

二〇二六年度

# 健康保育学科・地域福祉学科学校推薦型選抜試験問題



## 小論文問題用紙

〔設問〕 次の文章を読んで、【A】、【B】に答えなさい。

【A】 筆者は、怒りに対処するためにはどのような姿勢が必要であると述べているか。本文中の言葉を用いて八十字以上、百字以内でまとめなさい。

【B】 本文中の「我々は、相手の考えを勝手に想像して、勝手に自分の常識と比べて、勝手に相手を非常識と決めつけ、勝手に怒り狂う。」を踏まえて、あなたは、対人援助職として、他者の怒りにどう向き合うことが大切だと思うか。自身の経験を交えて五百字以内で述べなさい。

他者の怒りに対処するのは大変だ。

誰かを怒らせてしまったら鈍感な私でも申し訳なく思う。と同時に相手のあまりにも唐突な怒りに困惑していると、こちらもふつふつと怒りが湧いてくる。そうなるともう怒りが怒りの連鎖を生んでとことんまで採めるはめになる。

そこで大抵はどちらか大人な方が（必ずしも年齢が上の方とは限らないが）怒りを鎮火させる役割を担う。たとえば「目の前で怒り狂っている人は、便意を我慢しすぎてトイレが見つからない怒りを周囲にぶつけているのだから」といったん考えておくなどする。すると不思議なことに優しい気持ちで相手に接することができるようになる。

そうして冷静になれば今度は相手が怒っている原因を探っていく。といつても支離滅裂かつ論理破綻気味に怒鳴り散らす人が相手では、いったい何が憤怒の着火剤になったのか一向に判明しない。

かといって相手の論理破綻を指摘したり、相手が怒っている表面上の理由に対して正論をぶついたりするのは、悪手であることが多い。

たとえば相手は表面上「会議の五分前にチームメンバーが全員集まっていなかった」ことに怒っているかもしれない。これに対して「メンバーみんなで一時間前に集まって、別室で昼食をとりながら待機していました」と返しても意味がない。

なぜなら相手はまさにこの「チームメンバーが上司の自分を誘わずに楽しそうにランチしていた」ことが悲しくて／寂しくて怒っているだけかもしれないからだ。

このように怒りは別の感情を覆い隠すために用意されている。大抵の場合、怒りの裏には、嫉妬、困惑、焦燥、後悔、自責、不安、羞恥、期待、失望などが潜む。

だからこそ相手の腹立ちの真因を明らかにしなければ相手の怒りは静まらない。

このことを知らずに相手の話の論理矛盾を突いたり、解決策を提示したり、相手の勘違いを正したりしても効果はあまりのぞめないだろう。さらに最終的に「怒っている人とは話ができない」「落ち着いて話をしよう。今はこれでおしまい」「まあ、まあ、まあ、まあ」などと遮断してしまつたらますます火に油を注いでしまうだけだ。

こちらに対して一方的に怒りをぶつけてくる人を相手にするとき、相手の怒りの本当の理由を明らかにするという一種の推理クイズが始まつたと思えばいい。

結果として相手の怒りはただの八つ当たりだつたと判明することもある。その場合は時間をおいて、「嫌なことがあつたのはよくわかる。でも、あなたが怒りをぶつけるべき相手は私ではない。関係ない人まで巻き込まれると、こつちの仕事にも影響するし、あなたも損すると思う」と伝えるといいだろう。

もちろん相手の怒りの原因が自分だつたということもありえる。

その場合は、まずは相手に対して怒りの真因を理解したことを遠回しに伝えればいい。相手の怒りをいったん受け止めて理解した上で、自分が悪いことは直していけばよいし、間違いや勘違いといったどう考えても相手が悪い怒りだとわかつたら、この段階でそのことを落ち着いて指摘してもよいだろう。

自分勝手に怒っている人を相手にここまでしてあげる義理はないと思う人もいるかもしれない。しかし困ったことに、支離滅裂論理破綻激高型の人はこうして対処してあげないと激高を通り越して怨恨の感情を抱き始めることさえある。そのため後から面倒なことに巻き込まれないためにも大人としての対応が必要だ。

