

学生のコミュニケーション力向上のための授業方法に関する実践

－ 3分割リフレクションシートの活用から－

中山 芳一*・三浦 孝仁*・杉山 慎策*・坂入 信也*・宮道 力*・松永 朋子**

※岡山大学キャリア開発センター、**サウティ・リサーチ株式会社

Teaching Method in Practice to Improve Students' Communication Skills

- Utilizing Tripartitional Reflecting Sheet -

Yoshikazu NAKAYAMA, Koji MIURA, Shinsaku SUGIYAMA,

Shinya SAKAIRI, Chikara MIYAJI, Tomoko MATSUNAGA

1. 問題の所在と本実践の目的

文部科学省は、2011年3月に取りまとめられた中央教育審議会答申において、基礎的・汎用的能力の中に人間関係形成・社会形成能力を位置づけ、その中にコミュニケーションに関する要素を内包した。これまでもコミュニケーションに関する要素は、学士力（文部科学省：2008年）をはじめ、人間力（内閣府：2003年）、就職基礎能力（厚生労働省：2004年）、社会人基礎力（経済産業省：2006年）等でも強調されてきたことは明白である。このような文脈から、社会へ進出する手前に位置づけられる大学生のコミュニケーション力向上は、高等教育機関におけるキャリア教育の中でも、一つの命題となっている⁽¹⁾。

しかしながら、コミュニケーション力を社会的スキルの側面からとらえたとき、向上するためのトレーニングを処世術的なものやマニュアル的なものとして提供したのでは適切ではない。大坊郁夫と宮原哲が指摘するように、コミュニケーションとしての社会的スキルは、生き方全体にも関わる総合的な概念だからである⁽²⁾。しかしながら、実際的なトレーニング（ここでは主に授業）では、コミュニケーションに関する形骸化された知識及び方法の獲得に偏重している傾向がある。また、トレーニングが限られた時間と空間で展開されるために、上述のようなコミュニケーションが持つ総合性と照らし合わせると、トレーニングだけでコミュニケーション力を向上させることは困難であるため、授業外による個々の学生の活動に依拠せざるを得ない。そして、授業の範囲内で実践的な側面を補完しようとするれば、ロールプレイング等の活用が代表的な試みといえるが、フィードバックの方法等に課題を残している実情も否めない。

そこで本実践では、このような問題関心を踏まえて、授業という限定された時間と空間において、学生のコミュニケーション力をより一層向上させるための授業方法の検討を目的とした。そのためにも、以下の3つに焦点を当てた授業方法を提案する。

第一に、学生がコミュニケーション場面における実際の行為ではなく、行為に到るまでの思考・判断に焦点を当て、思考・判断を質的に高められることを目指す。

第二に、学生がコミュニケーション場面での思考・判断を顕在化し、行為と重ね合わせながら省察できることを目指す。

第三に、学生がこの思考・判断の記録を継続的に行うことで、コミュニケーション場面における行為の後の省察（Reflection after Action）ができ、さらには行為の中の省察（Reflection in Action）も可能にすることを目指す⁽³⁾。

これらの目的を達成するために、「3分割リフレクションシート」を活用した授業実践を提案する。そして、授業方法としてこのシートを活用すれば、授業内で実施するロールプレイング等も、質的な向上を図ることができると考えた。

2. 授業実践の概要

(1) 岡山大学キャリア教育プログラムの全体像

岡山大学（以下、本学）では、2012年度現在に到るまで、キャリア教育プログラムを体系化するための取組みを進めてきた。その結果、広範かつ多岐にわたるキャリア教育の分野において、「人間関係の構築」、「多様な課題の解決」、「職業・勤労観の形成」の3つを教育目標として掲げ、これらに基づき、学生たちが10の教育プログラム（授業）を受講しやすくするために可視化を試みてきた⁽⁴⁾。また、体系化のための枠組みとしては、基礎・応用・総合の3つを設定し、その上で講義に演習を加えた形式と実践的な演習を中心とした形式とに分類した。【表1】を参照されたい。

