

## §準備のいらぬワークショップ§

## 8 「ユーモア人生相談室」

## 1. 「ユーモア人生相談室」とは

人生には様々な喜びがあり、同時に苦しみや悩みがある。「ユーモア人生相談室」は、悩み人の相談を受け、元氣と勇氣を与える解決策を考え、回答する人生相談室である。

## 2. 目的 と効果

悩みの解決法は一つではなく、様々な解決法がある。独創的でユーモアがあり斬新な回答は、悩める相談者に希望を抱かせ、明るく前向きな解決法は相談者を元氣づける効果がある。

## 3. 準備 と手順

三人一組になる。一人が二人に悩みを打ち明ける。悩みを打ち明けられた二人のうち、一人は勇氣を与える真面目な回答をし、他の一人は、ユーモア溢れる洒落た明るい回答をする。

## 「ユーモア人生相談室」



## &lt; 例 1 &gt;

相談者

夫は会社から帰宅すると背広とネクタイをリビングの床に脱ぎ捨て、ソファーに横になりテレビを見ています。「背広とネクタイは寢室のハンガーラックに掛けてください」と頼みますが、聞こえない振りをして。どうすれば床に脱ぎ捨てることをやめ、ハンガーラックに掛けるようになりますか？

真面目回答者

寢室のハンガーラックをリビングのソファーの横に移動し、夫に背広とネクタイはハンガーラックに掛けるよう伝える。

ユーモア回答者

床に脱ぎ捨てた背広とネクタイを綺麗にたたみ、紙袋に入れ押し入れに隠す。出勤時に背広とネクタイがないと騒ぐ夫に、「床に捨ててあったからいらぬのかと思って、捨てちゃったよ！」と言いながら、押し入れに隠した紙袋の中から背広とネクタイを取り出し、「これからはハンガーラックに掛けてくださいね。今度は本当に捨てちゃうよ！」と伝え、驚いている夫に渡す。

## &lt; 例 2 &gt;

相談者

歳を重ねると共に上瞼が垂れ下がってきて視野が狭くなり、リビングの家具の角に当たったり、道端の小さい石につまずいて転びそうになることがあります。思い切って瞼を上げる美容整形手術を受けたところ、目の周りの皺も無くなり目も大きくなりました。15歳は若く見え、気分も若返りました。しかし20年来の友人に会っても、私と分かってくれません。

真面目回答者

美容整形手術を受けたことを隠さずに話し、以前、一緒にランチやショッピングを楽しんだときの話をすると、きっと貴女が誰か分かってくれます。

ユーモア回答者

歳を重ねると食後に薬を飲んだか飲まなかったか分からなくなったり、手帳を取りに行き、何を取りに来たのか思い出せなくなったり、階段の途中で一息つき立ち止まると、上に行くのか下に行くのか分からなくなり階段の途中で座り込んだり、大事な印鑑を何処にしまったのか忘れてしまうときがくるでしょう。友人が貴女のことがわからなくても気にしないで。