

## より良い人間関係を築くコミュニケーション

氏名:石井 三恵(いしい みえ)

学部:教務部

学科:キャリア教育推進室

職階:教授

連絡先:※下段、お問合わせ先をご参照ください。



### 研究の概要

・これからの社会は互いを尊重した多様性社会である。私たちは、さまざまな差異を超えて協働しなければならないことを知識として理解しているつもりでも、なかなかその思いをことばに出せない自身の存在に気が付いている。つまり、知性と言動が一致していないのである。

・「NO」を相手に伝えることがいかに困難であるかをだれもが知っている。しかし、「NO」を伝えることが人間関係を崩壊させると信じていることを覆さなければ、第一歩は踏み出せない。この点を1960年代のアメリカ公民権運動を基盤として、再度研究開発されてきたア

サーティブネス理論に基づき、ワークショップやトレーニングを展開する必要性を説いている。アサーティブなコミュニケーションの在り方 (石井、2009)

・実際に、アサーティブネス理論に基づいたコミュニケーションのワークショップは、日本の多くの自治体、教育委員会、女性団体や企業等のビジネス組織における研修でも使用されており、個人差はあるが、産業医からも効果的であるとのデータを得ている。



**特長・効果**

- ・コミュニケーションを単なる話し方の問題とするのではなく、戦略として身に付けるものとの位置づけを行い、相手を尊重しつつ、その一方で自分を尊重し、自分の気持ちや感情を伝えていくことであると定義する。
- ・自分ひとりで生きているのではなく、他者の存在を認め、協働することの重要性を理解するために、社会とかわる機会をグループで設け、ロールプレイ等を通してトレーニングしていくことに特徴がある。

**利用・用途**

- ・自己肯定に基づく自尊感情と他者理解を深め、積極的な建設的意見提案が行える第一歩を築くことができる。
- ・自律的な精神を養うことと、他者との協調を踏まえた人間関係を構築する必要性に気付くことができる。

### 【関連資料・特許・文献・参考事項】

1. 石井三恵 『共に学ぶ女性学』 泉文堂 1998
2. 佐藤啓子編石井三恵他著 『ワークプレイス共生論』 嵯峨野書院 1998