【表1：2012年度 岡山大学キャリア教育プログラム一覧】

領 域		授 業 名
キ ャ リ ア 形 成	< 基礎講座 >	I 自分・大学・社会を知り人生について考える II コミュニケーション力に磨きをかける III 知らなきゃばい！大人のマナー&常識 IV 企業を知り業界を知る 初級
	< 応用講座 >	I 企業を知り業界を知る 上級 II 英文ビジネスプレゼンテーション III ベンチャーへの道
	< 総合演習 >	I ニュースを読み解く 実践的メディア論 II プロジェクトを企画し実行する力を養う III 専門スキルを身につける①②

(2) 「キャリア形成基礎講座Ⅱ—コミュニケーション力に磨きをかける」の概要

本実践は、上の【表1】において「キャリア形成基礎講座Ⅱ—コミュニケーション力に磨きをかける（以下、キャリア基礎Ⅱという）」の授業で展開している。また、キャリア基礎Ⅱにおける「コミュニケーション力」とは、コミュニケーションに求められる要素としての「①環境 ②関係性 ③知識 ④方法 ⑤感情」を調整・活用・改善できる力として定義づけた⁽⁵⁾。そして、これら5つの要素を調整・活用・改善するためには、コミュニケーションを営む者自身が思考・判断しなければならないことを第1時の授業でも学生と確認している。

ちなみに、2012年度現在のキャリア基礎Ⅱのカリキュラム（年度内に2つの semester で構成、基本的には同一の内容を各 semester で開講）は下の【表2】の通りとなっているので、参照されたい。

【表2】のカリキュラムに沿って授業を進めるが、理論的な内容を含めた講義中心の授業を前半に設定し、後半は演習中心の授業、例えばロールプレイやディスカッション等のペア（グループ）ワークを中心に設定した。中でも、第7時には学生自身がコミュニケーションをリフレクション（省察）できるための考え方や方法について講義形式中心で授業を行い、演習への関連づけとした。

そして、第8時では本格的な演習形式の導入として3分割リフレクションシートの活用方法を中心に提示し、実際に取り組んだ。さらに、以降の演習では、実際に行った各コミュニケーション場面を3分割リフレクションシートへ継続的に記録することを促した。

【表2：2012年度 キャリア基礎Ⅱのカリキュラム】

コマ	各コマの授業タイトル	形式
1	コミュニケーションを学ぶ意味を知るーコミュニケーション論	講義中心
2	発達によるコミュニケーションの違いを知るー集团的自己と他者認識	講義中心
3	他者理解を深めるー共感性と間主観性	講義中心
4	間主観性向上プログラムを開発してみよう（グループワーク）	演習中心
5	納得と合意をつくり出すーアサーションとロジカル・シンキング	講義中心
6	魅力的なポップを作ろう（グループワーク）	演習中心
7	コミュニケーションをふり返るーリフレクションの必要性	講義中心
8	コミュニケーション演習①ー3分割リフレクションシートを使いこなす	演習中心
9	コミュニケーション演習②ー1対1での対話場面①	〃
10	コミュニケーション演習③ー1対1での対話場面②	〃
11	コミュニケーション演習④ー1対1での対話場面③	〃
12	コミュニケーション演習⑤ー集団での対話場面①	〃
13	コミュニケーション演習⑥ー集団での対話場面②	〃
14	コミュニケーション演習⑦ー集団での対話場面③	〃
15	総括	総括

（※1コマ当たり90分間の授業）

（3）3分割リフレクションシートの概要

3分割リフレクションシートとは、教育・福祉・看護領域等における対人援助専門職者が、実践者たちの援助場面を記録・検討して、専門的力を高めることを目的とした記録紙である⁽⁶⁾。このシートの特徴として、一定の実践場面について「①対象者の言動、②実践者の思考・判断、③実践者の言動」の3つの要素を明確に記録できるため、効果的なリフレクションができる点である。【表3】を参照されたい。

