



カウンセラーだより

たじま絆保育園 2021~22. 12・1月号

皆さん、こんにちは。いかがお過ごしでしょうか？先日は首都圏においても雪が降りましたね。見ている分には綺麗でしたが、外に出たら寒く、心身ともに子どもが羨ましい限りでした。

さて、今回ご紹介するのは、『コールド・リーディング』です。この手の手法は好きではありませんが、どうやら大人の階段を上ったらしく、許せるようになりました(笑)。要は使いようなのですが、楽しんで読んで頂きましたら幸いです。

COLD READING

コールドリーディング

Cold = 下調べなし・準備なし・即興で
Reading = 相手の心を読み取る



「コールドリーディング」

先ほどの紹介、ご挨拶において、「この手の手法は好きではない」と書きましたが、補足しておく、われわれ心理の専門家は、このコールドリーディングは使いません。そのため、このコールドリーディング、全くもってよくわかっていません。“卓越した話術”という意味ではカウンセリングや心理療法とも通じるのですが、しかし、私たちは基本的にクライアント(相談依頼者)センターで、なおかつクライアントの中に答えが隠され、成長が宿っている、と考えています。

ですから、この手の手法はあまり好きではありませんが、占い師がよく使う話術にはこんなテクニックがあります。要はどれだけ「確かに自分にも当てはまるかも」と思わせるかがカギですが、たとえば皆さんに聞きますね。「よくよく考えたらあなたにも隠された願望がありませんよね？」→普通ありますし、なくても当たる事になります。「あなたは大切なときにミスをしてしまうことがありますね？」→だいたい焦っているときはミスをしがちで、なおかつ全くミスがないことは通常ありえません。「あなたは外では人とコミュニケーションを図る反面、家ではゆっくりしている方ですかね？」→少なからず人は外と内を使い分けています。半面、というところが「当たってる!(見透かされた!)」と思わせるポイントのようです。それに外では人と基本しゃべりますし、家でゆっくりしない人はいないですよ。「あなたは自分でも嫌になる性格があるようですが、基本的に頑張り屋さんで優しい性格の持ち主ですね」→「いいえ、」と謙遜しても、人から褒められるとまんざらでもなく、ちょっぴり嬉しくなりますよね。コツとしては下げてから上げた方が信ぴょう性が上がるようです。「あなたはあるとき人生上の大きな選択を間違えた時があると思うのですが、思いあたる節はありませんか？そのときこうした方が良かった、と思うような」と言われると、基本的に人間は後悔しながら生きていますから、必ず「そういえば・・・(すごい!)」と正解を話し手が出してくれます。「あなたは人から好かれたり、人気者になりたい気持ちを抱えていますね？」→誰にでも少なからず向上心はありますから、たいていは賛同してくれます。

いかがでしたでしょうか？この手の話術が占いを当たてる、と思わせるテクニックです。単純に、誰にも先のことなんか確かにはわかりません。だからカウンセリングでは、「先を憂いて現実が変わりそうですか？」「どう考えればあなたは楽になるでしょう？」と問いかけたりします。現実には柳の葉でしかないのに不安から「いや、あれは絶対おばけだ!」と錯覚するように、先のことなんかわからなくても、不安が現実になる、と思込みやすいのです。それに人はピンチだと恐れや不安からどうにか脱却したい、と思えますから、最悪の場合、ただの水道水を5万円で売られることにもなりかねません。でも、私たち心理の人間は、現実の社会を直視しながら、どうクライアントが生きていくのか、その成長のお手伝いをする仕事です。ですから、コールドリーディングを使うにしても、相手のために使い、人から騙されないで、主体的に生きていく力につなげてほしいと思います。

2月~3月のお知らせ

- 2月4日(金)・25日(金)、3月4日(金)午前に出動予定です。詳しいお時間については本園までお問い合わせください。



2・3月号のテーマは「コロナと社会病理」についてお知らせ致します!是非ご覧下さい!