

エピソード10

～たったそれだけのこと～

50代 中学校 男性

授業が終わった教室で、教卓にはおづえをついていると、そっと私の後ろに回った生徒が肩もみをしてくれました。うれしかった。たったそれだけのことです。

交流分析(AT)と言う臨床心理学の分野では、ストロークという言い方をしますが、「相手とのつながりを確認できる行為」の意味です。そしてこのストロークが人には絶対に不可欠です。

朝起きたときの「おはよう」のあいさつ交換から、別れるときの「また明日」のあいさつまで、あいさつは相手との交流を確かめる重要なツールとして機能しています。これがストロークです。そしてそのストロークには言葉によらないものもあります。温かい眼差し、うなずき合う仕草、ときに、言葉によらない仕草の方が心に染みこむストロークとなることがあります。

「心に染みわたる」ストローク。人はストローク無しでは元気に生きていけません、それでいてストロークが多すぎて困ることは何もありません。おもしろいものです。

ですから、さりげない肩もみも、とても効果的なストロークです。スキンシップと言って良いのでしょうかこの先生をととても喜ばせたのですね。10本のメール交換より、一回の肩もみの方がうれしいことだってあるのです。