

コミュニケーション概論

平成20年5月23日

ふるさと活力人養成セミナー(第2期)

講師 前中ひろみ

目次

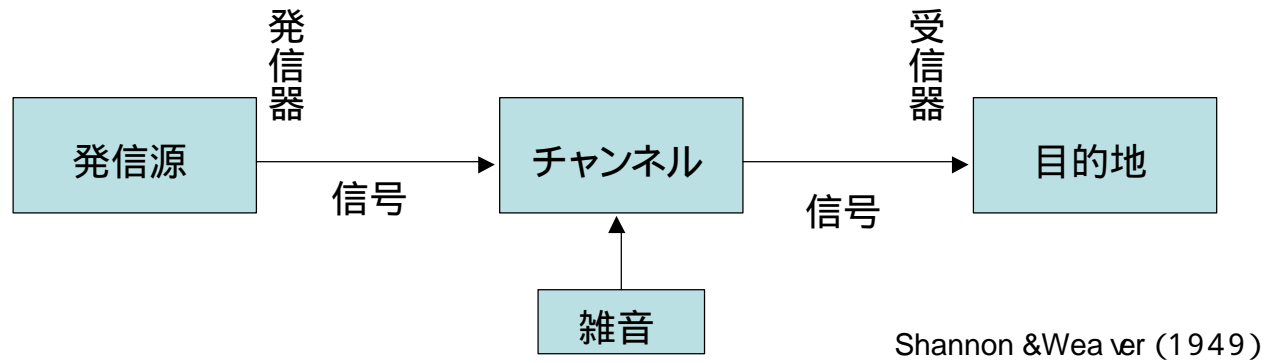
1. コミュニケーションの基礎概念
 2. 対人コミュニケーション
 - 自己分析
 - トレーニング : 聞き方の技法
 - 聴き方の技法
- 時間があれば …
- グループコミュニケーション
 - 組織のコミュニケーション

1. コミュニケーションの基礎概念

(1) コミュニケーションとは？

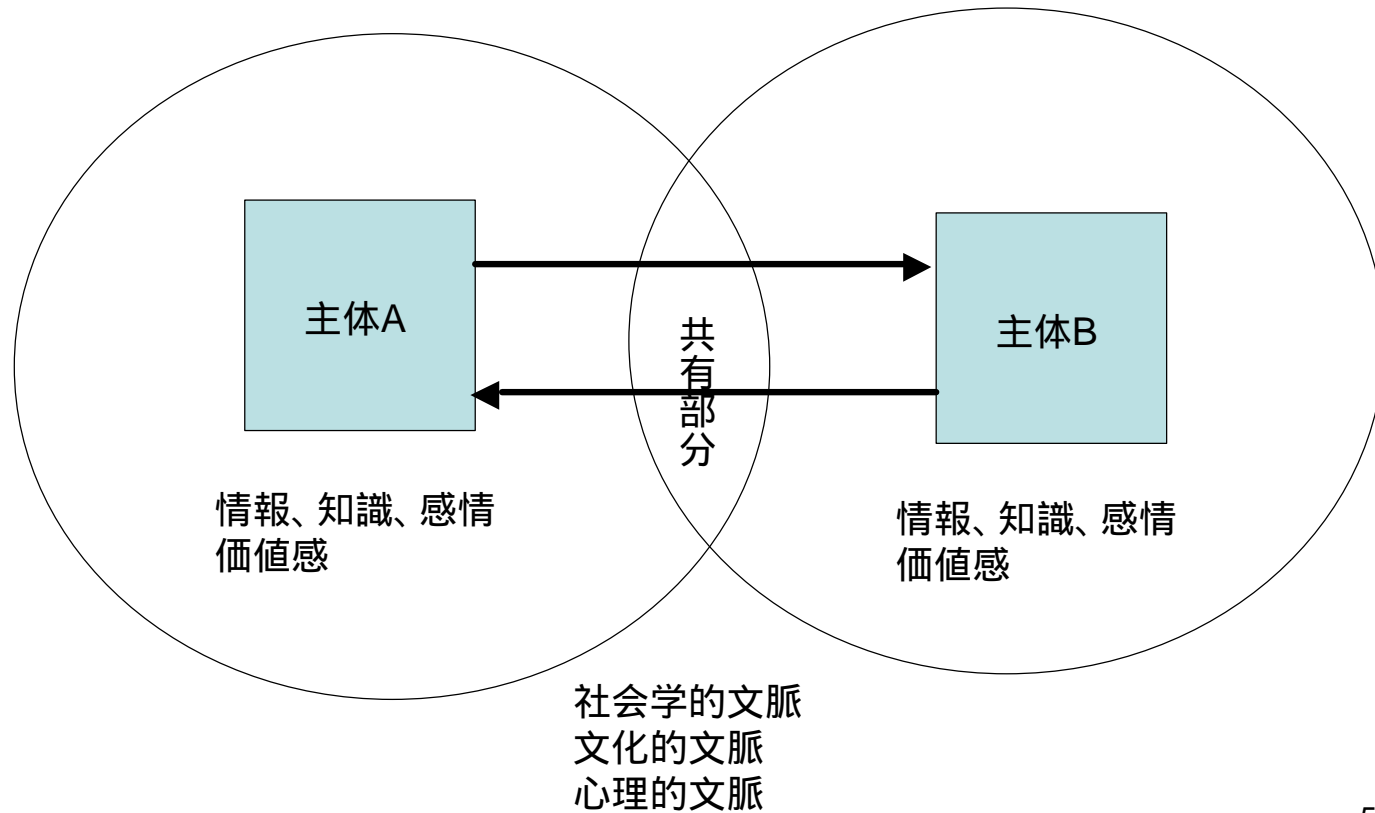
- 語源 :communicare 「伝えて共有すること」
- 日常的には「何事かを伝える」、「意思疎通ができる」、「関係がうまくいく」
- 学術用語としては多義的で広範な研究対象領域を有する。
コミュニケーション学の領域
社会学、メディア論、言語学、社会心理学、臨床心理学、
精神病理学、文化人類学、等

