

人と関わっているけど孤独

2022・7・8 重枝 一郎

単なる知識、情報のやりとりではなく、感情を伝え合い、分かち合うことが、コミュニケーションの大きなねらいである。

社会に出てからも、一見、情報伝達だけをしているような場において、感情面に気を配っているかいないかで、結果に違いが出るものである。人間は感情で動くもの。情報交換をしているときでも、同時に感情面での信頼関係を培うことが、とても大切なことになる。

昨今、コロナ禍の影響もあり、オンラインのやり取りが増えている。マスクをしても会話も増えている。このコミュニケーションの変化に伴う、脳の活動についての研究の新聞記事を本校の先生からいただいた。この記事は、東北大・川島隆太教授が書いたものである。

内容は、「相手の気持ちを思いやりながら行動する」という面に注目して、オンラインと対面にどのような違いがあるのかを東北大学の学生に実験協力を得て比較したものであった。検証方法は、脳活動センサーというものをを用い、よいコミュニケーションが取れているときはお互いの脳活動がシンクロし、揺らぎが同期するという現象が起こることを見るというものである。結果、対面では脳反応の周波数が同期していたが、オンラインではそれが一切見られなかったそうである。これはどういうことかということ、情報は伝わっていても、感情面は共感していない、つまり、相手と心がつながっていないという分析になる。脳にとっては、コミュニケーションになっていないことになる。川島教授は、「人と関わっているけど孤独」という矛盾したことが起きていると話している、大人になる過程でのこの状況を不安視している。

私たちはよく生徒に、「コミュニケーションが大事です。しっかりコミュニケーションをとりましょう」などと言うが、コミュニケーションをとるとは具体的にどういうことなのか、昨年度に示した「コミュニケーション座標軸」を思い出してほしい。その座標軸から言えるのは、コミュニケーションとは「意味」と「感情」の両方を統合するやりとりだと定義することが大切であるということである。

つまり、学校教育で育成すべきコミュニケーション力とは、まず「他人を思いやる心」、次に「相手の意思や感情を的確に理解する力」、さらには「自分の考えを相手に伝える論理力」、理想は、「双方の考えから新しい意味が生じるようなクリエイティブな対話」になる。生徒の前に私たちがそうであることが大切である。

コミュニケーションは、その相互作用の結果として、自分の心の状態を伝えるだけでなく、他者から受けとった情報から、相手の心を読み取ったり共感したりすることができる。それが、他者理解であり、他者受容である。

例えば、誰かが「哀しい」と言ったとき、聞き手は自分の体験に即して、その「哀しみ」を想像する。相手の「哀しみ」をわかろうとすることが「共感」であり、共感が積み重ねられるほどに、人間関係は深くなっていく。人間関係はコミュニケーションの蓄積なのである。だから学校では、コミュニケーションを通してお互いが「共感」できる場を、なるべく多く、意識して意図的に仕組む必要がある。

理想的なコミュニケーションは、他者と対話することで新たな気づき生まれ、霧が晴れたようなスッキリ感とワクワク感を味わえるものである。自分ひとりでは思いつくことができない新しい意味が生じることが、チームに必要なコミュニケーションなる。