

セカンドらいる

夫婦間での反応型応答と確認型応答の対話例

対話法研究所 浅野良雄所長作成

ケース1

妻 「今日は、帰り、何時ごろ？」

夫 「何時だっていいじゃないか」……………好感を持たれない反応型応答
「いつもと同じだよ」……………普通の反応型応答
「8時ごろになると思うよ」……………比較的好感を持たれる反応型応答
「今日は、早く帰ってきてもらいたいだね」……………確認型応答
「今日は、何かあるのかい」……………確認型応答

ケース2

妻 「今度の休みに、一緒に買い物に行ってもらいたいんだけど…」

夫 「先週も一緒に行ったじゃないか」……………好感を持たれない反応型応答
「今度の休みは、ちょっと難しいな」……………普通の反応型応答
「うん、いいよ」……………好感を持たれる反応型応答
「何か手伝ってほしいんだね」……………確認型応答
「何か大きなものでも買いに行くのかい」……………確認型応答

「会話は相手も分かっていると思って、言葉を省略しがち。夫婦ならなおさら。それで誤解が生まれて話がズレ、「ちゃんと聞いていない」と言い合いになったりする」

浅野さんは話し手のあいまいな言い方や聞き手の思い違いなどが、会話トラブルの大きな要因だと指摘する。特に「相手も分かっている」との夫婦間の思い込みは、落とし穴になるようだ。

夫婦でも相手を思いやった会話は案外難しいもの。ちょっとした話し方で険悪な雰囲気にもなる。昭和大講師で、群馬県桐生市の対話法研究所の浅野良雄所長(56)は、そんな会話のトラブルを防ぐ「対話法」を提案している。

達人に聞く夫婦の会話術

対話法研究所主催の会話講習会で対話のコツについて話す浅野良雄さん(中央奥、円内も)
=東京都文京区で



「確認」織り交ぜスムーズに

確かに「あのこと」「あれは」といった抽象的な言葉も会話で使いがちだ。なおさうり、正確に意図を伝えたり、理解するのは難しい。

浅野さんは一九九四年以来、カウンセリングなどを基にトラブルを防ぐ会話術を研究、「対話法」を考案した。

その原則は「自分の考えや気持ちを言う前に、相手が言いたいことの要点を、相手に言葉で確かめる」。誤解を防ぐため、相手の発言について、自分の理解や推測が正しいかを確認する。

この要点を相手に確かめる応答を「確認型応答」、そのほかの自分の意見や判断を言ったり、質問したりする一般的な応答を「反応型応答」と区別する。

別表の例示では、〈妻の「今日は、帰り、何時ごろ？」〉。朝にありがちな会話だ。妻が単純に帰宅時間を知りたい場合もあれば、帰宅後に相談事がある場合もある。だが、妻の言葉だけでは、夫は真意が分からない。「確認型応答」であれば、妻は相談事があれば話しやすくなる。

「仮に相手の言いたいことと、推測したことが違ってても、相手の思いや意見に配慮して、分かってほしいという気持ちが伝わって、相手に心理的な安心感や信頼感が生まれる」と解説する。

確認型応答は具体的に「……ですね」「……ということをお願いしたいのですね」などの語尾になるように話して、

実際に対話法は、医療現場や高齢者福祉の現場で、患者や利用者との間で、誤解を防ぎ、スムーズに会話をするために利用されつつある。対話法を教える講習会も各地で開いている。

さらに、確認型応答は誤

ただ、相手からの相談事の場合、「相手が話したいことを話し、気持ちを和らげてもらうには、意識して確認型応答を多くして会話すると、相手も話し続けやすい」と話す。

会話がうまくいかないと、夫婦でも関係が悪くなることもある。浅野さんは「相手を思いやる確認型応答は、夫婦の信頼関係をしっかりとつなぐことにつながる」と実践を呼び掛けている。