

ゆめ工房

Vol. 8

ハイタッチ 20の原則

◇ ハイタッチというのは、何かが上手くいった時に仲間同士が手を挙げて行うタッチのことです。英語では「high-five」というそうで、その起源は、スポーツの世界からという説が有力のようです。

このハイタッチ、仲間が集まった時、「イエ〜イ」と言って手を挙げると、相手も条件反射的に手を挙げてくれる場合が多いですね。お互いのテンションも上がって、気分もよくなります。何気なく行っているハイタッチですが、ふと、興味が湧き、何気なくWebを見ている時、「日本ハイタッチ協会」のホームページを見つけました (<http://high-touch.blogspot.com/>)。そこに、「ハイタッチ 20の原則」というものが書かれていました。これは、協会が2010年1月10日にハイタッチの共通認識として明らかにした原則なのだそうです。

では、紹介しましょう。

【ハイタッチ 20の原則】

- | | | | | |
|-----------|--------------|---------|----------------|-----------|
| 1: 元気よく | 2: 笑顔で | 3: 楽しく | 4: 爽やかに | 5: 健やかに |
| 6: 堂々と | 7: 気持ちをこめて | 8: 恐れずに | 9: 怖がらず | 10: 相手を思い |
| 11: 継続的に | 12: 慌てず | 13: 急がず | 14: 出来ることから順番に | |
| 15: 求め過ぎず | 16: 与え過ぎず | 17: 素直に | 18: 繋がりを大切に | |
| 19: 自由な心で | 20: 愛を忘れないこと | | | |

日本ハイタッチ協会 (世界ハイタッチ連盟日本支部)

◇ これらの原則を見ていると、何か不思議な感じがしてきます。特に、原則1の「元気よく」ですが、元気がないハイタッチは、気分が乗りませんよね。元気がないハイタッチは、前述した原則にのっとっていませんので、ハイタッチとは呼んではいけないのでしょうかね。

ホームページには、ハイタッチの仕方として、次のように書かれています。

*顔を上げ、上を向き、声高らかに「イエイ!」と叫ぶこと。

*勢いよく腕を振り下ろし、相手の手のひらと自分の手のひらが触れる瞬間の、手のひらの痛みを感じる。

こうすることによって、「たった一瞬のことですが、私たちは相手の手のひらから、または自分の手のひらから元気さを受け取り、与えることができます」と書かれています。

「手当て」という言葉を紹介し、ハイタッチはひとつの手当てだと断言しています。傷ついた心、失った満足を得るための、積極的な癒しの行為なのだそうです。

◇ ハイタッチを通して、元気さの交換をするだけでなく、相手とのよりよい関係を築きながら、等しい人間関係をつくることのできるのかもしれませんが。ハイタッチは、現在の技術社会で必要とされる人間同士の心の触れ合いなのかもしれませんね。

文責:スギタ