



みなさん、こんにちは。山の木々も色づき、季節は秋から冬に移り変わろうとしています。一日の気温の差が大きくて体調を崩さないように気を付けてください。

### コミュニケーションについて

#### 「目は口ほどにものを言う」って本当？

コミュニケーションの2つの大きな要素は「聞く」と「話す」ことです。会話と言えば、話すことばかりに意識がいってしまいがちですが、「しっかりと聞くことが出来なければ、話すことはできない」のです。いい人間関係を作るコミュニケーションには「聞く力」は重要になってきます。

特に聞く力の中で「聴く」姿勢を大切にしてほしいと思います。「聴く」とはしっかりと相手の話を聞くことです。漢字を見ると「耳を大きくして、さらに目を見て心で受け止める」と読めませんか？まずは、相手に顔をむけ、話に関心を持ち、しっかり気持ちを受け止めようとすると相手の気持ちが見えてきます。

右の図は、コミュニケーションの法則で、人間がコミュニケーションの際に受け取る情報を全て合わせて100と仮定すると50%以上は見た情報、38%が声、話の内容はわずかに7%です。言葉以外のことから相手の気持ちを聞き取っています。と言っても言葉がなければ詳しい内容も伝わりませんよね。なので、この3つが一致したときに、相手に伝えたいことが一番良く伝わるとも言えます。

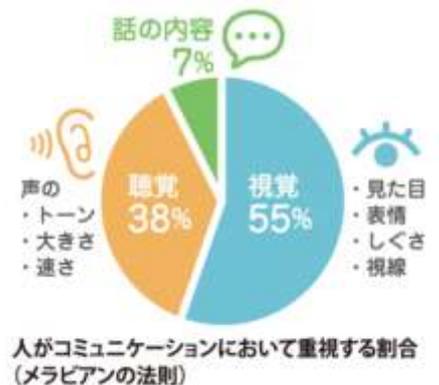
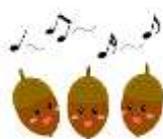


図 ブログ「やつしろふれす」より

まだまだマスク生活で表情がわかりにくいですが、笑顔は目だけでもわかりますよね？ 仕草や声に注目するコミュニケーションで人間関係も変わってきます。少し意識して試してみませんか。

### 11月12月の予定 (基本は金曜日の13:00~17:00)

11月10日	12月1日
16日	8日
24日	15日



### 利用案内

予約方法: お申し込みについては、学校に電話をおかけください。  
電話番号: 勝浦中学校 42-2591