

## 信頼、できていますか？

まぐまぐ殿堂入り・日刊メールマガジン  
「今日のフォーカスチェンジ」第2155号  
(2009年9月22日発行)より

先日、あるところで、異年齢ワークショップをさせていただきました。  
下は小学1年生から、上は、60代のかたまで参加してくださいました。

その、小学1年生の男の子は、6年生のお兄ちゃんと一緒でした。  
お母さんも来ていたのですが、ワークには参加せず、椅子に座って、みんなのようすを見えています。  
参加してもいいんだけどな...とは思いましたが、私のワークでは、そのひとがやりたいことを尊重するので、とくに何も言わずにすすめました。

でも、ワークをすすめるうちに、だんだんあることに気づきました。  
できるだけ、だれでもが無理なく参加できるようなワークを組み立てますが、ときには、小学1年生には、ちょっと

むずかしいかなと思えるものも出てきます。そんなとき、お母さんがそっと出てきて、その子がその場に入れるように、サポートしているのです。それも、その子の自主性を最大限に尊重しつつも、ワークの流れをこわさないように、配慮しているのです。

ワークがすすむにつれて、参加者が、どンドンリラックスしてきます。なかに、20代くらいとおぼしき男の子たちが、その子に、とても目をかけてくれました。まるで、親戚のお兄ちゃんともいようなかのように(笑)、その子をサポートしてくれるのです。

その子も、すっかり気持ちが解放されて、今日はじめて会ったばかりのお兄ちゃんに、甘えるように身をあずけています。実際、ひざの上で、飛び跳ねたりさえしていたのです。

そんなとき、お母さんは、遠慮したり、恐縮したりしすぎることなく、椅子に座って、にこにここと、そのようすを見えています。その子がどうするかを、信頼して見守っているのです。今日初め

てあったばかりのお兄ちゃんにも、同じ信頼を寄せているのです。

見ていて、実に気持ちのいい距離でした。囲いこみすぎず、かといって、放任しすぎず、この絶妙のかかわりかたは、ある意味、達人級だなあと、こころのなかで、感心してしまいました。

おそらく、こうした場に出るのも、初めてではないのでしょう。ひとは、体験を重ねることしか、自分をみがくことはできませんから。じれったい思いや、はらはらする思いも、体験したうえで、いまのお母さんのかかわりかたがあるのでしょう。

ちなみに、6年生の、その子のお兄ちゃんは、すぐに、みんなの輪のなかに溶けこみ、弟にかまわず、存分にワークを楽しんでいました。

でも、弟がやってくると、これも、けっしてこばまず、背中に飛び乗ってくる弟を、そのままぶら下げながら(笑)、ワークを楽しんでいました。

その、すてきな親子を見ながら、私は、

こころのなかで思っていました。

信頼してあげれば、ひとは、安心するんだな。安心すれば、ひとは、安定するのだな。安定すれば、そのまま、手放せるのだな、と。

ああ。親子にかぎらず、そんな人間関係をつくっていききたい...。  
あらためて思ったひとときなのでした。

さて。あなたのまわりの人間関係はどうですか？ 信頼、できていますか？ 安心、できていますか？ 手放して、見つめることができますか？

まずは、あなたが信頼を注いであげること。たぶん、すべてはそこから始まるのだと思いますよ。

●日刊メールマガジン「今日のフォーカスチェンジ」(かめおかゆみこ編集・発行)は、2003年11月1日創刊。2009年4月、2000号達成。3秒で読める携帯版もあり。無料講読は「かめわざ快心塾」から♪

<http://kamewaza.com/>