

道 -ROAD-

大阪学芸中等教育学校
校長室だより

イエス(yes)バット(but)法

今週に入り朝夕は涼しくなり、少しはしのぎやすくなりましたが、日中はまだまだ残暑が続いています。季節の変わり目というのは体調を崩しやすいので、自身の健康管理をしっかり行ってください。そして、新型コロナウイルスの感染予防も引き続きお願いします。

「パラリンピックの父」と呼ばれるイギリスの医師グッドマン博士が、次の言葉を残しました。

“失ったものを数えるな、残されたものを最大限に生かせ Don't count what you have lost. Make the most of what is left.” という言葉でパラリンピックの理念を表しています。

第2次世界大戦後、1948年7月にロンドン五輪が行われました。その開会式の日、グッドマン博士は病院内で車いすのスポーツ大会を開きました。参加者16人、競技はアーチェリーのみ。これがパラリンピックの原点となりました。ちなみに来年に延期された東京パラリンピックは、コロナ禍がなければ、約4400人が22競技540種目を繰り広げることになっていました。

前述の言葉は、障害者スポーツの文脈でいわれた言葉ですから、「失われたもの」とは本来、身体機能のことを指したわけです。これが、新型コロナウイルスの世界的流行により、行動が制約され、今年あるはずだったオリンピック、パラリンピックを含め多くのものが失われた今、より広い意味で解釈され、人々の指針となっています。 私たちも、3月から5月にかけて学校が臨時休業になり、多くのものを失いました。しかし、いくら失ったものを数えても、過去を変えることはできません。残されたものを最大限生かして、これから取り返すことを考えるべきです。

来週の26日(土)には、規模を縮小し時間短縮して「体育祭」を開催します。また、中間考査後の10月14日(水)に遠足を予定しています。何かと制約の多い中での実施ですが、思い出に残る行事になることを願いたいと思います。

話は変わりますが、人とのコミュニケーションを取る話法として「**イエス・バット法**」があります。始業式で、「大きな耳」「小さな口」「優しい目」という話をしましたが、その続きとを考えてください。「イエス・バット法」とは、**相手の意見をいったん「そうですね(yes)」と肯定してから、「しかし(but)」と自分の意見を伝える話し方**を言います。簡単な例を挙げると「はい、あなたの意見ももっともです。しかし、私はこのように考えるのです。」ということです。人はみんなから尊敬されたい、認められたいと思っています。だから、肯定的な言葉遣いをされると心が満たされますが、否定的な言葉づかいをされると落ち込むだけでなく関係が悪くなるのです。

皆さんが友人から「土曜日、一緒に遊びにいかないか」と誘われたとします。この時、いきなり「だめ」と言ってしまうと相手は「嫌われているのかな」と思ってしまいます。さらに「何という奴だ」と恨みを買うことにもなります。このような時に使うのが「イエス・バット法」です。まずは、イエスで答えます。具体的には「誘ってくれてありがとう」と言います。そのあと、「でも、残念ながら、土曜日は家で用事があるから、ごめんね」と言えば相手はそんなに嫌な思いはしません。

このように言い方一つで相手のあなたへの印象が大きく変わるものです。この「イエス・バット法」にあるのは、相手への感謝の心です。自分のことを先に考えるのではなく、相手のことを考え、わざわざ声をかけてくれたことにまず感謝の意思を伝えることが大切だということを教えてくれています。このように言葉の使い方は大変、重要です。特に人と人とのつながりの中でしか生きていくことのできない私たち人間にとっては、その関係をより良い方に持っていくのも、皆さんの言葉遣い一つにかかっていると云えるのではないのでしょうか。