

人権保育専門講座 6



「コミュニケーションを大切にしたら人権保育」

NPO 法人 NIED・国際理解教育センター 伊沢 令子 さん



人権保育専門講座 6 は、「わたしを大切にし、ひとを大切にするコミュニケーション」をテーマに、NPO 法人 NIED・国際理解教育センターの伊沢令子さんを講師に招いて、津・伊勢・尾鷲の 3 会場で 70 名の方に参加をいただき開催しました。

講座では、伊沢さんのファシリテートのもと、参加者は多種に及ぶワークショップに取り組みました。笑顔がたえないあたたかな雰囲気の中、コミュニケーションの定義や目的、より良い人間関係をつくるコミュニケーションの在り方などについて、参加者は体感的に学びました。



【講座を始めるにあたって】(当日配付資料から抜粋)

私たちは他者とのかかわりあいの中で、一人ひとり異なるかけがえのない自分であることを知り、一人では生きていけないこと、一人では生きていけないこと、人との関係の築き方を学んでいきます。

様々な人間関係、様々なコミュニケーションを通して、あなたやわたしは育ってきましたし、これからも育っていきます。

人間の本质は、相互依存（互いにかかわり合い、作用しあう）を抜きにして語ることはできず、人間らしく生きることの根源は、コミュニケーション（伝え、受け取り、共有し、関わること）にあります。コミュニケーションが人を育てるのです。

この、「人を育てるコミュニケーション」という視点からみた今の社会はどうでしょう！？本当は人も国もお互いに相手の存在や安心し信頼できる関係を必要としているにもかかわらず、便利さ、効率、経済成長を求め、実現した一方で、人と人、人とコミュニティのつながりは分断され、人間関係の希薄化が様々な問題を作りだしています。

SNS のメリットとデメリット、ケータイ依存、ネット中毒、仮想現実を操るゲーム、こどもたちの孤食、高齢者の孤独死、不登校、ひきこもり、虐待、いじめ…。私たちの社会では、双方向のあたたかい人間関係を築くための技術を習得する機会や、人と人とが深く出逢う機会そのものが失われてきているようです。

文化や社会体制の違い、世代間のギャップなどを超え、課題を解決しつつ今と未来を共に生きるためには、互いに対等にいていねいにコミュニケーションできることと、よりよい関係性を育て合えることが「鍵」！

わたしとあなた、女と男、子どもとおとな、南と北、自然と人間…関係性が変われば世界は変わります。

「わたしを大切にする+人を大切にするコミュニケーションのあり方」が今日のテーマです！



【本講座のねらい】

- (1) コミュニケーションの定義、目的、意義について理解する
- (2) コミュニケーションを通して、どのように自己理解、相互理解、共通理解が進むのかを体験する
- (3) 育て合い育ち合い、よりよい関係を築くために役立つこと、大切なこと、できることを考え共有する

【講座の様子】

活動①「名刺をつくろう」

(活動内容)

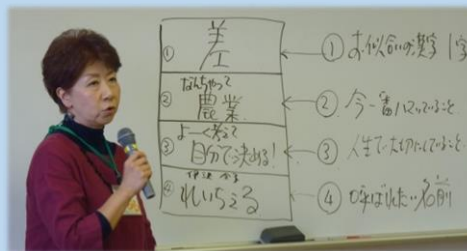
- ① A4の紙に下の4つの質問の答えを書く。
- ② 用紙を使ってグループ内で自己紹介をする。
(自己紹介用紙)

① 自分を表す漢字(一文字)

② 今いちばんハマっていること

③ 人生で大切にしていること

④ 今日呼ばれたい呼び名



ただ読むだけではなくて、書いてあることを説明するように、いろいろ付け加えて紹介しましょう。

今日のグループはアットランダムに組んであるので、初対面の方ばかりかと思います。「この人はどんな人だろうか」と不安だった方もみえたのでは？

しかし、このやり方で自己紹介をしたことで、初めての人であっても、その人の「人となり」が垣間みえたのではないのでしょうか。自分と同じところがあれば共感もてるし、違いがあれば興味につながります。大切なのは、人に「関心をもつ」ということです。それが一人ひとりを大切にしてくこと、人権を守ることににつながります。