このシートを授業中のコミュニケーション場面等に用いれば、上の3つの要素を学生が明確に記録することを援けられるとともに、記録そのものの作業と記録に基づいた検討作業によって行為の後の省察を導き出すことができる。そして、この行為の後の省察を蓄積することで、学生たちのコミュニケーション場面における行為の中の省察も導き出すことを目標とした。

【表3：3分割リフレクションシート】

相手の言動	自分の思考・判断	自分の言動
→	→	→
↙		

3. 3分割リフレクションシートを活用した授業内容と成果

（1）3分割リフレクションシートを活用した授業内容

【表2】の通り、第7時と第8時でリフレクションに関する理論的な説明と3分割リフレクシ

ンシートの活用方法を提示した。その上で、以降の演習のフィードバックに活用している。

例えば、第9時では、限定した一つのテーマと回答方法に絞り、5分間の対話を続けるワークを行った。その後、5分間の応答場面と自分自身の思考判断を3分割りフレクシオンシートへ記録した。このようなワークを交互に3回ずつ繰り返した。

また、第12時ではグループディスカッションの場面を設定し、一定のテーマに基づいたディスカッションを10分間行った。そして終了後に最もリフレクシオンしたい場面を個々の学生が選別して3分割りフレクシオンシートへ記録した。さらに、グループディスカッションを継続して行うが、途中でランダムに決められた役割を演じるなどの課題も織り込むことで、ディスカッションの難易度を上げていった。

そのほか、第8時以降には、原則として一定のコミュニケーション場面での演習を終えた後には3分割りフレクシオンシートへの記録を習慣化してきた。

本稿では、具体的な実践例の紹介として上述の第9時について授業計画に添って【表4】の通りに報告しておきたい。

【表4：2012年度前期 第9時授業計画】

年 月 日	2012年6月11日（月）
タイトル	第9時 コミュニケーション演習②—1対1での対話場面①
ねらい	1対1での限定的な対話場面を踏まえて、3分割りフレクシオンシートを実際に記録することができる。
概要	<p>本時までにリフレクシオンやシートについての理解を深めてきた。特に、思考・判断の記録を中心に学習し、初段階の演習形式である本時ではコミュニケーション場面後に思考・判断を記録できる体験を保障した。</p> <p>そのため、実際の言動についてはボリュームを抑えられるよう「クローズドクエスチョンゲーム」を導入する。予め用意したテーマについて、質問者は5つの質問を行い、回答者はYesかNoのみで答えていく。その結果から、当初のテーマについて質問者が言い当てるという対話場面を設定した。</p>
プログラム	<ul style="list-style-type: none"> ・ 本時のねらいと内容に関する説明 ・ できるだけ初めてワークをする者同士でペアをつくる ・ 以下のテーマについて各5分のクローズドクエスチョンゲームを行う <ol style="list-style-type: none"> 1) あなたの好きなスポーツは何ですか？ 2) あなたの好きな動物は何ですか？ 3) あなたが小学生のときの“マイブーム”は何ですか？ ▶ 上記について、Aが質問者、Bが回答者、逆にBが質問者、Aが回答者となって、質問者は5つの質問をしていき、回答者はその質問にYesかNoでしか答えてはいけない。最後の5つ目の質問は、各テーマの核心に迫る質問を行い、言い当てられればクリアとなる。 ▶ 1つのテーマの終了後に、質問者は用意された3分割りフレクシオンシートへ記録する。 ▶ 記録後には、回答者と共に適切であった質問やそうでなかった質問について意見を出し合いリフレクシオンも行う。 ・ 以上を3つのテーマすべてにおいて同一ペアで交互に行っていく ・ 本時のまとめを行い、授業終了

