

とっとの芽の支援者スキルアップ講座 PART3

支援に役立つ コミュニケーション術を体験しよう



本講座のコンセプト

- 『誰もが自身の問題の専門家である』
- 本講座では、ワークを通して、みなさんのコミュニケーション上の問題を解決する手がかりを発見していただきます。
- みなさんが自分自身の講師です。
- ご協力の程、よろしくお願いいたします。



ワーク／ロールプレイの目的

1. 自分の会話の特徴を知る
2. 他の人の会話を客観的に見て、良い点・悪い点について考える
3. 自分が苦手な人との会話でも、別の人やると全然違う“会話”となることを体験する

→ 会話が上手いかないことを相手のせいにならない

→ かといって自己否定・自己憐憫に逃げ込まない



第二の支援者

- ロールプレイで5分経過後、【観察者】は【支援者】と交代しますが、そのときに『今までの支援者と同一人物』という体で支援を続けてください。
- もしそれまでの会話／支援が上手くいっていない場合には、なんとか違う流れになるように工夫してみましょう。



こんなことありませんか？

- 当たり障りのない質問ばかりを繰り返し核心に踏み込めない
→ 思い切って踏み込んでみましょう！
- 質問がオープン／クローズのどちらか
- どちらか一方ばかりが一方向的に話していて“会話”になっていない



支援者は常識に支配されている

- 支援者は主に今までの経験や常識を頼りに支援を実施しているケースが多い
- 実際には必ずしも自分の経験や常識が当てはまるケースばかりではない
- しかし効果が出ていなくてもそれに気づかず、同じ方法を繰り返してしまう
→ つまり“常識”に支配されている！



会話が上手くいかないときは①

- 相手のことを理解していますか？
- 今回のロールプレイのように、相手の役を何分演じられるでしょうか
- 相手を『理解する(=understand)』ためには相手より下に立つ(=under-stand)ことが必要です



会話が上手くないときは②

- あなたが考えているのはどの領域でしょうか？

1.「私の領域」

...例) どうすればもっと上手に会話できるようになるだろう

2.「あなたの領域」

...例) なぜあの人は私の言うことを聞いてくれないのだろう

3.「神の領域」

...例) もっと自分に才能があればよかったのに



会話が上手くないときは③

- あなたは「正しいこと」を言っていますか？
- 「正しさ」は役に立たない
 - 例1) 太っている人に「太っているね」と言う
 - 例2) 太っている人に「ダイエットしたほうがいいですよ」
- 「何を言うか」ではなく「誰が言うか」
 - 例1) を親友から言われる
 - 例2) を信頼している先輩から言われる



まとめ

- 会話が上手くいくのは支援対象者のおかげ。会話が上手くいかないのは支援者のせい。
- “絶対に会話が上手くいかない人”なんて存在しない
- 何か新しい知識を仕入れても会話は上達しない
- 会話は“スキル” 上達するためには訓練あるのみ！