そもそも怒っている人は脳という「人間が持つ最も有力な器官」を「怒りという何も生み出さない活動」に浪費してしまっている損な人だ。

そうした人は脳のメモリを怒りに占拠されてしまうため、脳の活動時間と活動密度が低くなり本来の能力を発揮できていないだろう。このタイプの人は周囲から人がいなくなったり、ハラスメントで訴えられるリスクが上がったりといった不利益も享受している。

怒りに身を任せる人は色んなところで相応の報いを受けている可哀想な人でもある。「短気」な人は「長期」の利益は得られない。そう考えればこちらも少しは優しくなれる。

ときには自分自身も怒りに我を忘れてしまう。

自己の怒りを経営する視点も必要だ。

実は我々が何かに憤慨するときは相手や出来事そのものに怒っているのではない。自分の中で膨らませた想像に対して怒っているのである。

たとえば次のような部下との待ち合わせ場面を考えてみよう。

とあるプロジェクトの協業先を訪問する前に、部下と相手先企業本社ビルの近くの喫茶店で軽く打ち合わせをする約束をしていたとする。しかし不運なことにトラブルで電車が止まってしまったので、こちらはタクシーを使って約束の喫茶店に向かっているとしよう。

念のため部下に対して社内チャットで「申し訳ない。電車が止まってしまって、タクシーで向かってる。ちよどか、五分遅れくらいになるかもしれない」とメッセージを送っておいたとする。すると直後に部下から「もうおります。資料は準備済みですのでお任せいたします」と返信がきた。

この返事に対してあなたならばどう思うだろうか。優秀な部下だと思っただろうか。それとも失礼な奴だと思っただろうか。

これは実際にとある企業で起こった例を脚色したものである。

この上司は激怒した。なぜなら部下の「もうおります」を「(プロジェクトを) もう降ります」と誤解してしまったからだ。さらに「(私はプロジェクトから降りますが、お情けとして) 資料は準備済みですので (後はあなた一人) お任せいたします (できもんならやってみな)」と言われていると理解してしまった。

連日の残業でこの上司も疲れていたのかもしれない。プロジェクトに対しての思い入れが強すぎたのか。プロジェクトが遅れていることに不安を抱いていたのかもしれない。

いずれにしても読解力が鈍っていて、これまで目をかけてきた部下がとんでもない無礼・非礼を働いてきたと思ってしまったのである。

もちろん部下の真意は「もう (待ち合わせ場所の喫茶店に待機して) おります。(打ち合わせで使う予定の) 資料は準備済みですので (到着時間は) お任せいたします (ゆっくりで大丈夫です)」だった。

このように我々は、相手の考えを勝手に想像して、勝手に自分の常識と比べて、勝手に相手を非常識と決めつけ、勝手に怒り狂う。怒ることですらなる怒りの原因を自分から作る。

たとえば仕事でミスをした後輩に対して「仕事を舐めている」と自己解釈して怒鳴る。後輩は怒鳴られたことで畏縮してしまい、何がダメなのか、何をすべきかについての論理を十分に理解できずに終わる。すると後輩は、ミスの本質を理解していないのだからまた同じようなミスを繰り返す羽目になる。

こちらは「あれだけ注意したのにまたミスするなんてやつぱり仕事を舐めている」と怒声を強める。まれに自分から人ごみに出かけておいて「なんでこんなに人が多いんだ」と叫んでいるおかしな人を街中で見かけるがこれと大差はない。

こうして毎回毎回あなたに怒鳴り散らされるようになると、その部下は精神の不調を訴え心療内科の診断書をもってハラスメント委員会のドアを叩くかもしれない。こうなってしまうのはあなたにとっても相手にとっても悲劇である。

つまり自分の中の怒りは自分で作り上げている。

自分で怒りの火をつけて自分で燃料を投下して燃え続けているのだ。このことに気が付くと怒りに左右されづらくなる。そもそも我々は、犬に糞尿をかけられようと猫が恩知らずだろうと激怒したりはしない。同じ人間相手だとさまざまな想像をしてしまうだけなのである。

(岩尾俊兵氏『世界は経営でできている』より、一部を改変した)