(2) 3分割リフレクションシートを活用した成果

本報告では、3分割リフレクションシートを活用することによって明らかになった有効性を以下の3点に基づいて提示しておきたい。

第一に、本授業を受講した学生たちによる3分割リフレクションシートの位置づけである。この点については、学生に向けて全講義を受講した後で調査した本授業の感想（自由記述形式）に基づき検証を試みた。

第二に、個々の学生が3分割リフレクションシートそのものに見られた実際的な変化である。とりわけ、個別の変化に焦点を当てた検証を試みるため、記録する文字数が増え、なおかつ思考・判断を中心とした記録内容に変化が見えるケースを取り上げて示すこととした。

第三に、3分割リフレクションシートの活用を中心とした本授業が、受講した学生のコミュニケーション力向上に与えた影響である。ここでは、上述のように一つのケースへ微視的に目を向けた検証ではなく、授業全体としての検証を試みる。そのため、全講義の受講開始と受講終了時点で実施するポートフォリオの結果をもとに提示した。

以下、上述の3点それぞれに関して、2012年度前期の結果及び考察を詳述した。

1) 2012年度前期 受講後調査からの結果と考察

2012年度前期期間の受講を終えた68名の学生に、授業内容についての感想を調査した。質問は「これまでの授業全体を通して最も印象に残った内容は何でしたか？ また、それはどうしてですか？」として、自由記述形式で回答してもらったところ、結果は【表5】の通りとなった。

【表5：2012年度前期 受講後調査結果】

抽出した項目	回答数	%
多様な役割とテーマによるグループディスカッション	19	27.9%
3分割リフレクションシート	15	22.1%
コミュニケーション力向上プログラムをグループで企画する授業	14	20.6%
コミュニケーションや共感性、間主観性の概念・知識に関する授業	7	10.3%
アサーションスキルを高める授業	5	7.4%
1対1の様々な対話場面の授業	5	7.4%
岡大グッズのキャッチコピーを考えてプレゼンテーションする授業	3	4.4%
合 計	68	100

上表からも学生たちにとって3分割リフレクションシートが印象に残っていることがわかる。特に、そのほかは内容に関する項目が多かったのに対して、内容ではなく方法としての3分割リフレクションシートが上位に位置づいたことも特徴的である。

また、3分割リフレクションシートと回答した学生が記述した理由から、以下のようなことがわかった。

一つ目に、日常的な会話場面で思考・判断をできていなかった学生が、3分割リフレクションシートによって、思考・判断できていなかったことを自覚することができた。一方、一定の思考・判断は日常的にしているが、改めて言語化できていないという学生の意見もあった。このような意見を持つ学生は、できていないことを自覚して、以降のコミュニケーションに活用しようと意思表示をしていた。

二つ目に、実際に3分割リフレクションシートで言語化したことから、自身の思考・判断、さらに情動的な側面も含めた意識を顕在化でき、それらを改善できるようになったことがわかった。

特に、言語化（記録）する過程で実際の会話を思い出すことができ、会話の中で自分が苦しんだことや困ったこと、ポイントとなることなどがわかったとのことだった。さらに、改善や調整のあり方についても目を向けられている学生もいた。

三つ目に、この3分割リフレクションシートをきっかけとして、日常生活におけるコミュニケーション場面でも応用させようとしている学生がいた。特に、自分の意思だけでなく、相手の行為・言動に対して、その理由・動機・原因等を探るような意識を働かせることができるようになったと自覚する学生もいた。

以上のような成果が学生の感想からも窺えたが、これらに加えて学生の中から3分割リフレクションシートだけが乖離しているのではなく、授業のカリキュラム全体の中に関連づけられていることで相互作用的な効果があったという指摘もあった。

2) 個々の3分割リフレクションシートの変化からの結果と考察

ここでは、上述の通り明確な変化を見せた学生のリフレクションシートをモデルケースとして提示した。なお、3分割リフレクションシートは、初めて取り組んだ第8時（2012年6月4日）と本授業の総括として行った第15時（2012年7月23日）とを取り上げた。本稿で取り上げた学生Sは本学の工学部に所属する大学1年生（2012年7月現在）である。Sは、第8時で行った「相手がこれまで一番うれしかった出来事をできるだけ詳しく聞き出してみましょう」というテーマについてのクローズドクエストゲームで以下のような記録を残している。

