

法人5年目を迎えて：本当の対等性とは

アサーティブジャパン代表理事：森田汐生

アサーティブジャパンは2009年4月に法人設立5年目を迎えました。NPO法人として活動を開始してから、これまで毎年8,000人以上の人たちにアサーティブネスの考え方や方法をお伝えすることができたことを、大変嬉しく感じています。

法人6年目にあたる今年の大きなイベントは、アン・ディクソン氏を再度日本に招へいするということです。3年半前に初めて彼女を呼んだときは、私たち自身アサーティブネスに対する一通りの知識や経験はあったものの、根底に流れる「対等性」の奥深さについては、まだまだ理解ができていませんでした。

前回のアン・ディクソン氏の来日でもっとも大きな学びは、彼女が提唱する「対等性」の奥深さと厳しさでした。伝え方や態度をアサーティブにするだけでなく、目の前にいる相手を心から対等に見る「まなざし」を持つことの必要性を、彼女は何度もくり返し伝えてくれました。

彼女の話聞いてから、私たちのアサーティブトレーニングのプログラムもぐっと深みを増してきたように思います。

トレーナー養成準備講座（現在はアドバンス講座）では、力関係が存在している中で、自分が力関係の

上に立つときと下に立つときと、どちらであっても相手と対等に向き合うとはどういうことなのかを時間をかけて考えるようになりました。

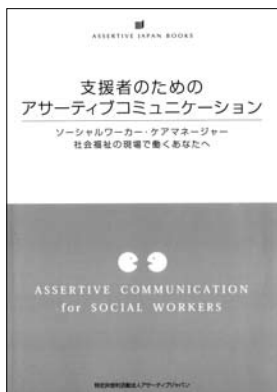
アン・ディクソン氏が残した宿題を3年半かけてじっくり取り組んできて、ようやく私も自分の言葉として語るできるようになりました。

対等な人間関係を構築するためには、「アサーティブに伝える」というスキルはもちろんですが、実はそれ以上に「アサーティブである」という「あり方」が鍵を握っていると痛感します。どんな伝え方をしても心の中で自分も相手も対等に扱っていなければ、どんなにスマートで美しいアサーティブな振る舞いも、相手を操る巧妙な道具になってしまうのです。

その危険性を「アサーティブ」という言葉が広まれば広まるほど感じるようになり、私自身は更に「アサーティブであるための心の力」をもきちんと伝えていかなければならないと思うようになっていきました。

今年のアン・ディクソン氏の講演会やワークショップは、前回よりも更に深みを増したパワフルなものになると思います。私自身の課題とあわせ、今後のアサーティブジャパンの方向性もあわせ、しっかりと考えていく1年にしたいと思っています。

おすすめの本



支援者のためのアサーティブコミュニケーション

～ソーシャルワーカー・ケアマネジャー福祉の現場で働くあなたへ～

アサーティブジャパン／編 Ajブックレット 2009年 ¥800（税込）

よりよい支援を行うために社会福祉の現場で働く人々は、高いコミュニケーション能力が求められています。本書では、支援者（ソーシャルワーカー・ケアマネジャーなど）に求められるコミュニケーション能力として、自分も相手も大切にす主張の方法であるアサーティブネスについて詳しく紹介しています。各章ごとに、現場の事例をふんだんに交え、それをアサーティブに伝えるにはどうしたらよいかを掲載。明日から現場で使えるヒントが見つかるおすすめの一冊です！

- 第1章 アサーティブネスとは
- 第2章 職場で話し合いのできる関係をつくるために
- 第3章 支援者としての自分を大切にす
- 第4章 ソーシャルワーカーによる体験記

※書店では販売しておりません。お申し込みはアサーティブジャパン事務局までどうぞ。