活動②「4のわたし(ひとつはウソ)」

(活動内容)

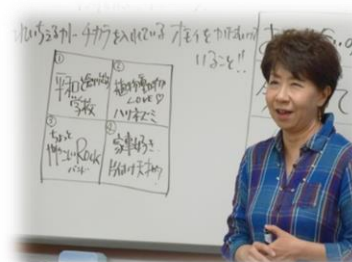
- ① 自分ことで「知ってほしいこと」を4つ書いてください。
- ② ただし、そのうちのひとつはウソのことを書いてください。
- ③ 書いた紙を利用して自己紹介をしてください。
- ④ 他の班員は、4つのうちどれがウソか考えてみましょう。



コミュニケーションが苦手だ、人と話をするのは好きじゃない、という人もいます。しかし、人は基本的には「自分のことをわかってほしい」と考えている存在だと言われています。もしうまく自分のことを伝えられずに、人から誤解を受けてしまうことが続いたならば、「もう人とかかわるのは御免だ」となってしまいますよね。

この活動のミソは、全部が本当ではない、ウソがまじっている、ということです。

自分の書いた4つのことで、本当の自分のことを班員から当ててもらった人は「うれしい」あるいは、ウソを選んだ班員に「残念、本当の私は…でした」と打ち明けて班員から「へえ〜」等のいろんな反応を得て、「楽しい」と感じませんでしたか？「自分のことを知ってもらうことはいいことだ」と感じてもらえればいいなと思います。



【ここで「コミュニケーション」について改めて考えてみましょう】

私たちNPO法人NIEDでは、世界に関心を向けて、海外の遠くにいる人ともコミュニケーションができることを支援しています。しかし、海外の人と理解を深めようとするならば、まずはごく身近な人とコミュニケーションがとれるような人でなければなりません。

「海外の紛争や飢餓に何とか力になりたい」と考えているならば、他者の考えや気持ちに共感できる力が必要です。そうしたスキルは、普段の身近な人とのかかわりをとおして高められるものです。だからこそ、日頃からコミュニケーションをとれるようにしておきたいところです。

コミュニケーションをとるうえで大切なことがあります。それは「自分を肯定する」ということです。これは単に「自分のことを好きになる」という意味ではありません。

例えば他者から自分のことを一方的な先入観で「あなたって…な人ね」と決めつけられた場合、とても嫌な気持ちになりますよね。見た目や思い込みで決めつけられてしまうことは、自己肯定感に大きく影響するものです。

そこで、自分のことを理解してもらうために、「私って…なんだよ」ときちんと伝えられているかどうかポイントとなります。あるいは、「あなたってどういう人?」「何か困ってることない?」と聞いているかどうかポイントとなります。

つまり、コミュニケーションをとおしてお互いのことをきちんと理解を深めることは、それぞれの自己肯定感と大いに関連しているのです。

ここで、「コミュニケーション」とは何か、定義づけてみると、次のとおりでしょうか。

コミュニケーションとは、「情報の伝達」と「共有し受けとめ合うこと」

「情報の伝達と共有」としましたが、「情報」とは何でしょう? 「情報」とは、気持ち、考え、知識、経験などです。

ポイントは、「受けとめ合う」というところです。一方的に伝えるだけではコミュニケーションとはなりません。「新聞とコミュニケーションする」とは言いませんよね。コミュニケーションの本質的なところでは。

次に、コミュニケーションを「3要素」にまとめてみましょう。

コミュニケーションの3要素

- ①「考える」・・・自分を振り返る
- ②「伝える」・・・相手に心をひらく
- ③「聴く」・・・相手を受け入れる

まず自分のことを振り返り、相手に心をひらきながら考えや思いを伝え、相手のことを受け入れる…ということが「コミュニケーション」です。他者とよい関係がつけられているときは、この3要素がそろっている時です。

