![C:\Users\zenrin\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.IE5\OYLOII2Q\MC900228485[1].wmf]()園長だより　令和元年６月号（20190628）

園長　平澤　正則

定年夫婦のトリセツ（黒川伊保子著）

　例によってタイトルに気をとられて手にした本ですが，夫婦間の日常を思い返しながら読んでみました。男と女（女と男でもいいんですが）の違いについて，なるほど！と思わずにいられなかったので，紹介したくなりました。定年夫婦の，とはなっていますが，若い夫婦にも当てはまることだと思います。原文そのままの引用・抜き出しが多く，受け売り状態ですが今回はご勘弁を。

例えば，「男性脳は，何万年も狩りをしながら進化してきた。荒野に出て危険な目に遭いながら仲間と自分を瞬時に救いつつ，確実に獲物を持ち帰った男性だけが安定して子孫を増やしてきた。・・・女性脳は半径３ｍ以内（多少の幅はある）を面でつぶすように，舐めるようにみて針の先ほどの変化も見逃さない。・・・男は遠くの動く異物に目がいき，女は近くの愛しいものに意識がいく。男女とも落ち着いた状態ではどちらの見方もできるのだが，とっさには，真っ二つに分かれるのである。幼き者に危険が迫れば男の目線は危険なものに向かい，女は幼き者から目を離さない。・・・二つそろってペアの装置である。」・・・なんか，わかる気がする。

　また，筆者は「男性脳・女性脳を知り尽くせ」「いずれにせよ夫婦は真反対」「腹立たしい癖はあきらめよう」「ムカつき合うことこそ，愛の正体」」とも言っています。「自分が正しいと信じ，相手に惚れていれば，意見が分かれた時，２体は即座に喧嘩する。相手を失いたくないので，正しい道に導こうとして。とっさに激しく喧嘩して，その時意思が強いほうが勝つ。これこそが競合解消が最短で終わり，正解率が高くなる唯一の方法である。それでも意思の拮抗が長引けば危ないので，時間または喧嘩のボルテージがある閾値を超えたら，いっそ憎しみ会う仕組みにして，右と左に潔く分かれてもらう。そうすればどちらかが情報をもって帰ってくれるだろう。」とも言っています。

　そして，もっともなるほどと共感した所が以下の部分です。「この世には二つの対話方式がある。一つは，“心の文脈をたどる”もの。例えば，『私があの人にこう言ったらこう言われ，その時から不安だったの。そうしたら案の定こんなことがあって，あんなこともあって，私は悲しかった。なのにこんなことを言われて私は悔しくて。』この人が語りたいのは，『不安→悲しい→悔しい』という文脈なのである。事実はその前振りに過ぎない。このため事実の文脈は錯綜する。自分の側からしか語らないので客観的公平性はない。余計な話も入る。しかもちょっと盛る。しかし，この語り手が欲しいのは『君の気持ちはよくわかる。３か月間ほんっと大変だったね。』という共感とねぎらいだ。」というのです。男性脳はもう一方の“事実の文脈”に固執するものだそうで，よくあることと思い当たるのが，「前振りにしか過ぎない“事実”に食らいつき，『きみも口の利き方が悪いよ』と釘を刺したり，『それってどういうこと』と疑問をさしはさんだりする。・・・話し手が伝えたいのは“不安”なので“事実”に絡まれると話の腰を折られたような気がして，モチベーションが一気にさがってしまう。・・・あげく，『話を聞いてくれない』『わかってくれない』と絶望することになる。」のだそうです。

　これって，そういえば，子どもの話を聞く時にも当てはまりますよね。専門用語で“共感的理解”っていいます。相手の話の腰を折らず，最後までよく聴いて（聴いたふりでもいいのです。よく聴いていればもっといいのです。），吐き出させるのです。話し手は相手が自分の言葉を受け止めてくれたということに安心感を覚え，共感されたことに満足し，心に余裕ができ，その結果自分の悪いところにも思いが及び，自発的な改善策などが創造されやすくなります。