

くうき　　つつ　　がっこうほけんいんかい
あたたかい空気に包まれた学校保健委員会

10月15日(木)、授業参観の後に、学校保健委員会を行いました。参加して下さった保護者のみなさまありがとうございました。昨年と同様、桑原則歌先生（ハートマッスルトレーニングジム塾長）にお越しいただいて、教職員と保護者の方々とでお話を聞きました。今年度のテーマは、「無意識レベルのコミュニケーションで効果的にかかわろう」でした。人は意識でわかっている、無意識レベルのコミュニケーションが優先されるそうです。それをワークで体感しながら、講義は進みました。



列ごとの伝言ゲームでは、いかに言葉で全てを伝えられないか「すれ違い」を体感し、「ものわりの悪い大人」になって、子どもの話を具体的に聞くことの大切さを感じました。伝言ゲームは散々な結果でしたが、できなさ具合に大いに笑って盛り上がり、会場は笑顔であふれていました。

「非言語」の話では、人の本音は「非言語（姿勢・呼吸・声のトーンや大きさ・視線・テンション・VAK）」に表れるので、観察しながら相手の非言語に合わせて信頼関係をつくるのが大切だと学びました。VAK とは、利き感覚のことで、人は利き手や利き目があるように、コミュニケーションにおいて3つの利き感覚があるそうです。さてみなさんはどれに当てはまるでしょう？

視覚優位 (V)	聴覚優位 (A)	体感覚優位 (K)
●さんまさんタイプ● ・早口で高い声、浅い呼吸 ・目線が上 ・目の前に絵や物があるような動作をする ・物事をイメージしてとらえる(視覚的に) ・Kのタイプを理解しにくい ◎愛情表現は目に見える形で表現してあげるとよい。 ◎言うよりも紙に書いてあげるほうが、理解しやすい。 	●タモリさんタイプ● ・整ったトーンで淡々と話す、胸全体の呼吸 ・目が横に動く ・筋道を立てて論理的に話す ・話しながら考えを整理する ・声の調子や言葉に反応しやすい ◎表現や言い回しに注意して、言葉ではっきりと愛情表現をするとよい。 ◎聞くことが、言語が得意なので、物語風に語らせると答えやすい 	●しずちゃんタイプ● ・低くゆっくりとした口調 ・目線が下 ・時間をかけて言葉が出る ・じっくりと自分なりに捉えた実感の伴う言葉で語る ・テンポが遅く、早口で話されると情報処理できない ・遅さに自己否定しやすい ◎触れたり、そばに寄り添ったりして愛情を伝えるとよい。 ◎行動することで学ぶので、とにかくまずやらせてみる。 

この利き感覚ごとに分かれたところ、それぞれに特徴のある雰囲気になりました。車は何を重視して選ぶか？燃費？見た目？機能？など話すと、とてもよく特徴が出ていて面白かったです。

子どもとの関係でみると、子どもがK、大人がVの場合、子どもは一生懸命考えているのに、イメージがすぐに浮かぶテンポの速い大人についていけず、考えているうちに「早くしなさい！」と怒られる…なんてことに。このVAKを知って、タイプ別に捉えれば、コミュニケーションが円滑に図れるのではないかと思いますので、ぜひお家でもやってみてください。

参加したみなさまからは、「またやってほしい、楽しく学べた、子どもとの関係をVAKで考えると、納得できた」などの感想を頂きました。あたたかい空気に包まれたとても楽しい会でした。ご参加いただき、ありがとうございました。残念ながら時間が合わなかったみなさま、また次回の学校保健委員会も企画していきますので、ぜひ楽しい時間を一緒にすごしましょう。

