

# コミュニケーション授業における有機的 かかわり合いのための一考察 —お互いの「良いところ」を見つけ伝える活動を通して—

## “Looking Affirmatively” Activities in the Communication Class

矢内 弘美<sup>1</sup>

Hiromi Yauchi<sup>2</sup>

### 要 旨

大学生のコミュニケーション能力の育成が叫ばれている。筆者は教室という空間が「有機的かかわり合い」の場になることが重要だと考える。その一案として学生同士が毎回の授業終了時に、一緒に学んだ相手の良いところを①探す、②伝える、③力にする、という『いいとこみつけ!』活動を行った。相手の良いところを探し伝えることにおける重要性とそれを授業に取り入れることの意義を論じる。

**キーワード:** かかわり合い, 有機的空間, コミュニケーション能力, 教室活動, 肯定的に見る

**Keywords:** Mutual Relations, Organic Space, Communication Skills, Classroom Activities, Look Affirmatively

### 1. 大学生に求められるコミュニケーション能力とは

近年、大学生に必要な力として「コミュニケーション能力」の重要性が特に叫ばれている。日本経済団体連合会(経団連)の新卒採用(2010年3月卒業者)に関するアンケート調査によると、「企業が選考にあたって特に重視した点(複数回答)」の設問に、採用担当者は7年連続で「コミュニケーション能力」(81.6%)を挙げており、いま最も重要視される項目になっている。

コミュニケーション(communication)という用語には多様な意味や定義がある。心理学の分野においては、1. 相互作用過程, 2. 意味伝達過程, 3. 影響過程の3つの概念(深田, 1999)をあげ、NLPコミュニケーションでの観点から山崎(2009)は、コミュニケーションには大きく2通りのものをあげ、「情報を伝達するコミュニケーション」と「『人』や『チーム』を動

<sup>1</sup> 東海大学国際文化学部国際コミュニケーション学科,005-8601 札幌市南区南沢5条1丁目1-1  
E-mail: hirominghh(a)tspirit.tokai-u.jp

<sup>2</sup> Department of International Communications, School of International Cultural Relation, Tokai University, 5-1-1-1 Minamisawa, Minami-ku, Sapporo 005-8601, Japan

かすコミュニケーション」としている。そして前者のコミュニケーションを行うのは容易だが、「人」や「チーム」を動かすコミュニケーションに課題をかかえている人は多いと述べている。

先に述べた経団連の結果による「コミュニケーション能力」の「能力」が示すものも情報伝達のスキルのなことだけではなく、「人」や「チーム」を動かすことと言った社会や職場での人間関係構築も含んでいると言えるだろう。高木(2002)も、コミュニケーションは、「状況の中での人と人との有機的な関係の中に存在する」と述べており、星野(2007)もまた、職場の中で一人ひとりが満足して仕事を進めていくためには、機械と向き合う前に「隣にいる人と関わるのが急務である」と述べている。これらのことから、互いに支え合い、人間関係づくりを意識的に進めていくことは重要であることがわかる。

では大学ではどうか。中野(2010)は、大学という場所は、専門の勉強をするだけでなく社会に貢献すべく教養を深め、人や情報との付き合い方に関する新しいコミュニケーション方法を身につける場であると述べている。

このように考えると大学で求められるコミュニケーション能力の1つに「人との付き合い方やかかわり方」というキーワードが浮かび上がってくる。確かに大学時代は多くの人と触れ合い、自分の心を豊かにしていく大切な時期である。しかしながらそれは個人にゆだねられているものである。そもそも大学の授業自体はそのようなことを念頭に置いたものではない。だが、そのような中で「コミュニケーション」というタイトルがつく授業には「人との付き合い方／かかわり方」を考えるその責任があるのではないだろうか。

では、どのような仕組みを作れば「人とのかかわり合い」が生まれ「人間関係づくり」が可能になっていき、ゆくゆくはコミュニケーション能力とつながる授業になるのだろうか。

## 2. 有機的空間を創るということ

教室活動そのものが、学生同士がかかわり合い、人間関係を構築しながら立体的に学び合える空間になったらどうだろう。1+1が2という決まった答えを求めるのではなく、5にも6にも100にも、また無限にも広がるような学習空間のためには何が必要なのか。これが筆者の当初から抱いていた興味関心であった。教室内でのコミュニケーションを豊かにし、人間関係を構築しながら互いに力を与え合い、共に学ぶ場をここでは「有機的空間」と表現する。

