



# あゆみ

八潮市立八潮中学校  
八潮市中央1-1-2  
TEL:048-996-4219  
生徒数 542人

## 「コミュニケーションの基本」

校長 市川 真志

9月は本当に雨が多く、すっきりしない日が続きましたね。外で思いっきり体を動かす機会も少なく、ストレスが溜まった人も多かったのではないのでしょうか。一方で、「そのおかげで熱中症の心配が少なくて良かった」という捉え方もあります。物事にはどんなときも良い面と良くない面があります。できるだけ良い面に着目して前向きに捉えられると素敵ですね。

さて、10月は中間テストから始まり、学校最大の体育的行事である「体育祭」が行われます。毎日、皆さんが一生懸命練習する声が校内に響き渡り、今から24日の本番がとても楽しみです。体育祭をはじめとする行事では、全員が何かしらの役割を担います。一つの行事を成功させるためには、どの役割も欠かせません。だからこそ、同じ系の仲間や、種目を一緒に頑張る仲間との「コミュニケーション」がとても大切になります。ここで、コミュニケーションの基本に関する有名な研究を一つ紹介します。

アメリカの心理学者アルバート・メラビアンの研究によると、人が相手の感情を判断するとき、どの情報から影響を受けているかの割合が示されています。結果は、一番影響を与えるのが表情や目線、態度などの「視覚情報」で55%。次が声の大きさやトーンなどの\*「聴覚情報」で38%。そして、話している言葉の内容そのもの（言語情報）はわずか7%でした。つまり、メッセージを伝えるときには、話の内容以上に「どんな表情や態度で話しているか」が相手の心に影響を与えるのです。

私も最初はこの結果に驚きましたが、よく考えると納得できます。「みんなに想いを伝えたい!」と思って話している人の言葉は、自然と表情や態度に表れ、聞き手の心にしっかりと届きます。逆に、どんなに良い内容を話していても、態度や表情が投げやりであれば相手には伝わりません。「相手の目をしっかりと見て話す」「伝えたい気持ちを態度で表す」といった、「どう伝えるか」がとても重要なのです。

先月行われた「八潮市英語弁論大会」に出場した3年柳下結菜さんや2年風間紫帆さんの発表は、まさにそれを証明していました。私は英語がそれほど得意ではないため、話の内容をすべて理解できたわけではありません。しかし2人の身振り手振りや真剣な目線から、伝えたい想いが強く響いてきました。「視覚情報」の大切さをあらためて実感した素晴らしい弁論でした。今やスマホなどの画面越しに、文字だけでやり取りすることが増え、とても便利になりました。しかしその反面、自分の本当の気持ちやぬくもりが相手に伝わりにくくなっている面もあります。この体育祭やこれからの学校生活を通して、ぜひもう一度コミュニケーションの基本に立ち返り、「直接会って顔を見て話すこと」を意識してみてください。体育祭が、皆さんの心のつながりをより深く、強いものにするきっかけになることを心から願っています。

