



学校だより

令和5年度 第8号
令和5年12月25日発行
横浜市立藤の木中学校
横浜市南区大岡四丁目44番1号
045-714-2817



優位感覚を理解して、コミュニケーションを深めよう

こうちょう ささはら ようこ
校長 笹原 洋子

12月4日にコーチングの指導者の橋口奈生さんを講師にお迎えして、「コーチングコミュニケーション～優位感覚を知ろう～」というテーマで学校保健委員会を開催しました。「聴覚」「言語感覚」「体感覚」「視覚」などの感覚のうち、主に活用している感覚を知り、それを上手に利用しようというお話でした。

それをうまく利用したコミュニケーションの例などを紹介してくださいました。視覚優位の人には長い話をしてもわかりにくいので、絵や図を使って要点をまとめて伝える。聴覚優位な人に話して聞かせる時には、抑揚やリズムのメリハリをつけた方が印象に残りやすい。言語感覚優位の人にはざっくりとした説明では伝わらないので、理由や裏付け、意味などを丁寧に説明する。逆に、体感覚が優位な人はくどくど説明されるのが苦手なので、だいたいの感じを伝えればそれでOK。このような例をたくさん教えていただきました。

学校では翌日、参加した保健委員が各学級で報告をしました。PTAの代表の方も参加して下さったので、機会があったら保護者の皆さんも、そして各ご家庭でも話題にしていだけたら幸いです。

私たちの生活の中で、優位感覚を活用できそうな例を紹介しましょう。例えば英単語の覚え方。聴覚優位の方は声に出して発音する。または録音したものを聞く。言語感覚優位の方はその単語のこの部分にはこんな意味があるなどその語の成り立ちなどを聞いて理解する。体感覚優位な人は手を動かして繰り返し書く。何か体を動かしながら聞くのもよい。視覚優位な人は単語カードなどを見ることで、映像として記憶に残る。このように、優位感覚の違いによって、その人に合う学習の仕方も違うようです。

最も活用してほしいと感じたのは、他の人とのコミュニケーションの場面です。例えば、体感覚が優位な子どもに、言語感覚が優位な親が理詰めで説得しようとしても、子どもには理解できない。逆に、体感覚が優位な人が感情的に怒っても、言語感覚が優位な人には何に対して怒っているのかがわからない、といったことが起こるでしょう。これは、親子でも友達同士でも起こることだと思います。人は自分の思いがうまく相手に伝わらないとき、「こんなこともわからないの?」と怒りがちです。しかし、生まれ育った環境や経験したことの違いからそれぞれの感じ方を身に付けているうえに、自分の優位な感覚で物事をとらえているために伝わらないということもあるようです。伝え方を変えることで、きちんと伝わるようになるかもしれません。

12月は人権月間です。人との違いを認める方法の一つとして、優位感覚も意識してみましょう。

令和5年もまもなく幕を閉じます。1年間、大変お世話になりました。よいお年をお迎えください。

