

2025 年 10 月 22 日(水)9:00 から CRT スタジオで収録

相手のいうことをしっかり聞く方法とは

ーエポケー(思考停止)演習に挑戦をー

開倫塾

塾長 林明夫

1. (1)国際化社会、グローバル社会では、「多様な集団で交流する能力」が求められます。
(2)「多様な集団で交流する能力」とは、相手の国や地域の、言語・文化・伝統・歴史・思想・生活や仕事の様式・法律・習慣・慣習などを尊重し、お互い同士の立場を理解し合い、コミュニケーションを図る能力です。
2. (1)相手の立場、相手のいうことを理解するのに役に立つのが「エポケー(思考停止)」という方法です。
(2)「関係は本質に先立つ」。本質的なことを議論する前に、よい関係をつくり、そのうえで、率直な話し合いをすることも、「うまくやっていくうえで、大切」です。「エポケー演習」に挑戦してみましょう。
(3)A:「Bさん、あなたは、どのような食べ物が好きですか」
B:「私は、カレーライスが好きです」
A:「Bさんは、カレーライスが好きなのですね」
3. (1)このように、答えを聞いたら、自分の考えを入れずに(自分の思考を一旦停止し)、相手が答えたことをそのまま繰り返し、最後に、「～なのですね」と、「付加疑問文」で相手のいったことを「確認する」。これを「エポケー(思考停止)」といいます。
(2)相手にとっては、自分のいったことをよく聞いてくれ、それでよいかを、付加疑問文で確認してくれることは、自分の立場を尊重してくれることにつながります。
(3)この後、「Bさんは、なぜカレーが好きなのですか」「Bさんは、どのようなカレーが好きですか」「Bさんは、どこのお店のカレーが好きですか」などと、質問を続け、そのたびごとに、Aさんは、自分の考えを述べずに、自分の思考を停止して、Bさんの述べたことをそのまま繰り返し、最後に「～なのですね」と「付加疑問文」で確認する。

4. (1)「関係は本質に先立つ」と考え、「本質的な議論」をする前に、「まず、自分の考えを停止し、相手のいうことをすべて受け入れ、確認」することは、「関係構築」に役立つこともあります。

(2)＜ここでちょっとひと休み、コーヒースタンドです。「エポケー演習」をしてみましょう＞
近くの人に、ゆっくり、

①「～さん、あなたの好きな～は、何ですか」

②「～さん、あなたは、なぜ～が好きなのですか」

③「～さん、あなたは、どのような～が好きなのですか」

と 3 つ質問して、相手の「～さん」に答えてもらい、「そのまま述べ、～なのですね」と、最後に「付加疑問文」で確認してください。

(3)お互い同士で、「エポケー演習」をどうぞ。