

ほとんどの人は、聞くより話をするほうが好きです。「いや、私は話すのが苦手だ」とおっしゃる方もいるかもしれませんが、大勢の前で話すのが苦手な方もおられるでしょう。そのような大勢の前で話すのが苦手な方は、小グループで話の輪に入るのが苦手なだけです。「遠う、遠う。二人きりでも話すのければいけないと構えてしまったり、対人関係がおっくうだったり、話す相手という意味でも、悪い意味でも緊張関係にあるからです。たとえばどんなに話すのが苦手だと言われる方でも、リラックスして話ができる、聞き上手の人にめぐりあえたり、場が設定されます」と、とどまることを知らないほど話をされるものです。

私は人の話を聞くのを職業としていますが、いままでの四〇年間で、話すより聞くほう

が好きだという人にお目にかかったことがあります。話し下手の人でも、本心は聞くよりは話したいのです。話し下手だからといって、話すより聞くほうが好きとはかぎりませぬ。私の相談者のなかにも、対人恐怖で、人前ではほとんど話をしないのに、私のところでは一時間近くもしゃべりつづける方もあります。

話し上手は聞き上手という言葉がありますが、これは聞くのが好きだということではなく、話し上手は、人の気持ちに通じているクイズが多く、相手の立場を思いやることのできるということです。しかしそのような人でも、やはりどちらかという、聞くより話すほうが好きなのです。それは聞くより話すほうが心理的に楽だからです。

悩んだとき、それを人に話すことと楽になることを、人間は知っています。ラッキーなことがあったり、うれしかったり、いいニュースがあったときも誰かに話したくなります。それでは、逆に、どんなときに人の話が聞きたくなりますか？ 好きな人の話なら聞きたいでしょうか。しかし好きな人の話でも、何時間もつづくと、やはりこちらも話したくなります。自然的に聞きたくなるのは、音楽やテレビ、ラジオ番組くらいではないでしょうか。こうしたものは、聞くことが負担にならないからです。ラジオやテレビのように一方的に聞くだけのものは、さほど負担にならないのですが、人の話を聞くのは音楽やラジオ