このような有機的空間の授業は、一方通行の講義型授業ではなく、双方向型の授業の形態が基盤となる。木野(2009)は、「学生が授業を受け身で受けるのではなく、自分たちも授業に参加しているのだという実感を抱かせることにより、学生に自発的な学習のきっかけを与え、自分の頭で考えることのできる学生を育てるような授業」のことを「双方向型学習」(p136)と呼んでいる。「有機的空間」を作る上で、この双方向型学習の考え方は不可欠である。その双方向型学習に加え、ここでさらに「有機的空間」と表現したいのは、一方的な受け身授業から自発的な参加型の授業へのスライドのみならず、それがさらにその後の人間関係をより立体的に構築していくことまでも考えた授業を展開していきたいと考えるからである。

このようなことを踏まえ、「有機的空間」すなわち人間関係を構築しながら互いに力を与え合い共に学ぶ場となるよう、コミュニケーション概論の授業において、ある実践を行った。それは、積極的に相手のいいところを見つけ、それを伝え合う「いいところみつけ!」という活動である。本稿はその実践報告である。

### 3. 実践内容

#### 3-1. 実践教科について

国際文化学部国際コミュニケーション学科1年生から4年生を対象とした主専攻科目「コミュニケーション概論」を対象教科とした。筆者は2008年から本授業を担当し、現在3期目に当たる。学生数45名である。

本授業ではテーマに、「自分に出会う」「他人に出会う」「世界に出会う」を掲げ、授業の到達目標に、1.コミュニケーション力(対話における「聴く」「伝える」重要性を理解し実践できる) 2. 他者と関わる力(協働作業・良いところを見つけて伝える)をあげて行った。

授業の流れは、まず「講義」のあと、実際にそのテーマをもとにした「体験ワーク」を行い、そのあと「振り返り」という形式で行った。この「体験ワーク」では、授業到達目標の他者と関わる力を念頭に置き、毎回新しい交流が生まれるように席替えをし、前回と違う人と当たるように工夫してグループワークやペアワークを行った。したがって、学生は毎回新しい人との「体験ワーク」を行うことになった。

#### 3-2. 「いいところみつけ!」とは

毎回の授業の最後の時間に、その日の体験ワークを共にした、グループやペアのメンバーに、相手の良いところを見つけ、伝えるという活動を行った。具体的には、明いての良いところを『「いいところみつけ!」カード』に箇条書きに3つ書いて、相手にカードを渡すというものである。相手にカードを手渡しするというものである。これをする目的は次の3つである。

- ① いいところを探す
- ② いいところを伝える
- ③ いいところを力にする

(「『いいところみつけ!カード』の活用法について…」学生配付資料)

私たちは、日常生活の中で、ついつい相手の出来ていないところ、ダメなところを見がちだが、そうではなく「出来ているところ」「いいところ」を能動的に探そうという主旨で行った。

まず①の「いいところを探す」についてだが、これは枠組みという意味のフレームを、もう一度捉え直す「リ」をつけた、「リフレーミング=視点を変えること」と大きく関係している。リフレーミングは、周囲の人を元気づけ、励ますこと(浦, 2010)はもちろんのこと、物事の肯定的な面を見ることによって、仮に一般化していた場合でも、全く違った印象を持つことができる(山崎, 2009)効果がある。

この「いいところみつけ!」のモデルとなったのが、児童文学の「少女パレアナ」物語である。物語の中でパレアナは、幼いときに父親と「なんでも喜ぶゲーム」をする。「このゲームはね、何でも喜ぶことなのよ。喜ぶことを何の中からも探すのよ。(p.42)」どんなにつらい状況におかれたときにも、喜ぶことに視点を合わせ、物事のポジティブな面に意識を向け、探していくパレアナのリフレーミングから学ぶことは多い。

『「いいところみつけ!」カード』とは、文字通り相手のいいところ、ステキなところ、良かったところなどを見つけ、メッセージを書くカードのことである。このカードの構想の元になったのは、ソリューションフォーカスアプローチ(解決思考)の「OKメッセージ」である。ソリューションフォーカス(以下SFと呼ぶ)とは、問題ではなくソリューション(解決)に焦点をあてた思考法およびコミュニケーション手法である(株式会社ソリューションフォーカス

