

他者との意識の繋がりを育てる：  
関係性を重視したコミュニケーション教育

梶谷久美子

コミュニケーションは相手との意識の繋がりがあって初めて成立するものです。その他者と繋がり合うという意識は、五感への意識を高め、コミュニケーションの相手や周囲の状況からより多くの情報を収集できるようになることで深めることができます。

また、自分自身の心と身体の状態を把握し、それらをコミュニケーションの目的に合わせて上手にコントロールしながら声に出して伝えることができるのがよき表現者です。心と身体と声がしっかりと繋がったメッセージは聞き手の心を掴みます。この聞き手の心を掴む「相手に届く声」もまた、相手と繋がりが意識されていなければ発することはできません。

このワークショップでは、コミュニケーション理論、トマティス・メソッド（聴覚・発声トレーニング指導方法）、アレキサンダー・テクニーク、EQ理論の知見を活かしながら、五感、身体、声といったコミュニケーション・ツールを効果的に使用するための訓練方法をご紹介します。一連のアクティビティーは、（１）五感への意識を高め、（２）相手に届く声について学び、（３）他者との意識の繋がりを深めるものです。