

私たちは、アサーティブジャパンを推薦します

学生支援のために



石井三恵

摂南大学 教務部 教育イノベーションセンター
センター長 教授

不安でいっぱいの学生たち

好き勝手な言動を繰り返しているように見えている学生の大半は、強く触れ合うと壊れてしまいそのような友人関係にどう対処していくべきかわからず、悩んでいます。信念のないまま他者と同調することで、自身の不安を覆い隠そうとしています。就職活動に際しても、将来に対するキャリアプランを描けないまま、ビジネスなどの組織が下す結果に一喜一憂し、悔し涙を流しています。

果ては、経験のない大人として社会の入り口に立とうとするのですから、当然のことながらライフプランを描くことも難しいといえるでしょう。人生の先輩としての親や教師の姿をメンター、あるいはロールモデルとして見ることに気づかず、その体験談を聴く機会を得ても、自分に立ち戻り、活かすことを知らないのです。要するに、自分を見つめる作業と自分と他者とのかかわりについて考える時間を持つことが、学びの中になかったからといえるでしょう。

アサーティブで自信を取り戻す学生

アサーティブは、その糸口となります。座学として理論を学ぶだけでなく、体験・参画型の学習を取り入れることによって、学生自身が自らの自信を取り戻すことを実感する場面が確実に増えます。たとえば、自分と他者との関係図を描くことで、日常生活を振り返り、自身のコミュニケーションのあり方に目を向けます。バーバルコミュニケーションだけでなく、ノンバーバルコミュニケーションの重要性を知ることにより、人間関係の新しい構築の方法を体得していきます。また、相手の価値観を共有することによって、他者への優しさと自分へのいたわりを理解し、自己肯定感を積み上げていくこともできるでしょう。

人間性を高め、成長を促すトレーニング

ありのままの自分を受け入れることの心地よさに学生自身が気づき、初めて自分の存在意味を理解し、今日まで育ててくれた親や周囲の人々への感謝のことばが自然とあふれてきたとき、私はその姿こそ、彼女ら／彼らの成長の証と信じています。

アサーティブジャパンのアサーティブトレーニングは、日本人がとられる傾向の強い言動に対して、その背景を理解し、よりよい人間関係を築くための方法をもっています。また、多様性社会に対応するため、人間性を高める言動を導きます。そして、アサーティブジャパンのトレーナーは、だれもがアサーティブな言動を選択できる人間となることを目標に訓練を受けています。したがって、安心して安全な空間の中で参加者はトレーニングを積むことができます。