「コミュニケーションは苦手だ」という人もいると思います。しかし、コミュニケーションの3要素は、トレーニングや研修で養うことができます。その点で、こうした研修に参加することはとても大切なのです。

「よりよいコミュニケーションをとることは、よりよい人間関係を築くこと」なのです。本日の講座でいちばん伝えたい部分です。

活動③「ちぎり絵づくり」(コミュニケーションなしですすめる作業)

(活動内容)

- ①グループに1枚の新聞紙を配付します。
- ②新聞紙を使って「うさぎ・かめ・キリン・くじら・そう」のどれか一つのちぎり絵を作っていきます。(まず、何の動物のちぎり絵をつくるか決めてください)
- ③一人1回ずつ新聞紙をちぎり、中央におきます。次の人に新聞紙を渡し、順番で紙をつぎ足していきます(順番をあらかじめ決めておいてください)。
- ④この作業をしている間、メンバーどうしでのコミュニケーションはとらないようにしてください。言葉、ジェスチャー、表情、目くばせなどは厳禁です。
- ⑤自分の順番のときに「これで完成」と判断したら終了してください。



動物のどのパーツから作りはじめてもかまいません。

笑顔もみせないようにしましょう。

やってみていかがでしたか？

「どこで完成したと言えるのかわからない」「前の人がおいたのはどのパーツなのか」「自分のイメージとちがう形になっていってるぞ」…など、困惑したり、驚いたり、疑心暗鬼になったりした人もいたと思います。

続けて、この作業をより難しくします。次の条件ではどうでしょうか。

(活動内容)

- ①同じ要領でちぎり絵をつくってください。
- ②ただし今度は、「うさぎ・かめ・キリン・くじら・そう」のうちのどの動物をつくるのか、事前に話し合わないで作業をはじめます。
- ③作業をはじめる前に班員一人ひとり「自分はこれを作る」と心の中で決めてください。

今回はどうでしたか？

「これは自分が作りたかったものだ」と満足している人はどれだけいるのでしょうか。「本当はちがうものを作りたかったけど、完成するために他の人にあわせた」という人もいたのではないのでしょうか。

2回の作業でちがいはありましたか？

1回目の時は「目標」を共有して作業しました。しかし、2回目は「目標」「方向性」を合意せずに作業をはじめました。おそらく、2回目は、1回目よりも出来栄えに満足できなかった、という人が多かったと思います。

この2回の活動をとおして、『コミュニケーション』の役割について気づくことができます。もしも、私たちがコミュニケーションをとり合わなかったらどうなるのでしょうか。ぜひ考えてみてください。このことを考えると、コミュニケーションがどれほど大切か、気づくことができます。

例えば、「目標」を共有することが大切だと実感されたと思います。それもコミュニケーションをとらなければできないことなんだと再確認できます。

【保育・教育の現場における「よりよいコミュニケーション」の大切さ】

人は多面的な存在です。一面だけで判断できません。だから、「その人」のことを知るためには、「その人」についての情報が多く必要となります。コミュニケーションは、「その人」についてのいろいろな情報を得ることができるものです。

コミュニケーションによって得られた「その人」についての情報を、肯定的に受け取ることで、「その人」を多角的に捉えることができます。相手からすれば「自分の存在を受け止めてくれている」と実感できることで、自己肯定感の高まりにつながっていきます。自分のことをありのままに他者から承認された経験、間違っていると真摯に指摘を受けた経験のある人は、自己肯定感が育ち、他者を大切にすることにつながります。

このことは、保育・教育の現場で子どもたちとのコミュニケーションをとるうえでも大切にしたい点です。

(当日の配付資料から)

