

## バランスよく会話する難しさ

テーマや目的、参加者にもよりますが、バランスよく会話に参加するのは難しいものです。周囲の話をよく聞いて、タイミングよく自分が発言し、タイミングよく周囲の人に発言を促すのは、簡単ではなく、複数人いて誰もが均等に参加するとなると至難の業です。

たとえば、次のような状況に心当たりがある方は多いのではないのでしょうか。

- 話し始めたらずまらず、一人でずっと話し続けてしまつ。
- 話に割つて入ることが苦手で、言いたいことがあつても、発言のタイミングを逸してしまつ。
- 言いたいことを表わす言葉を見つけない時間がかかり、つい言えばよかつた後から氣づく。
- 人の話を聞いてみると、すぐに発言したくなり、いつの間にか自分の話を始めてしまつ。
- 人の話を聞いていると、つい別のことを思い浮かべてしまつ、話こつこつしていけなくなる。
- 人の話には興味がなく、実はあまりよく聞いていない。

自分が当てはまることもあれば、周囲



に当てはまる人が思い浮かぶこともあるでしょう。筆者もいくつか当てはまります。

以上のような人が集まって会話が始まると、誰かが一方的に話し続け、他の人がついていけなくなることが、しばしば起こります。たくさん話す人、声が大きいい部の人だけが会話に参加することになり、ほとんどの他の人は、ずっと聞いているか、もしくは上の空になってしまいます。

このような状態が続いて、誰かがそろそろ会話を止めたいと思っているのに、話し続けている人がいると、気まずい雰囲気になります。実はお手洗いにいきたいのに言い出せずに我慢して聞いているなど、その時は笑えないけれども後で考えると笑ってしまうことも起こります。このような時に話を止めるには、多少の勇気と工夫がいるものです。

ある時の会話において、誰かが中心になって話すのは構わないのですが、これがい

# 聞くことと話すことの バランスをとる

## 第2回

前回は、「テーマを決めて話のツボを探す」と題し、テーマによって引き出される話題が異なること、人によって向き不向きがあることなどについて述べ、コミュニケーションの難しさの1つ、「何を話したらよいか？」を解決する方法について紹介しました。今回は、コミュニケーションのもう1つの難しさ、「どう話したらよいか？」を解決するため、聞くことと話すことのバランスについて考えていきます。

東京大学 人工物工学研究  
センター 准教授、  
NPO法人ほのぼの研究所  
代表理事

●大武美保子