

学生相談室ニュースレター

No.9

〒171-8588 東京都豊島区目白1-5-1 中央教育研究棟2階 ☎03-3986-0221 内2514

開室時間：月曜～金曜 9:30～17:00(昼休みも開室) 土曜 9:30～12:30(入試期間以外 春休みも開室)

平成26年3月14日発行



コミュニケーション能力とは何だろうか？

一般にコミュニケーション能力が高いという人のイメージとは、『自分の意見をはっきり明確に主張する』『積極的に自分の意見を申し述べて、且つ相手の話を、きらきら目を輝かせて聴き、闊達な議論を交わす』『社会的で誰とでもすぐに打ち解けて、明るく、そして爽やかな印象を相手に与える』という感じでしょうか？ やや誇張しているかもしれませんが、そういう面も確かにあります。しかし、実際はもっと普段私たちが人との関係で、少なからず行っていることではないでしょうか？

以前、来談された学生から「私は『コミショー』だから・・・」と言われて、一瞬意味が分からなかったことがあります。「コミショー」＝「コミュニケーションが苦手」「コミュニケーション障害」「コミュニケーション能力に自信がない」ということだと説明されて、初めて知ることが出来ました。私が、「コミショー？」と訊ねたことを受けて、応えてくれたことで、私と来談された方との間で、私は新しい言葉を覚え、相手は自己像、自己評価、自分の困り具合を私に伝えてくれました。コミュニケーションの成立です。

コミュニケーションは、日常いたるところで誰もが自然に行えていることです。勿論言葉にならない部分でのやり取りも含めて、人間は人間関係を通して、知恵を分かち合い、文化を伝承し、太古から生き延びてきました。コミュニケーション能力とは、人間のDNAに組み込まれて、誰もが素質を備えているものです。そしてコミュニケーション能力とは、コミュニケーションを円滑に進める力ではな

く、うまく伝わらない事態に陥ったときに、「それはなに？」という素朴な欲求だと思います。

人の体験はそれぞれパーソナルなものです。『哀しい』『嬉しい』『さびしい』『感動した』『悔しい』…全てその人にしかわからない体験なのです。マニュアル化できない、その人それぞれのものを分かち合うことがコミュニケーションの真髄です。それは、なにも『ハキハキ明るく大きな声で話すこと』『論理立てて分かりやすく話すこと』『相手の興味に沿って話すこと』でもありません。そのまま、その人の存在自体が『コミュニケーション』の第一歩です。

入学すると自己紹介をあちこちで求められます。誰からも良い印象を持ってもらいたいと張り切ったり、逆にとても苦手意識を持つことがあると思います。しかし、自分が居る事を示すだけで、十分コミュニケーションの一步が始まります。失敗も成功もありません。その場に自分を置くこと、もうちょっと勇気を出すとしたら、身近な人にそっと話しかけること、にっこりするだけでもコミュニケーションは成り立っています。

4月の新生活では、どうしてもうまくスタートをきりたいと張り切ってしまいがちです。でもあなたがこの学習院大学の敷地に入ってくただけでコミュニケーションのチャンスは沢山あります。うまく話そう、受けを狙ったり、かっこよく行こうと思わずに、とにかくキャンパスに身を置いて、だんだん慣れてみてください。あなたを生かす様々なチャンスに気づかれると思います。

大学生生活サポートトピック（2）

大学生生活に関する困りごと調査

（『発達障害のある大学生のキャンパスライフサポートブック』高橋知音 著 2012年刊 学研より引用）



これはあなたが日頃どのようなことで困っているかについての調査です。
それぞれの項目について、困っている程度に応じて、0～3の4段階で回答して下さい。

	0 困っていない	1 少し困っている	2 困っている	3 とても困っている
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				

この検査で、困りごと度合いが高得点だと自覚したら、自分一人で抱え込まずに、良かったら**学生相談室**を利用して下さい。どの項目も自分の性格や心掛けを変えることで何とか改善できると思えるものですが、分かっているでも出来ないのが人間たるゆえんです。誰かに打ち明けてみるのが、あなたの学生生活の良いきっかけになるかもしれません。