

年が改まりました。リ・スタートにふさわしい時です。新年を機に、生徒の皆さんそれぞれの生活の中で変化を試みる良い機会と考え、人間関係における「共感」と「敬意」について話します。

まず、「共感」について、次の状況を想像してください。あなたの足元には深い井戸があり、その底には出られなくて困っている人が見えます。地上にいるあなたは、深い井戸の底にいて困っている人のことをどのように表現しますか。A：「深い井戸の底で困っている人がいる。」B：「高い壁に囲まれて困っている人がいる。」この二つの表現に、どんな違いを感じますか。Aは、自分の視点から相手を見た表現です。Bは、相手の見ていることや感じていること、つまり相手の視点を想像した表現です。Bは、あたかもその人が感じているように想像して感じる感じ方で、これを「共感」と言います。高校生の皆さんは、共感する力を持っている方がいいと思います。ただし、度が過ぎると、共感することに疲れたり消耗したり時に傷付いたりしてしまう、いわゆる共感疲労に陥ってしまうこともありますので注意が必要です。私は皆さんに、共感しないのではなく、共感しすぎるのでもなく、どちらもできる柔軟性を持った人を目指してほしいと願っています。

次に、「敬意」について話します。人との関わりには、敬意のある関係と敬意のない関係があります。敬意がないと、見下したり、雑に接したり、誹謗中傷したり、論破したりというような関係になりやすいです。ひどくなると、あっという間に言葉の暴力やハラスメントやいじめにまで発展します。また、敬意のない関係の中に長くいると、不安や嫌悪を感じるようになります。一方、敬意があると、思い遣りや優しさのある関係が築かれます。敬意のある関係の中では、大事にされている感覚や安心を感じることができ、安定した関係を保つことができます。私は皆さんに、敬意のある人間関係の中で、生活したり成長したりしてほしいと願っています。

「共感」と「敬意」について話しました。信頼ある人間関係は、共感と敬意という土台の上にか築き上げることができないものだ、私は思います。生徒の皆さんが共感と敬意を持って、周りの人との関係をリ・スタートする3学期になることを心から願い式辞とします。