



「他人の配慮は見えにくい」

「私はこんなに気を遣っているのに、あの人は全然気を遣わない」、「私は人に気遣いばかりして疲れる」と不満に思ったことはありませんか？

気遣いや配慮をし合うからこそ人間関係のバランスが保たれているのに、それをしない人がいるとバランスが崩れてしまいます。しかし、配慮というものは、目に見えないことが多いです。

例えば、温泉に入って熱くなった体を、冷たい水のシャワーで冷ましたとします。次に使う人がびっくりしないように、シャワーの温度を適温の位置に戻しておくのがマナーであり、そういうことが普通に行われているから、私たちはストレスを感じないのです。

しかし、こんな時、自分の前にシャワーを使った人に対して、「ありがたいことだ」と、いちいち感謝することはないですよね。ある意味で当たり前のことになっていると、そこにある配慮が見えなくなってしまうこともあります。

つまり、配慮とは本質的にそういう類のもので、なかなか見えるものではないのかもしれません。しかし、それに気付き、心の中で感謝するような習慣をつけてみてはどうでしょうか。きっと周りの人にも親切になり、相手のよい所が見えてくると思います。

そして、自分の配慮が人に伝わりにくいということは、「人から受ける配慮もなかなか自分には伝わらないのだ」ということを知っておかなければなりません。少しだけ見方を変えれば、きっとうまくいくことも増えると思います。

『こころがホッとする考え方』 すがのたいぞう著



2月のスクールライフアドバイザー来校日（相談時間 10:00～16:45）

3日（木） 10日（木） 18日（金） 25日（金）

電話での相談 

電話による相談もできます。教育相談室直通電話（「青年期の探究」の裏表紙にあります）を利用してください。