コンサルティング, 2011)。このSFには、7つの基本要素で説明することができるが、その1番目の基本要素に「OKメッセージ」がある。この意味は、「その人の能力、状態、置かれている状況、また、これからよくなる可能性を肯定したり、ほめたり、共感を示す」（青木, 2006）ことを指している。肯定や共感というメッセージを相手に送ることが最も重要なポイントだ。OKメッセージは、相手自身をほめるだけでなく、問題が解決に向かう可能性を示唆するメッセージや問題のなかに肯定的な意味合いを見つけるメッセージも含むため、単に「ほめる」という意味ではない。青木（2006）が強調して述べるように、本当に大切なのは相手を肯定するマインドである。

2010年、2日間に渡って行われた第3回日本ソリューションフォーカス活用事例共有大会(以下J-SOLと呼ぶ)で、参加者には10枚の「OKメッセージカード」が配れた。それは名刺大の大きさで、片面には1. 2. 3と書かれた線、もう片面にはSFの格言が、1カードにつき1文ずつ書かれていた。このJ-SOL大会中に、事例発表を聞いたり、いろいろな出会いの中で思わず心が動いて書きたくなったときに、このOKメッセージカードを渡しましょうということだったが、このカードを参考にして『「いいところみつけ！」カード』を作成した。

以下が『「いいところみつけ！」カード』である(名刺大の大きさ)。

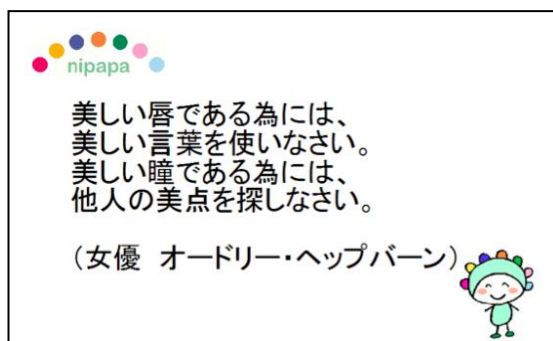


図1 メッセージ

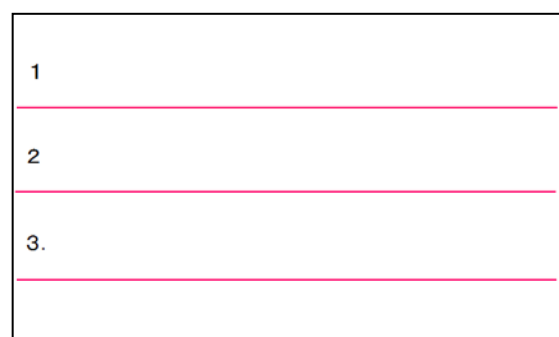


図2 書くところ

図1には、格言やことわざ、著名人の言葉や本の一節からのメッセージを載せた。J-SOLのOKメッセージカードではSFの格言が主だったが、この『「いいところみつけ！」カード』に関しては、大学生が親しみやすく馴染みのあるものや、何か日常の気づきになるようなメッセージ性のあるものを選んだ。そのような言葉をいろいろ集め、120枚ほど違う文面を用意した。

また図1の右下の絵は、筆者の考案した「にぱちゃん」という商標登録も取ったキャラクターである。「にっと笑って、ぱっとひらめいて、ぱっと動いちゃう」というメッセージを持つ「にぱちゃん」は、SFの理念とも合致しており、この『「いいところみつけ！」カード』をより親しみやすく、よりオリジナルなものにするためにつけた。学生には「にぱちゃんカード」とも呼ばれ親しまれていた。

図2の3本の線に、良いと思ったことを箇条書きで書いてもらうようにした。この線の色も、赤や水色、黄色、緑など、いろいろな色を用意し、学生がカードをもらったときに華やかになることもイメージした。

この図1, 2を裏表に印刷した名刺大のカードを、最初に学生には10枚ずつ配った。そして、学期中にはこの10枚のカードは使い切ろうと話したのだが、実際学生の間で交換された『「い