(2) コミュニケーションモデル - 1



単純で応用範囲が広い。
一次元的、平面的
メッセージの意味は考慮されていない
発信者と受信者の関係が一方的

(2) コミュニケーションモデル - 2



(3) コミュニケーションの種類 - メッセージ

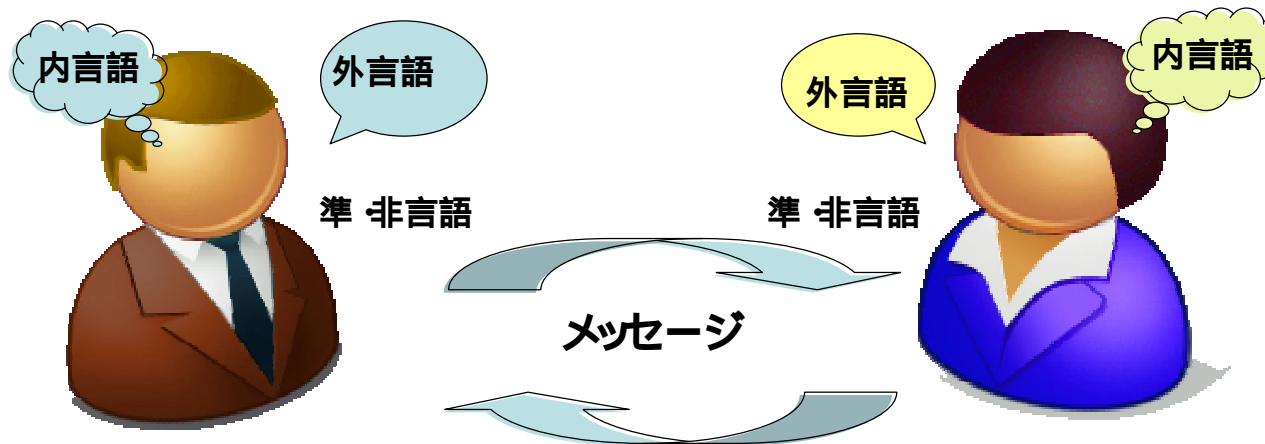
- 言語コミュニケーション
- 準言語コミュニケーション
音の長短、強弱、抑揚、速度
- 準・非言語コミュニケーション
表情、視線、身ぶり、姿勢、身体的接触、
身だしなみ
空間 (対人距離)
背景 (場所、音、配置) など。

