

A Practice Report of Social Skills Training for
Citizens

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2020-03-26 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 藤枝, 静暁 メールアドレス: 所属:
URL	https://saigaku.repo.nii.ac.jp/records/1297

This work is licensed under a Creative Commons
Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0
International License.



市民を対象としたソーシャルスキル・トレーニングの 実践報告

A Practice Report of Social Skills Training for Citizens

藤 枝 静 暁

FUJIEDA Shizuaki

はじめに

本学では毎年秋に市民を対象に公開講座を開催している。2018年度は心理学科が担当した。4名の教員が1回ずつ担当し、計4回行われた。本稿は第1回の実施報告である。

テーマ

公開講座全体のテーマは「人生豊かに生きるための心理学からのヒント」であった。

第1回のテーマは「ソーシャルスキルを身につけて、聞き上手をめざしましょう」であった。案内チラシには、その概要として、「相手の話を「じょうずに聞く」ことができると、3つの良いことがあります。そこで、第1回のテーマは「聞き方のコツ（ソーシャルスキル）」を紹介し、座学だけでなく、2人組での演習もあります。楽しく学びながら、『聞き上手』をめざしましょう。」と紹介した。

このテーマを選択した理由は、①筆者の研究対象がソーシャルスキルであること、②筆者は東京都内の複数の市民大学においても講師を務めており、そこでは、市民からコミュニケーションに関わる内容をテーマに取り上げて欲しいという要望が多いから、である。

日時と場所

第1回は2018年10月13日（土）、14時～15時30分に埼玉学園大学の教室で開催された。

参加者の特徴

講座への事前参加申し込み者は59名であった。男性26名、女性33名であった。そのうち、第1回の参加者は46名であり、事前参加申し込み者数に対する当日の参加者数の割合は78%であった。年

齢は19歳から83歳までと幅があった。60歳代と70歳代が最多で、全体の8割以上であった。参加者の特徴は、シニア世代で女性が多かったと言える。

講座を知ったきっかけは、最も多かったのが「広報：かわぐち」であり、次いで、「公民館のチラシ」、「埼玉学園大学HP」を見たであった。川口市内の広報媒体が有効利用されていると言える。

受講理由は、第1位が「知識や教養のため」、第2位が「内容が面白そう」、第3位が「受講無料のため」であった。学習への関心・意欲が高い方が参加していたと言える。

講座内容

講座の冒頭で、第1回ということ踏まえて、参加者がリラックスするように、また、参加者同士が顔見知りになることを期待して、前後左右の人と握手して、自己紹介するというワークを行った。その後、講義に移った。講義はパワーポイントを利用して行われた。パワーポイントのスライドは資料として参加者に配布された。その内容は、コミュニケーションのコツとは何か、ソーシャルスキルとは何かなどの説明が中心であった。コミュニケーションのコツとして、「じょうずに聞き方」スキルを紹介した。多くの参加者にとって、ソーシャルスキルは聞き慣れない言葉であると考えられた。そこで、「じょうずに聞き方」スキルの内容を具体的に示したポスターを配布した。

後半は参加者が2人組になり、演習（ロールプレイ）を行った。演習は、「じょうずに聞き方」スキルのポスターの内容に沿って行われた。なお、配布したポスターとスライドは文末に資料1、2として掲載した。

参加者の様子

講座開始直後は、緊張の面持ちの方が目立ったが、ワーク後では、お互いに自己紹介をして、笑顔や笑い声が増え、会場全体の雰囲気が柔らかくなった。講義が始まると、メモを取る受講者が目立った。

演習（ロールプレイ）では、隣の人と2人組を作り、熱心に取り組んでいた。演習（ロールプレイ）終了後は、近隣の方々に4～6名の小グループを作り、学習内容を共有すると共に、お互いに感想を述べた。相手の話を聞く際に、「じょうずな聞き方」スキルを使って聞く練習をした。

講座終了後、女性参加者数名が、個別に質問に来た。筆者はおおよそ30分かけて、個別に話を聞き、わかる範囲で回答した。

受講者の感想

講座の満足度は、「とても満足」「満足」「やや満足」が37名(80%),「普通」が8名(17%),「不満」が1名(2%)であった。

「受講の感想、ご意見」という自由記述欄に18名(40%)が回答していた。記述の具体例としては、「色々な場面で活用したいと思います」「実際の体験を通してスキルを学ぶことができた。今後のためになるのではないかと思った」「話し上手、聞き上手な練習、面白く教えてもらいました」「子供、職場の人間関係でも相手の話しやすいように努力をしたいと思います(相談者になれるよう)」などがあった。他方、「今日のように参加型が良いと思います。もう少しレクチャーが聞きた

かったです」「講義形式のみのテーマも良いと思いました」「『2人1組』になると聞いていなかったため、講座開始後に席を移動することとなったことが不満でした」という意見もあった。

「今後開講して欲しい講座」として、40%の方が「心理学」、30%の方が「言語・歴史」、20%の方が「経済・経営・会計」、6%の方が「子ども教育・保育」であった。

おわりに

受講者の8割が満足感を得ていたこと、また、自由記述の回答から、「人生豊かに生きるための心理学からのヒント」というテーマに対する参加者の満足感は概ね満たされたと考えられる。演習（ロールプレイ）が楽しかったという意見があった一方で、講義を望む声もあった。こうした結果は、参加者が様々な期待を抱いていることの証であり、できるかぎりその期待を満たすような内容や実施方法を模索する必要がある。

「今後開講して欲しい講座」の回答から、「心理学」を望む声が多いことが分かった。いずれ、また心理学科が担当することが来たときには、その声に応えることができるようなテーマの設定と内容を考えたい。

謝 辞

開催の告知、当日の運営、結果のまとめなどを担当して下さった埼玉学園大学・川口短期大学エクステンションセンターの大野しのぶさんに感謝申し上げます。



資料1 ポスター

埼玉学園大学公開講座
第1回
ソーシャルスキルを身につけて、聞き上手になろう

18'10'13(土)
14:00~15:30
藤枝静暁

1

聞きじょうずになるには、コツがある

2人組で実際にソーシャルスキル
を使ってみましょう。

6

まずは、リラックスしましょう。

近所の方と握手してから、自己紹介しましょう。

2

行動の他に にも気を配りましょう。

7

自分はどちら？

聞き上手

話し上手

3

今日のふり返り

席が近所の方と感想を話し合しましょう。

じょうずな聞き方スキルを使って聞きましょう！

8

コミュニケーションのコツ

コミュニケーションでは、

()割聞いて、()割話すとちょうど良い。

4

感想・ご意見、聞かせて下さい！

9

聞きじょうずは 2つの得をする

5