

中間試験も終わり、体カテストで力を出し切り、ほっと一休み…するまでもなく、今月末には期末試験です。期末試験が終われば、就職希望の人達は求人票の公開があり会社を選ぶのが大変でしょう。専門学校進学希望の人達はすでにオープンキャンパスに参加したり、総合選抜型（AO 入試）のエントリーの準備をしていることでしょう。大学進学希望の人達も夏休み中のオープンキャンパスや大学入学共通試験に向けた勉強など、忙しいでしょう。今年の夏の過ごし方で君たちの今後は大きく変化することでしょう。悔いの無いように過ごしましょう。

コミュニケーション能力

進学・就職どちらにおいても、必要になるのがコミュニケーション能力です（もともと社会に出てからも必要とはなりませんが）。コミュニケーション能力を高める練習について少し記述します。

まず、コミュニケーション能力が低い理由は何でしょうか？

①周囲の目を気にしすぎてしまう

コミュニケーション能力が低い人は、相手からどう思われるのかを過剰に気にしてしまうことがあります。

②警戒心が強く何事にも慎重

警戒心が強い人は、自分の発言が周囲に与える影響を常に気にしてしまいます。もしもの場合を気にして、慎重に行動するため相手からは「とっつきにくい人」と認識されてしまう恐れがあります。

③過去に何かしらのトラウマがある

過去に対人関係で傷ついたような出来事があると「もうこのような思いはしたくない」と一人でいることを好むようになってしまうでしょう。



逆にコミュニケーション能力が高い人の特徴は何でしょうか

①適切な相槌が打てる

②話を最後まで聞く

③相手を否定しない

④表情が豊か

⑤自己開示する

※自己開示とは「自分の本音をさらけ出すこと」です。

コミュニケーション能力を高める練習方法

①話し方の練習方法

A:エレベータートーク

エレベータートークとは、同じエレベーターで乗り合わせた人に話すくらいの、短時間で簡潔に伝える練習方法です。エレベータートークで想定される時間は数十秒から長くても1分です。エレベータートークでは短時間で伝えたいポイントや強調したいことを凝縮したトークをしなければ相手の関心を掴むことはできません。短時間で分かりやすく伝えられるように、トークの要点を絞り出し工夫していきましょう。

B:結論から話す

話したい内容を論理的に分かりやすく相手に伝えるために、「**結論→理由→理由の具体的な内容**」の順序で話すことを意識しましょう。結論から初めに話すことで、もともと相手に伝えたい重要な内容から伝えることができます。

聞き方の練習方法

話すことはもちろん重要ですが、聞くこともコミュニケーションにおいては必要不可欠です。

A:ミラーリング（鏡のように相手の言動を真似る行為）

B:バックトラック（相手の発言を繰り返すオウム返し）

C:パラフレーズ（相手が話した内容を別の言い方に言い換える）

すぐに身につくものではありませんが、意識しなければ変化しません。取り組んでみましょう。



【6月（水無月）行事予定】 月訓『誠実』

1	木	共通テストマーク模試（進学・終日）	16	金	
2	金	実力診断テスト（1～3限）	17	土	
3	土	受験対策講座③	18	日	全商ビジネス計算実務検定
4	日	第1回実用英語技能検定（一次）	19	月	小論文ガイダンス（普通科 1限）
5	月	身だしなみ指導、教育実習開始	20	火	
6	火	SPI 試験	21	水	
7	水		22	木	
8	木	現況報告会準備→中止 通常授業	23	金	面接スタンプラリー第2部終了
9	金	現況報告会→中止 通常授業 SPI 試験	24	土	U18 県リーグ⑤サッカー部
10	土	高校総体水泳西三予選① U18 県リーグ④サッカー部	25	日	全商簿記実務検定
11	日	高校総体水泳西三予選①、日商簿記検定	26	月	1学期期末試験①
12	月	3年就職講話	27	火	1学期期末試験②
13	火	執行部合同会	28	水	1学期期末試験③
14	水		29	木	1学期期末試験④
15	木	歯科検診、常任委員会	30	金	1学期期末試験⑤

【明日への扉】

刻一刻と自分の進路を決める日が近づいてきています。不安の中の毎日ですね。でも不安を感じているということは自分のことを真剣に考えている証拠です。悩みながら答えを出しましょう。「明日」という日は自動的に地球が回り時間が過ぎ太陽が昇ると訪れます。でもどんな一日にするかというのは自分自身で決めなければいけません。扉の前に立っただけでは開かず、ボタンを押したり、内側にひいたりしなければいけません。自動ドアではないのです。その扉を開ける作業を繰り返していきながら、その日の目標を定めながら、前に進んでいきましょう。大切なのは自分で開ける努力をすることです。