

対話の第一歩は相手との違いを知ることでした。「なんだそんなことか、人はみんな違うんだから当たり前じゃないか」とか思うのでしょうか。しかし意外と難しいのです。なぜなら、私たちはつい、自分が馴れ親しんだ世界観を、世の中の基本的前提だと思いがちだからです。すると、相手との違いがわかって、それを自分の世界観で解釈しようとしてしまいます。

そんなことある?と思っちゃう

AさんはADHDを抱えており、「毎朝バタバタでいつも何かしら忘れるんです」と困難を語りました。Bさんは、それは大変だなと思いつつ、「落ち着いて確認しましょう」と言いました。

Aさんが語っているのは「落ち着いて確認」することができない世界における困難です。Bさんは「毎朝バタバタ」は大変だと思いつつ、それを「落ち着いて確認」することができる世界の感覚で解釈しています。おそらく「落ち着いて確認」することができる世界には「毎朝バタバタ」は存在しないでしょう。Bさんは自分の世界に存在しない「毎朝バタバタ」に面食らって、「そんなことある?」と思ったかもしれません。それでつい、自分が住む世界では、「毎朝バタバタ」は予防できるよ、と言いたくなってしまったのかもしれません。



そんなことがあるんですね、から対話が始まる

このように、私たちは自分と相手の違いを聞いても、それを自分の世界の論理で解釈しがちなので、本当の意味で違いを知るといことはけっこう難しいのです。知らないことを受け入れるのは難しく、「そんなことある?」という反応が咄嗟に出てきてしまいがちです。なんとか自分が知っている世界の話に落とし込もうとするのはある意味、仕方ないことでしょう。

一方、私たちは知らないことを知ろうとする好奇心も持ち合わせています。Aさんの困難を聞いて、「そんなことがあるんですね。朝以外も大変そうですね。どうすればいいのか考えてみたいですね」という方向にも私たちの心は動くでしょう。それが違いを知るとい対話の第一歩につながります。

同化と調節は世界を認識する両輪ですね。

