

健康リサーチ

病と健康をめぐる

中野重行

ニンゲン学

傾聴とは熱心に耳を傾けることで、「聞く」のではなく、対象に注意を向けて「聴く」ことです。英語では「アクティブ・リスニング(積極的、能動的に聴く)」と訳され、コミュニケーションの基本といえます。近年、「傾聴ボラ

適の解決法は、他人の価値観に基づいてつくられたものではありません。

ンティア」という言葉が新聞やテレビ、福祉関係の専門誌

「なげ癒やす力があるのか」という疑問が解

やりや弓矢などの道具、言語がまだなかったでしょうが、だんだんと表情筋は発達し、非言語的コミュニケーションが盛んに行われ、狩猟の成功率も高くなったと思われる。そのようにして生き残ったのが現在の「ホモ・サピエンス(現代人)」であるということを考えると、「なげ、コミュニケーションに癒やしがあるのか」という疑問が解けるような気がします。それは、人類がコミュニケーションを発達させて生き残

人を癒やす「コミュニケーション」

人類の歴史で培われた力

によく出ています。傾聴ボランティアは相手の話を耳と心で聴き、感情や考えを整理する手助けをすることで結果として癒やしにつながります。

身症の診療の現場に携わり、医療コミュニケーションの在り方を考えてきた私の心の奥にずっと存在していました。

ってきた種の子孫だからなのではないでしょうか。ホモ・サピエンスとして進化した人間は、乳幼児のころから、教育を受けなくても親とのコミ

人は自分が受容されると安心感が生まれます。相手の話を否定せずに受け止めて聴くことは、相手の存在を認めることになり、自己肯定感や自己有用感が生まれます。自分の問題について一番よく知っているのは本人です。人は誰でも自分のことを自分で解決する能力を持っています。最

人は約600万年前に直立二足歩行になって以来、両手が自由になり、脳を極端に発達させて進化しました。そして約200万年前から狩猟採集をするようになり、収穫した肉類は仲間で分け合い、集団内で協力し合うことになりました。

「中野重行ONLINE」
http://www.apmc.jp

随時掲載