

<ワン・ポイント・レクチャー> こども未来コース(応用編)

第10回：演習形式で学ぶ青年期にある子どもとのコミュニケーション

ワン・ポイント・レクチャー(最終回)では、基本中の基本の“コミュニケーション”がどういうものなのかについてお話をしたいと思います。「今更、なんだ？」と思われるかもしれませんが、実は多くの方がコミュニケーションがどういうものかについて誤った理解を持っておられるため、敢えて取り上げようと考えています。

コミュニケーションは相手との言葉のキャッチボールだと言われますね。その“キャッチボールだ”という点をまずしっかりと押さえていただきたいと思います。

例えば、高校の野球部出身者と野球をしたこともない人同士がキャッチボールをする場合、野球部出身者であればどんな球でも難なくグラブに収めることが出来るでしょうが、未経験者はボールの握り方や投げ方も見よう見真似ですし、相手から投げられたボールがいくら遅くてもなかなか上手く捕球することができません。

つまりは、キャッチボールをすることに関しての未経験者の力量をしっかりと評価(アセスメント)をして、未経験者に合わせた距離の取り方、投げ方、球速などを工夫してこそ“キャッチボール”が成り立つのではないのでしょうか？

何を言いたのか？という、言葉のキャッチボール(コミュニケーション)をするためには、どのような場合であっても、まずは相手を理解することのために言葉のキャッチボールをし続ける必要があるということなんです。つまり、相手のその時々々の心身の状態とそれに伴う感情、そもそもの理解力・語彙力、コミュニケーションを取ることに對するモチベーションの程度などを理解することが先決だということなんです。それをコミュニケーションを取りながらしていくことが大切なんです。

しかも、コミュニケーションは言葉によるものだけで成り立つのではなく、非言語サイン、つまり相手の表情、目、雰囲気、態度、自分との距離の取り方や立ち位置や座る位置やその角度、話す時の間の取り方・言葉使いがクソ丁寧なのかぶっきらぼうなのか、声の高低や優しい物言いなのか激しい口調なのか、言葉数は普段と比べてどうかなどといったことを、コミュニケーションを取りながら読み取っていく必要があります。

文化人類学者で非言語コミュニケーションの研究者のレイ・バードウィステルは「コミュニケーションの35%は言葉によるもので、残りの65%は非言語サインから成り立っている」と言っています。つまり、コミュニケーションの相手を全体的に理解しようとする場合、単に言葉のやり取りだけでそれをしようとするのであれば相手の三分の一程度しか理解しかできないということになります。

しかも、その時の受け手(あなた)の心身の状態によっては、相手の発する言葉を適当にやり過ぎてしまうので、言葉そのものの理解すらも十分に出来ません。これらを考えると、如何にコミュニケーションを取るということが難しいことかが分かっていただけるのではないかと思います。

中国で今でも公文書に使われている「聽」という文字(繁体字)が、相手の話を聴くことの難しさを

表わしています。

さて、思春期にある子どもたちの主な特徴の一つは、自分自身を客観的に捉えることができるようになるため、自分は他者から見てどう思われているか？ということが気になって仕方がない時期にあるということです。それにもかかわらず、特に親に対しては内面をさらけ出さず、悩みを打ち明けません。そのため、イジメにあっていても親の前ではその悩みを隠そうとします。

もう一つの特徴は、この時期、『カリギュラ効果』といわれる心理的効果が関係しており、親がダメといったことに対しては逆に強くやりたくになってしまう心理状況にあります。特に、思春期は親になんでも反抗したがるこのカリギュラ効果を最も発揮しやすい時期だけに、分かりきっていることをいちいち言われるのが、非常にうっとうしい時期なんです。

そのような思春期の特徴を踏まえると、単に親の考えや思いを一方向的に子どもに話したり、忠告したり、指示・命令するといった形でのコミュニケーションの取り方は逆効果になることは理解していただけたと思います。

では、どうすれば良いのか？ まずは、子どもを理解するための“コミュニケーション”を心掛けること、また、子どもが苦しみや悩みを抱えていることを非言語サインを通して知ろうと努力し、その苦しみや悩みの程度に寄り添った言葉かけ（共感的な反応）をしようと努める姿勢を取るようしてください。が、親としてはこれがなかなか大変な取り組みなんです。自分の感情をコントロールしながらコミュニケーションを図ろうとしなければなりませんからね。ついつい、悩み苦しんでいる子どもの姿を目のあたりにすると、どうしても励ましたり、こうしたら、ああしたらとアドバイスを送りたくなりますからね。

でも、実は、時期尚早の励ましやアドバイスは、子どものためではなく、親自身の自己満足であったり、その姿を見ることの苦しさから親自身が解放されたいがためにしてしまっているんです。

でも、大丈夫ですね。このこども未来コース（応用編）では、子どもの心のメカニズムとコミュニケーションの上手な取り方を学んできたはずですから。

もし、まだまだ不安があるとか、具体的にもっと深めていきたいと思われる方は、2020年度から開講しますゼミナールに参加して、実践的なコミュニケーションスキルを身につけてみられては如何でしょうか？