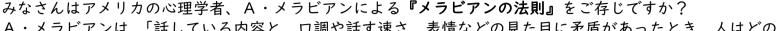
Kozoji Counseling Letter 相談だより 12月号

メラビアンの法則

Mehrabian's Law



A・メラビアンは、「話している内容と、口調や話す速さ、表情などの見た目に矛盾があったとき、人はどの情報をもっと も信頼するか?」という実験を通して、

・言語情報(言葉そのものの意味、話の内容など)―――7%

ಝಾ

- ・聴覚情報(声の質、声の大きさ、口調、話す速さなど)―38%
- ・視覚情報(見た目、しぐさ、表情、視線など) ----55%

という知見を得ました。この結果の割合から『7-38-55のルール』と呼ばれることもあります。

言語情報によるコミュニケーションのことを「言語コミュニケーション(バーバルコミュニケーション)」といいます。一 方、聴覚情報、視覚情報によるコミュニケーションは「非言語コミュニケーション(ノンバーバルコミュニケーション)」 といいます。

この実験結果から、コミュニケーションを取る際、人は「非言語コミュニケーション」の情報をかなりの割合で(9割以 上も!) 受け取っているということがわかります。

人にはこのような特性があるからこそ、例えばSNS等を介したコミュニケーションでトラブルが起きやすくなるのも頷 けます。つまりどれだけ言葉を尽くして相手に伝えたとしても、言葉、文面のみの「言語コミュニケーション」だけだと 自分の想いは半分も伝わっていないかもしれません。さらに言葉足らずな面があったりすれば、誤解が生じることもある でしょう。

また、たとえ相手と向かい合っていたとしても、「むすっとした顔で相手の目を見ないようにして『あなたのことを大事な 友達だと思っているよ』」など、「言語コミュニケーション」と「非言語コミュニケーション」が一致していない状態で会 話をすれば相手は混乱しますし、むしろ「大事な友達だと思っていないんだな」と受け取ってしまう可能性が高くなるこ とも考えられます。

これらのことから、人とコミュニケーションを取る際には、SNSのような手段ではなく、極力"相手の顔を見て"、「言 語」と「非言語」を一致させたコミュニケーションを取ることが大切だといえるでしょう。





おしらせ

日程が近づくと 予約が取れないこと もあります。 ご予約はお早めに・・

今後のスクールカウンセリング日程

| 2月 3日(水) |月 9日(金)

【教育相談担当教員】

- |年生担当=太田・林律
- 2年生担当=稲垣・林律
- 3年生担当=篠田・杉本

<本校のスクールカウンセリング 予約の取り方>

- 教育相談担当教員や担任の先生、保健室の先生など、あなたが話しやすい。 と思う先生に「カウンセリングを受けたい」と伝え、予約をとってください。 相談内容を伝える必要はありません。
- 時間帯は授業時間と同じ、チャイムからチャイムまでの 50 分間です。料 金は発生しません。授業担当の先生には「保健室に行ってきます」などと伝 え、不在になる旨が必ず伝わるようにしてください。授業の扱いは『欠課』 となります。
- カウンセラーには守秘義務があります。これまで話せなかったことを安心 して話すことができます。話の内容が命に関わることや、法律に関わる場合 など守秘義務が守れないこともありますが、その際には必ず事前に皆さんと 相談します。カウンセラーが皆さんに無断で先生達に伝えたりはしません。

<保護者の方へ>

■ 保護者の方もカウンセラーにご相談いただけます。お子様のこと でお悩みのことなどございましたら、お気軽に教育相談担当教員や担 任、養護教諭へご連絡ください。ご予約を取らせていただきます。

(TEL 0568-92-9000)

なおスクールカウンセリングは生徒優先となりますので、保護者の方 とカウンセラーとで次回の約束をされている場合でも、生徒の緊急案 件が生じた場合はそちらを優先させていただく場合がございます。

その際にはご連絡させていただきますが、何卒ご理解ご了承ください。

生徒の皆さんが学校外の専門の相談員に匿名で相談できる『名前を明か さず報告相談できるアプリ STANDBY』という SNS 相談ツールもありま す。アクセスコードが欲しい人は相談室入口の封筒をご自由にお持ちく

この『相談だより』は、本校ホームページでも読むことが出来ます。 高蔵寺高校ホーム>学校生活>相談だより

好きな色の封筒を持って行ってね♪