わたしを大切にすること ひとを大切にすること

じぶんのからだがかたかったら ひとのからだを暖められないように
じぶんのところがギスギスしていたら ひとのところを受けとめられないように
じぶんの部屋がちらかっていたら ひとをその部屋に入れられないように
じぶんを大切に感じられなかったら ひとを大切にするのはむずかしい
まわりがみんな敵にみえたとき
いつものように「おはよう」って言うてくれた そのひとの声があたたかかったから
わたしもだれかにあなたはひとりじゃないって
伝えられるようになりたい
ひとからもらったカケラを大切にすることは ひとにさし出すカケラを大切にすることとおなじ
傷つけられているひとをだまってみていたら そのひとだけじゃなく
じぶんの誇りも傷つけることになる

じぶんを大切にできるひとになりたい
じぶんを大切にできるひとがひとを大切にできるひとだから

<『人権の絵本①じぶんを大切に』大月書店、2000年より>

私たちは小さいころから様々なコミュニケーションを行っています。それらのコミュニケーションの中には、自分を元気づけるものもあれば、やる気をそいだものもあったと思います。例えば、人からかけられてうれしかった声かけというものが誰にもあるかと思います。

「人の力を引き出す言動」つまり「人を育て、高める言動」として、具体的にどのようなものがあるのか、みなさんで考えてみてください。それらの言動こそが、子どもたちの人権を尊重する保育・教育につながるヒントとなります。

子どもたちが自分の良さや他の子の良さに気づくことができるよう、保育・教育の現場に勤めるみなさんは、子どもたちと「よりよいコミュニケーション」をとっていただきたいと思います。

そのために自分のできることは何か、ぜひ考えていただきたいと思います。



(参加者の感想から)

- グループワークで、様々な方と出会う場、共感できる場ができよかったです。人にとって気持ちの良い言葉の重要性を改めて感じました。
- いろんな方とお話しすることができ、楽しい研修でした。どちらかというと、内向的な自分ですが、コミュニケーション能力は誰でも身につけられるということで、コミュニケーション能力を高めたいと思います。
- 参加型だったので、経験しながら学べ、良かったです。聞くだけより、自分で考えて伝えることで、大変な部分もありましたが、楽しくコミュニケーションの大切さを学ぶことができました。
- コミュニケーションがとれないと、どれほど不安でもどかしさを感じるのかを実感でき、コミュニケーションの大切さを改めて知ることができました。
- 自分の考え、他の人の考え、感性の違いも感じ、それは一人ひとり違って当たり前、それがあから面白いとも感じました。
- コミュニケーションとは、相手の思いを聞くことだと思っていたけど、今日の内容で自分を振り返ることが、3つのうちのひとつだったことが新たな発見でした！！自分をもっと発信して、良い関係をつくっていかれたらと思います。
- 色々な自己紹介の仕方でも、自分のことさえも、自分がよく分かってきました。とても面白かったです。別の会合で、初対面の方がいれば使わせていただきます！！
- まずは自分のことを振り返り、よく知るところから始まり、改めて自分自身を見つめ直すことができました。そこがないと、他人のことを知ろうとすることができないということを感じました。
- 人の力の発揮を助ける言葉や態度、コミュニケーションができているのか？子どもたちの力の発揮を助けられる保育士になれるように…コミュニケーションを大切にしていきたいと改めて感じました。
- コミュニケーション力がとても不足していると感じる子どもたち、それにおとなも…悩んでいたテーマだったので、とても勉強になりました。
- 自分の気持ち、人の気持ちを大切に、人に関心を持ち、話し合っていける職場関係づくりをしたい。
- 今回参加できて、大変有意義に過ごすことができました。人間関係をスムーズに行うためのコミュニケーションの大切さを実感しました。これをまた職場で生かしていきたいと思います。子どもに対して、職場の中で大いに役立つと思います。
- 家庭支援推進保育士をしているので、今回の自己紹介のところを、保護者とともにしていけたらと思います。さっそく明日の学習会でします！！