いとこみっけ！」カード』はそれよりもずっと多く、平均約 20 数枚にもなった。ある学生は 30 枚以上相手のいいところを探して書いていた。

最初、このカードを導入したときは、相手に渡すときの動作の大切さにも触れた。それは②の「いいところを伝える」ともつながる。このカードを、名刺交換のように心を込めて両手で相手に渡すこと、受け取る人も恥ずかしくならず「ありがとう」と言って両手で受け取ることやその動作を練習し、実際に交換を行った。このように些細なことではあるが、身体でもメッセージを伝えていることを確認しておくことは必要なことだろう。

そして③の「いいところを力にする」という点も「いいところみっけ！」の活動で筆者が大切にしていたことである。自分ではなかなか気がつかない、人に見つけてもらった自分のいいところを、ぜひ強みにしてほしいという願いを込めた。就職活動で質問されることの1つに「あなたの長所／強みはなんですか」というのがある。自分の強みを客観的に知っておけば自己分析へのきっかけになるだろうと考えた。この授業の最後に、手元にあるカードを読み返すと人から見えた自分の姿や自分の強みもくるだろうし、そのような願いも込めた。

### 3-3. 学生の声

では、実際に行った学生の声はどうだったのか。実は、この『「いいところみっけ！」カード』の交換を始めてから、毎週のように「カードがもっと欲しい」「もっと持って行っていいですか?」という声が上がった。当初は、体験ワークのときのグループやペアで一緒になった人を書いて渡すと考えていたが、学生はもっと柔軟にカードを活用していた。グループ以外の人にも渡していたし、また授業を行っている筆者に対してもカードを書いてくれた。また、ほかの授業で一緒に友人に渡している学生や、面白かったのはゴールデンウィーク中や週末など、高校の友人や家族にもその人のいいところを書いて配ったという学生までいた。つまり、このカードが授業を超えたところで使われていたということだった。これには筆者も驚き、このような輪が広がったことをとても嬉しく思った。そのため、回を重ねるごとにカードは何枚も印刷が必要になった。学生は、図 1 にある格言メッセージを読むのも楽しかったようで、なるべく前回とは違う新しいメッセージが行き、もらうカードも新しいメッセージであるように、幾つもの格言やメッセージを集めた。それらを集めるのも最初は大変だったが、そのうち、ある学生が自分の好きな言葉を別の紙に書いて渡してくれるようになり、それを取り入れてまたカードを増やしていった。このようにして学期中に印刷したカードは 400 枚以上になった。

毎回、授業の振り返りシートを提出してもらうが、「いいところみっけ！」について、次のように書いてきた学生がいる。

率直な感想を書いて手渡しするのは少し恥ずかしいけれど、とても大切だと思いました。この授業で学んだとは、私生活にも活用できると思いましたし、なによりこれからの人生そのものに必要になってくるスキルだと感じました。(2 年生男子)

相手の良いところに目を向ける「いいところみっけ！」を授業で教わり、今でも色々な人と話すとき、相手の良いところを新たに見つけようとしています。相手の悪いところばかり見ていると嫌気がさしてきますが、良いところを重視すると、話しやすく、気分が楽になります。これが「いいところみっけ！」の大きな力だと私は思っています。(1 年男子)

このように、「いいところみつけ！」が彼らの日常の習慣になっていっているのなら、こんなに嬉しいことはない。

授業の最後に、「いいところみつけ！はあなたにとってどんな意味がありますか。いいところみつけの効果は？」という問いを投げかけた。そのときに学生が書いてきた言葉は次の通りである。

- ・お互いに長所を認め合う大切なこと
- ・人との交流の感謝を伝える、いいきっかけでした
- ・相手を観察する能力がついたと思いました
- ・人を観察するように心掛けられました
- ・嬉しさの交換
- ・恥ずかしいけれど、人に良いところを伝えることができるよい機会だった
- ・人のいいところを見つけることができ、本当によかった
- ・相手の良いところを発見しやすくなる
- ・今まで自分では気づかなかったことを知ることができてよかったです
- ・自分がどう思われているのかがわかったし、相手のことを書くのもすごく楽しかったです
- ・相手をよく見るきっかけになる
- ・色々な人と話ができるようになった
- ・いいところみつけカードは来年以降も続けてほしい！