【Sの3分割リフレクションシート①／第8時 2012年6月4日】

相手の言動	自分の思考・判断	自分の言動
はい	大学に合格してよかったなあと思った	大学受験？
いいえ		成績？
いいえ	Noと答えるのが早かったと思う	テスト？
いいえ		スポーツ？
はい	食べたりすることが好きなんだと思った 食べ物に関するをもっと聞いてみればよかったと思った	ごはん？
はい		果物？
(以下略)	(以下空白)	(以下略)

①の3分割リフレクションシートでは、思考・判断が3カ所だけしか記録されていないため、空白が多くなっている。また、S自身が発した言動も簡略化されている点も特徴的である。しかしながら、第15時では「本日の天気の話から、自分の好きな話題へ持っていきましょう」というテーマに関するコミュニケーションワークにおいて、Sは以下の記録を残している。

【Sの3分割リフレクションシート②／第15時 2012年7月23日】

相手の言動	自分の思考・判断	自分の言動
最近暑いね	梅雨も明けて、気温も高くなっているし、そら暑い。ここで、天気が晴れていることから外で運動ができるという話題に持っていきたい	そうだね。最近晴れの日も多いし、気温も高いね。晴れていたら外で何かできるよね？
運動とかできるね（テニスなどの話になる）		自分もテニスがしたい。
テニスしたらいいやん。	この前テニスをしたと相手が出ていたので、うらやましいなあと思う。他の運動の話題もしたかったので、スポーツの話題に持っていこう。	最近バスケもしたいんだよね
バスケやったんだ。室内の競技ではバドミントンをやったんだよね。（バドミントンの詳しい話） 打ち方とかもテニスとはまた違う。	なんか、自分は適当にしかバドミントンをしたことがないから、ちゃんとした方法でうまくなるためにバドミントンをするのは難しいんだなあと思った。	なるほどね。 何か難しそう。
(以下略)	(以下略)	(以下略)

②の3分割リフレクションシートを文字数などの量的な観点で①と比較したとき、Sが明確に変化していることがわかる。特に、②では思考・判断の量が増えている点と、S自身や相手の会話を正確に記録できている点に違いが顕れている。

その上で、思考・判断の内容を分析すると、①では3カ所中2カ所が相手の反応についての感想にとどまっている。それに対して、②では、単に感想だけにとどまるのではなく、その上で次の言動へと移行するための自分自身の判断（方針）を記録できていることがわかる。これらは、記録が習慣化したことからスキルが向上した成果とも考えられるが、Sは受講後の感想で以下のよ
うな記述をしている。

<Sの受講後の感想より>

（3分割リフレクションシートは）自分がどんな言葉を発しているのか、どういう意図でその言葉を発しているのかを考えることで、自分のコミュニケーションの良い点や悪い点が見えてくると思う。

日頃生きている中ではコミュニケーションをとることは何回もあると思うので、その中で適当に会話するのではなく、いろいろ考えて頭を使いながら、言葉を発することができればいいと思う。

このようなSの感想からも、Sが記録に慣れてきたということだけでなく、この3分割リフレクションシートの有効性を実際の体験から意識化できていることがわかる。特に、コミュニケーションの最中に思考・判断しながら言動へ移行することが必要だと理解できたからこそ、記録内容に変化を生じさせられたのではないだろうか。そして、Sが自身のコミュニケーションをリフレクション（省察）する必要性も理解できており、そのきっかけを3分割リフレクションシートがつくり出していることが窺える。

ちなみに、S以外の学生で同様の3分割リフレクションシートによる変化を調べたところ、①と同様のシートは56名の学生が記録している中で現象面に対する感想だけにとどまっていた学生が42名（全体の75%）いたのに対して、②と同様のシートでは68名中8名（全体の11.8%）となっていた。この結果は、あくまでも次の言動へ移行しようとした思考・判断の記録の抽出に限定しているが、Sだけではなく、全体的な変化として示すことができた。