(4)コミュニケーションの類型 - レベル

	コミュニケーション者	接近度	利用知覚チャンネル	応答の即時性
マス	多数	低い	最少	遅い
組織				
公衆				
小集団				
対人	一人	高い	最大	速い
個体内				

対人コミュニケーション

メッセージのやり取り



対人コミュニケーション

なぜ人とコミュニケーションするのか？

1. 情報や知識を得る。
2. 楽しむ。
3. 相手に情報や知識を伝える。
4. 感情を分かち合う
5. 相手に影響を与える。
6. 相手との対人関係を形成し、発展させ、維持する。
7. 課題を解決する。

深田博己 (1998)「インターパーソナルコミュニケーションー対人コミュニケーションの心理学」

対人コミュニケーションにおける 言語コミュニケーション

- 語彙力
- 表現力
- 方言
- 丁寧・敬語

対人コミュニケーションにおける 準・非言語コミュニケーションの重要性

- 話し手の第一印象の65%は非言語コミュニケーションで決まる
- 言葉だけでは気持ちは伝わらない。
- 適切な非言語コミュニケーション
- 言語・非言語の一致
 - 完全一致 不完全一致 完全不一致
- 説得には、自信に満ちた明確な話し方と態度

コミュニケーションの特性

1. 不可避性
2. 目的、内容、相手との関係
3. 進行性
4. 相互作用(一方向・双方向いずれの場合でも)

対人コミュニケーション

コミュニケーション能力を高めるには？

まず、普段の自分について知る。

改善すべきことを認識する。

技法を学ぶ。

意識的に実践する。

対人コミュニケーション自己分析

浅野八郎「対人コミュニケーション術100の処方箋」

1. 熱意を伝える。

- イエス・ノーだけですむ質問ばかりしていないか？
- 無意識に会話を終わらせる返事をしていないか？
- ただしゃべればよいと思っではないか？
- 相手が答えようの無い質問をしていないか？
- 会話を一人で独占していないか？
- 人のおしゃべりを乗っ取っではないか？
- 相手の話の先回りをしたことは無いか？
- ただ相手の話を聞いているだけではないか？
- 相手をよく知らないまま会話をしていないか？

- 会話で相手のプライバシーに突っ込みすぎていないか？
- 単調な相槌ばかり打っていないか？
- 電話での会話で相槌を忘れていないか？
- 聞き手の沈黙に恐れを感じたことはないか？
- 初対面の人との会話に困ったことはないか？
- 相手との共通点を探す努力を怠っていないか？
- 相手の立場を思いやるのを忘れていないか？
- 椅子なんてコミュニケーションに関係ないと思っていないか？
- 話すとき座席の位置関係を無視していないか？
- 雰囲気飲まれて会話ができなかったことはないか？

2 .関係を深める。

- 長時間一緒にいれば関係が深まると思っていないか？
- 相手の表情を観察するのを忘れていないか？
- 失敗談を語るのは恥ずかしいと思っていないか？
- 相談を持ちかけるのをためらっていないか？
- プライバシーを秘密にしすぎていないか？
- 相手の名前を呼ぶことに抵抗を感じていないか？
- 言い訳ばかりしていないか？
- 相手をほめるのをためらっていないか？
- 相手を好きになる努力を怠っていないか？
- 相手が話してくれないことにイライラしたことはないか？
- 相手の動作に無関心ではないか？
- 食事とコミュニケーションを切り離していないか？

3.自己開示について

自己開示とは自分がどのような人物であるのかを
他者に言語的に伝える行為

機能

1. 相互理解機能
2. 親密化機能
3. 自己洞察機能
4. 感情コントロール機能
5. 不安低減機能

* 自己開示は対人コミュニケーションの鍵

ちょっと一息。。。

コミュニケーションは進化しているか？

「いつでもどこでも誰とでも」 = 「いつでもどこでも誰からも」