#### 4. 考察

これらのことから、学生は純粋に「いいところみつけ！」という活動そのものを楽しんでいたことがわかる。このことを通して、人は物事のポジティブな面を探すという行為そのものに対して、とても好意的であることがわかった。良いところを探すことと、受け取ることの循環が出来ていたことが、この活動がうまくいった要因だったのではないかと思う。筆者自身も数人の学生から『「いいところみつけ！」カード』をもらったが、授業に対する肯定的フィードバックが書かれてあるそれを読むと、「ああ、こんなところが良かったのか」と客観的に知ることができたのと同時に、嬉しさがこみ上げてきて「次回また頑張るぞ！」というモチベーションにもつながった。アンケートにも見られるように、この「嬉しさの交換」は、自己肯定につながることであり、その後のポジティブな責任感が本人の中で芽生えることにもつながるだろうと考える。前年度の授業に比べて、欠席人数が減ったことには、この「誰かが自分のことを見ていてくれる関係性ができたこと」が理由の一つになっているのかもしれない。人は、光を当てられると、さらにそれに近づこうと努力するというが、この「いいところみつけ！」では、それがうまく作用したと考えられる。

これらのことからこの活動が、筆者が思い描いていた「有機的空間」への一歩へつながっていったと言えよう。

人との関係において重要なことは、「相手の存在を認めること」である。近年教育界で注目されているコーチングでも、評価ではなく相手について自分がどう感じたかをほめ言葉にして伝えることは、相手の心の中にストンと落ちとても嬉しいものであることをあげている（鈴木、

2005)。また、対話によって心をケアする専門職「精神対話士」も「暖かいひと言」を相手にかけることで、親密な人間関係が築ける(養老, 2008)と述べている。

この「いいとこみつけ!」をすることで、学生は自然に相手の存在を認め、また認めてもらうという経験になったのではないかと思われる。ここからわかることは、一種のゲームのような教室活動も、積み重なると存在肯定の深い部分とつながるということである。つまり、「カードを渡す」というゲーム感覚も含んだこの活動が、人間関係づくりへのきっかけとなったことである。ほんの些細な活動の積み重ねが、欲しい結果を出すということにつながっていることが興味深い。

## 5. 今後に向けて

この「いいとこみつけ!」の活動は、今後も授業の中に取り入れて行っていきたい。学生の声にもあったように、来年以降も続けていきたいと思っている。また今学期は、格言を紙に書いてきてくれた学生がいたが、今後は例えば「自分を動かしたひと言」というテーマで学生から募集をしても面白いかもしれないと思う。そのようにして、学生全員とこの『「いいとこみつけ!」カード』を創り上げて、より有機的空間を築き上げていきたいと思っている。

### 参考文献

- 青木安輝 (2006), 『解決志向の実践マネジメント』, 河出書房新社
- 浦登記 (2010), 『一番やさしく NLP のことがわかる本』, 日本実業出版
- エレナ・ポーター (1986), 『少女パレアナ』, 角川文庫
- 株式会社ソリューションフォーカスコンサルティング (2011) (SOLUTION FOCUS, ソリューションフォーカス) ウェブサイト: <http://www.solutionfocus.jp/index.html>, 「ソリューションフォーカスとは」 <http://www.solutionfocus.jp/history.html> (2011年8月採録)
- 木野茂 (2009), 「学生とともに作る授業—多人数双方向型授業への誘い」, 『学生と変える大学教育』清水亮・橋本勝・松本美奈編著, ナカニシヤ出版
- 社団法人日本経済団体連合会「新卒採用(2010年3月卒業者)に関するアンケート調査結果の概要」ウェブサイト: <http://www.keidanren.or.jp/japanese/policy/2010/030.html>
- 鈴木義幸 (2005), 『図解コーチングスキル』, ディスカヴァー・トゥエンティワン
- 高木展郎 (2002), 「コミュニケーションをどう教えるか」, 『日本語学 4 月臨時増刊号』, 明治書院
- 中野美香 (2010), 『大学1年生からのコミュニケーション入門』, ナカニシヤ出版
- 深田博己 (1999), 『コミュニケーション心理学—心理学的コミュニケーション論への招待』, 北大路書房
- 星野欣生 (2007), 『職場の人間関係づくりトレーニング』, 金子書房
- 山崎啓支 (2009), 『「人」や「チーム」を上手に動かす NLP コミュニケーション術』, 明日香出版社
- 養老孟司 (2008), 『対話で心をケアするスペシャリスト《精神対話士》の「ほめる」言葉』, 財団法人メンタルケア協会(編著), 宝島社

(受付: 2011年8月31日, 受理: 2011年10月9日)