3) ポートフォリオによる変化

本センターが実施する授業では、学生の自己評価として共通のポートフォリオを導入している。特に、本授業では「人間関係を築くための意欲と技能」領域である以下の項目に着目して、本授業全体の評価材料としている。そして、これらの項目①～⑧における回答をもとに分析した結果が【表6】となるので参照されたい。

人間関係を築くための意欲と技能	質 問
	①親しい相手と積極的にコミュニケーションをとることができる
	②親しくない相手とも積極的にコミュニケーションをとることができる
	③相手がどのような思いや感情を抱いているのかを理解することができる
	④相手に不快な思いをさせないような気配りやふるまいができる
	⑤相手にわかりやすい話し方や説明ができる
	⑥一定の集団の中で、自分の意見をはっきり伝えることができる
	⑦一定の集団の中で、雰囲気や人間関係を乱さないようなふるまいができる
	⑧自分のコミュニケーションについて日常的にふり返り、改善することができる

※学生は、本授業受講前の第1時と受講後の第15時のそれぞれに5段階評価（5：よくできる 4：できる 3：どちらともいえない 2：できない 1：まったくできない）を行った。

【表6：ポートフォリオによる自己評価の結果】

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
全体 (N)	67	67	67	67	67	67	67	67
自己評価が下がった	0	1	2	3	0	0	0	2
自己評価が上がった	14	49	43	34	34	42	23	45
自己評価が変わらなかった	53	17	22	30	33	25	44	20
平均値 (Ur)	-	25	22.5	18.5	17	21	-	23.5
標準偏差 (σr)	-	3.54	3.35	2.92	2.92	3.24	-	3.43

(サンプル数nが5 < n ≤ 25において、直接確率を計算)

【表6】の通り、受講前後の両方ともに評価を記入している学生が67名だった。そこから項目①～⑧において自己評価の前と後に変化が見られた（評価が上がった、下がった）学生を対象に符号検定を行った。符号検定において、各群の比較では自己評価が上がった、もしくは自己評価が下がった学生の人数を算出し、1.96以上を有意差あり (p<0.05) とした。なお、サンプル数の少

ない① (n=14) と⑦ (n=23) については、直接計算し確率を求めた。

その結果、① ($P^*2 = 0.00012207$, $p < .001$)、② ($z = -6.65$, $p < .001$)、③ ($z = -5.96$, $p < .001$)、④ ($z = -4.93$, $p < .001$)、⑤ ($z = -5.66$, $p < .001$)、⑥ ($z = -6.33$, $p < .001$)、⑦ ($P^*2 = 2.38419E-07$, $p < .001$)、⑧ ($z = -6.13$, $p < .001$) となり、「人間関係を築くための意欲と技能領域」の項目①～⑧のすべてにおいて有意差が見られた。以上から、受講前と受講後の間にポジティブな変化が生まれたといえる。

したがって、3分割リフレクションシートを中心にコミュニケーション力向上を目標とした本授業は、その目標に迫っていることがわかるとともに、これまでの結果からも3分割リフレクションシートがプラスの影響を与えていると考察できる。

4. 本実践の成果に関する総合考察

本実践の成果を踏まえて、以下4点が考察できる。

第一に、3分割リフレクションシートを継続的に取り組むことで、記録内容が量的に変化していることがわかった。とりわけ、思考・判断の部分に明瞭な変化が窺えた。これは、記録という行為そのものが自身のコミュニケーション場面におけるリフレクションのプロセスをつくり出し、記録できていない現状をリフレクションすることが、思考・判断を言語化しようとする意識化へつながったと考察できる。

