

シャイン 078号

与えられたきっかけと勇気

河合 富美さん

団体名：傾聴ボランティア楽ハート

役職：代表

資格等：産業カウンセラー



【受講のきっかけ】

傾聴？ 日常会話ではない？心に寄り添う？
知っておかなくてはダメでしょう！
ではどこで勉強できるの？
ついに、日本産業カウンセラー協会を知ることとなります。そして、2020年度秋開講6か月コース柏教室に足を踏み入れます。ご指導いただいた実技指導者の方々と産業カウンセラーを目指す16名の仲間達との出会いでした。

【資格取得後の活動状況】

養成講座での信頼関係と絆は、強く私の心に残り続いています。私は、仲間の皆さんに励まされ、力をいただき、乗り越えることができました。
資格取得から1年後、傾聴ボランティア団体を立ち上げることになります。せっかく身に付けた傾聴力をくすぶらせたくないという思いと、それ以上に「傾聴」の魅力に取りつかれていたのかもしれません。現在に至るまで、苦しいこともありましたが、不思議と充実感と高揚感が上回っていました。多くの方々と出会い、力を貸していただいています。あまりにも嬉しく、感謝の気持ちでいっぱいになり、思わず涙することも度々あります。
こうして立ち上がった団体の活動目的は、傾聴セミナー等を通して傾聴を知っていただくことと、傾聴メンバーのスキルアップ、そして傾聴に触れたことで“こころを楽しく、こころを楽に”、そんな方々が増えることです。

そんな方々が増えたら、きっとご自分の周りの様子に変化があると信じて活動しています。お話を聴かせていただくと、「こんな話をしてごめんなさい」という方々がいらっしゃいます。そんな時、私たちは、「大切なお話を聴かせていただいてありがとうございます。とても嬉しく思います」とお声掛けをしています。メンバーからも、私に「とても良い時間だったの。お話の内容が私に響いたのよ。」という報告があります。その表情はとても穏やかで満ち足りています。

利用者の方々と私たちは常に対等であり、心と心が共鳴し合った時、とてつもなく素晴らしいことが起きると感じています。もちろん全てにおいての結果ではありません。でも後になって、私たちと共有した時間を思い出していただくことがあったら、それで良いのではないかと考えています。楽にお話が聴けるようになって自分を責めることのない傾聴をすること、そして長く活動を続けていくことをメンバーと共有しています。傾聴は、まず自分を認めて幸せになることから始まると感じています。

産業カウンセラー資格取得から起きた私の変化は想像することができなかったほどの大きな展開となりました。

今までを振り返り、勇気を出して行動した自分を認め、今後につなげたいと思います。「自分の幸せのために勇気を出す」という言葉が大好きになりました。