  - 「個」として生きている以上自分の人生の主人公は自分しかありえない
- 相手の人生の主人公は相手
  - 自分と同じように、相手は自分の人生を生きている(主人公として生きている)

マスターの視点

- 語り手である相手は物語の「主人公」
- それに触れる自分は「真の主人公」

- この視点(立ち位置)があるからこそ
  - 相手の本意(本心)と自分の本意(本心)を犠牲にせずに
  - その上で
  - 相手本位(優位)でコミュニケーションを取る

  これが自然と達成される

結論その２

- 孤独から逃げることしか考えていないのがダメなコミュニケーター
  - 主人公でありながら主人公になりきれていない人々
- 孤独から逃がしてあげるのが優秀なコミュニケーター
  - リーダー(導く者)
  - 相手本位(優位)でありつつも、イニシアチブは「自然と」こちら側
- マスターコミュニケーターには、
  - 「孤独に負けない強さ」

  が求められる

まとめ

- マスターコミュニケーターとは
  - 相手の孤独に寄り添いながら、
  - 相手を物語の語り手(主人公)として尊重しつつ、
  - 聞き手である自分自身は真の主人公だと自覚した

- イニシアチブを取り、人を導くリーダーである