第二に、この量的な変化は、思考・判断の質的な変化にもつながっていることがわかった。特に、質的な変化とは、直面した現象に対して感想などに代表される表層的な思考から、現象を深くとらえようとする分析的な思考や次なる言動のための判断（意図）に到るまで変化していることがわかり、思考・判断の重層的な形成につながったと考察できる。

第三に、思考・判断が重層化でき、記録内容を質的に変化させていく中で、行為の後の省察がより一層高まっていることがわかった。そして、行為の後の省察を高めていくことで、コミュニケーション場面の最中にも思考・判断を意識化することができ始めている。この思考・判断の意識化が、行為の中の省察を可能にするための入口的な役割を果たしていると考えられる。

第四に、行為の中の省察を可能にすることで、コミュニケーション場面の最中において「①環境 ②関係性 ③知識 ④方法 ⑤感情」を調整・活用・改善するための判断を生み出すことができ、コミュニケーション力の向上へつながっていくと考察できる。さらに、この3分割リフレクションシートへの習慣化が、日常的な意識を改善できたケースもあった。このケースから、本実践の目的（コミュニケーションに関する形骸化された知識及び方法の獲得傾向にある授業内容からの脱却）に迫っていることを提起できた。

5. 今後の課題

3分割リフレクションシートを活用した本授業実践では、上述の通りの成果を生み出すことができたが、個々の学生による個人差については課題を残している。というのも、初段階からの記録内容による量的及び質的な個人差は否めないため、その変化もまた大きな個人差が見られた。この点については、授業方法の改善が求められる。

また、研究的な視座からすれば、3分割リフレクションシートによる変化をより一層精微に分析することで、思考・判断の構造化に関して、どのようなプロセスによって構造化されていくのかを検討する必要性がある。

なお、この理論的な観点の検討が、以降の授業方法の改善にも連結していくと考えられること

として、以上を今後の実践的かつ研究的な課題としてとらえておきたい。

【註】

- (1) 文部科学省「今後の学校におけるキャリア教育・職業教育の在り方について 中央教育審議会答申」『文部科学時報』平成23年3月臨時増刊、ぎょうせい、2011年、25-27頁。
- (2) 大坊郁夫、宮原哲（日本コミュニケーション学会編）「第6章 対人コミュニケーション・トレーニング」『現代日本のコミュニケーション研究 日本コミュニケーション学の足跡と展望』、三修社、2011年、56-58頁。
- (3) ドナルド・ショーン（佐藤学、秋田喜代美訳）『専門家の知恵 反省的実践家は行為しながら考える』、ゆみる出版、87-101頁。
- (4) 中山芳一、三浦孝仁ほか「岡山大学キャリア開発センターにおけるキャリア教育の現状とパースペクティブ」『大学教育研究紀要』第7号、岡山大学キャリア開発センターほか、2011年、101-115頁。
- (5) 宮坂哲『新版入門コミュニケーション論』、松柏社、2006年、37-51頁。宮坂が提示したコミュニケーションにおけるノイズには、物理的ノイズ、心理ノイズ、社会ノイズ、シンボルノイズの4つがある。本授業におけるコミュニケーション力として、これらのノイズをもとにコミュニケーションの際に調整していきたい5つの要素として再構築した。
- (6) 例えば、看護領域ではH. E. PEPLAUがいる。ペプロウ（稲田八重子ほか訳）『人間関係の看護論』、医学書院、1973年、324頁を参照されたい。また、教育領域でも学校教育実践へ導入されているケースがあり、福祉領域においては中山が実際に3分割リフレクションシートを導入した実践研究を行った。中山芳一「実践記録にもとづいた園内研修の目的・内容・方法Ⅰ—三分割実践記録法による省察の変容に焦点をあてて—」『教育学研究紀要』第55巻、中国四国教育学会、2010年、326-331頁を参照されたい。

なお、本稿は2012年9月15日に行われた日本キャリアデザイン学会 第9回研究大会自由研究発表 部会8「大学のキャリア教育における多様な支援技法」において、同名のタイトルで発表した内容に基づいている。