



# 園長だより



先日のモーセ組の花見には私も一緒に行かせていただきました。桜が見事に満開で、素敵な景色を見ることができました。沖縄の緋寒桜は本土の桜とはまた違う良さがありますね。

2月と言えば皆様は何を思い浮かべるでしょうか。2月14日はバレンタインデーですね。日本では、バレンタインには女性から男性にチョコレートなどを渡し、ホワイトデーに男性が女性にお返しをするというのが慣習です。しかし、アメリカではホワイトデーはありませんので、バレンタインデーにはお互いに恋人・夫婦などが物を贈り合うというのが習わしです。そして、あまりチョコレートを贈ることにこだわらずに様々なものを送ります。国によって少し違いますが、2月はバレンタインデーもありますので、今月の園長だよりでは「愛の言語」についてお話をしたいと思います。

結婚と夫婦間のコミュニケーションについてゲリー・チャップマンという方が「愛を伝える5つの方法」という1000万部以上（アメリカなどで）売れた本を書かれました。その中で彼は、愛には5つの言語があると述べています。順番に「肯定的な言葉」、「クオリティ・タイム」、「贈り物」、「サービス行為」、そして「身体的なタッチ」です。人にはそれぞれ、この5つの言語の中で自分が得意とするもの、得意でないものがあるそうです。また、この愛の言語で愛情表現をしてもらうと一番うれしいというのも、人それぞれなのだそうです。

ここで詳細をすべて説明することはできませんが、「肯定的な言葉」とは、「○○をしてくれてありがとう」「△△をしてくれたから助かったよ。頼りになるね」など、相手を褒め、肯定するような言葉です。「クオリティ・タイム」とは相手と過ごす時間のことです。ただ時間を一緒に、何かをしながら呆然と過ごすのではなく、相手の話を真剣に聞いたり、一緒にいる時間を大切にしていると伝わるように過ごすということです。「贈り物」とはその名前の通り、相手のために何かの贈り物をするということです（花束を贈る、手作りのクッキーを作る、心のこもったプレゼントなど）。「サービス行為」とは、愛を行動で示すことです。お皿を洗ったり、家の修理をしたり、自分も疲れているが、相手も疲れているから家事をするなどの行為です。そして最後の「身体的なタッチ」とは、ハグやマッサージ、手をつないだりすることを意味します。

さて、夫婦で一方が「肯定的な言葉」や「クオリティ・タイム」を欲しているのに、いつも相手が「贈り物」や「サービス行為」で愛情を表現していたらどうでしょうか。「いつも愛を示してくれない」と感じるのではないのでしょうか。しかし、相手は相手なりに愛情を表現しているのです。受け取る側がそれを理解していないので、気が付かなかったり、イライラしてしまうことがあるのです。お互いの得意な愛情表現の仕方、お互いの欲している愛情表現を理解することができれば、より良いコミュニケーションができるかもしれませんね。

2018年1月31日

石川三育保育園 園長 ミラージュエル

※この本に興味のある方は Amazon. co. jp の Kindle 版、あるいは発行元のいのちのことば社の通販サイト <http://www.gospelshop.jp/>にて入手することができます。