

その一つが、東関東支部での傾聴ボランティア活動です。柏市内の高齢者施設に伺って、施設利用者の方々のお話を聴きます。高齢の方、中には認知症の方もいて、同じ話を何度も繰り返し返すということがあります。それはその方にとって、とても印象深いこと、楽しかったことなのです。

お一人の方のお話を聴くのは1回施設に伺って30分から1時間程度。じっくり、とは言えない時間ですが、楽しそうに話していただけると、こちら嬉し気分になります。施設スタッフの方から、「こんなに自分の話を聞いてもらえたのは久しぶりだったと〇〇さんが喜んでいましたよ」と言われるようになってき



ました。

見方を変えると、傾聴ボランティアは施設スタッフの方の役にも立っています。デイケアにせよ宿泊にせよ、介護施設のスタッフは少なく、やるのがたくさんあります。利用者向けのイベント、食事のケア、お茶、入浴介助などなど。スタッフの方に「私たちが助かるんですよ」と言っていたときには、目からうろこが落ちたような気分でした。

「傾聴」については、会社経由で参加した東日本大震災被災地での傾聴ボランティアで、とても印象深いことがありました。仮設住宅で料理教室を開き、被災者の方に参加してもらってお話を伺う、というものです。その方は、私より年齢は若干上、仲のよさそうな近所の女性グループで参加していました。グループの方々とも談笑していて、明るい方、元気な方、というのが最初の印象でした。次にグループと離れて1対1でお話を聞いた時、途中から涙を流され、堰を切ったように、それまで話さなかった、苦しいこと、つらいこと、寂しいことを話してくださいました。ご近所のグループでは言えないのだとも。

ひとしきり話したあと、その方は「言えてよかった」とおっしゃって帰って行かれました。多少なりともその方の気持ちに寄り添うことができたのかどうか。自分なりに、「傾聴」とはこういうことなのか、と思えた出来事でした。

## これからの取り組みへの思い

ようやく、相手の方に寄り添ってお話を聴くということが実感として感じられるようになってきました。この実感を踏まえて、これから産業カウンセラーという資格をどう生かすのか、模索していきたいと思っています。

## 余談

ここからは余談ですが、私は趣味でラリーをしています。草の根モータースポーツは個人競技であることが多いのですが、ラリーに限ってはチームプレーです。ドライバーは文字通り運転手。そしてラリーの特徴である、コ・ドライバー。以前流行ったゲーム「セガラリー」などでご存知の方もいると思いますが、助手席で地図とペースノートを読むのが仕事です。ペースノートというのは聞きなれない言葉だと思いますが、見通しの悪い山の中で、道が何メートル先で左右どちらに曲がっているのか、どのくらいの深さで曲がっているのか、道の状況はどうなっているかを書いたもので、ドライバーは道を見て走るというより、ペースノートを聞いて走ります。ラリーはドライバーとコ・ドライバーが、お互いを信頼して、そして自分のできる最大のパフォーマンスを発揮した時に成り立つのです。仕事の中の間関係もそんな風に来たらいいのに、と思いつつ日々を過ごしています。