

2025年度 愛知学泉大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
310021003	人間関係とコミュニケーション Development of potential	林 加代子			2	選択	2前期

科目の概要

家政学部教育目標と学科のディプロマシーである見学の精神（四大精神）、社会人基礎力、pisa型学力を修得して、社会で実践していくために必要な人間関係を構築していくための基礎的なスキルの理論を学び、実践に向けたワークを行い、理論と実践を系統づけ、活用できることを目指します。

人間関係を構築、継続していく上で必須となるのがコミュニケーション能力です。コミュニケーションを自己と他者の間の双方向の情報や感情の分かち合い、共有だと考えると、コミュニケーションを取る時に必要とされる能力はたくさんあります。この科目では、受容と主張、言語と非言語、対話などに注目します。授業では、理論と体験ワークを行います。

家政学、栄養学を学び、実践する際に活用できることを目標とします。

ディプロマポリシーとの関係①②③すべてのディプロマの達成には、人間関係やコミュニケーションは欠かせません。他者とのコミュニケーションはもちろんですが、自分ともコミュニケーションを取り、よりよい関係の中で研究を行っていきましょう。

学修内容	到達目標
① 人間関係を構築するための基礎となる受容（傾聴）を学びます。 ② 自分と他人を尊重するコミュニケーション（アサーション）を学びます。 ③ 言語を中心とするコミュニケーションを学びます。 ④ 伝わるように伝える方法について学びます。 ⑤ 対話（双方向のコミュニケーション）について学びます。 ⑥ グループワークの方法を学びます。 ⑦ オンライン上でのコミュニケーション（特にメール、SNSでの発信）の基礎について学びます。 ⑧ 言語化のスキルを学びます。	① 積極的傾聴ができる。 ② 自他を尊重する意見の主張の仕方がわかる。 ③ 「言葉」の使い方の重要性が分かる。 ④ 伝わるプレゼンする方法を知る。 ⑤ お互いを尊重しながらコミュニケーションをとる「対話」の方法を知る。 ⑥ グループワークによって、自分のコミュニケーション・スタイルを知る。 ⑦ 文によるコミュニケーションを知る。 ⑧ 言語化のスキルを知る。

学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素

学生に求める社会人基礎力の能力要素の具体的行動事例

前に踏み出す力	主体性	授業以外の時間でも、自ら考え、適切なスキルを活用できる。その後、ふりかえることができる。そのふりかえりを実践にフィードバックできるようになる。
	働きかけ力	他の人に働きかけ、コミュニケーションをとることができる。
	実行力	普段の生活の中でも、練習、実践、ふりかえりを繰り返し行うことができる。
考え抜く力	課題発見力	自分のコミュニケーションがポイントを押さえているか、自分の課題は何かを発見し、課題があれば修正できる。普段のコミュニケーションスタイルにフィードバックできる。
	計画力	グループで時間内に課題を完了させることができる。
	創造力	コミュニケーションをとるときに、固定概念にとらわれることなく、多方面から考えることができる。
チームで働く力	発信力	相手にわかりやすい伝え方を考え、発信することができる。
	傾聴力	他人の発言を聴き、促し、ポイントを掴むことができる。
	柔軟性	自分と異なる意見や価値観を尊重し、柔軟に受け入れることができる。
	状況把握力	自分のコミュニケーション・スタイルが周囲に及ぼす影響に気づき、よりよいコミュニケーションが取れるよう心がける。
	規律性	事前に説明するルールに則った、グループワーク等ができる。
	ストレスコントロール力	コミュニケーションで減らすことができるストレスがあることを知り、実践できる。

テキスト及び参考文献

テキスト：『多様な市民とつくる合意～コミュニケーションとファシリテーションのレシピ～』

参考文献：テキスト内に記載してあります。

コミュニケーションの根底にある「心理学」について学びたいときは、
<https://open.netlearning.co.jp/lecture/index.aspx?cid=00022A11>を受講してください。

他科目との関連、資格との関連

家政学部教育目標とディプロマシーを達成するための、基礎科目です。したがって、すべての科目で行われる建学の精神（四大精神）、pisa型学力、社会人基礎力の基盤となる科目です。

学修上の助言	受講生とのルール
テキストに沿って授業を進めます。 コミュニケーションのスキルは授業だけでなく、職務、日常生活でも活用できるスキルです。受講後は、日常生活の中でもできるだけ意識して活用してみてください。 また、専門用語はインターネット上でさまざまな場面に掲載されています。授業の際にもICTを活用して検索を行ったり、テストを行ったりします。	ワークは積極的に取り組んでください。 疑問に思うことや質問、自分の主張などは、授業中でも積極的に発言してください。 毎回、提出する「ふりかえりシート」はきちんと記入してください。

【評価方法】

評価対象	評価方法		評価の割合	到達目標				各評価方法、評価にあたって重視する観点、評価についてのコメント
学修成果	学期末試験	筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	0	①		⑥		
				②		⑦		
				③		⑧		
				④				
				⑤				
	平常評価	小テスト	20	①	✓	⑥		各回の終わりに小テストを配布（又はオンライン上にて）し、次の授業に提出してください。 その場で提出しても結構です。 このテストは、授業の内容を確認し、理論を照らし合わせることで、コミュニケーションスキルについての理解を深めます。
				②	✓	⑦		
				③	✓	⑧		
				④	✓			
				⑤	✓			
		レポート	60	①	✓	⑥		毎回の「ふりかえりシート」を記入し、提出することでレポートを提出したとします。「ふりかえりシート」に記載してある内容をすべて記入してください。 記入する際は、枠の半分以上（2行以上）を記入すること。オンライン提出の場合は、最低3行以上とします。 【判断するのは】 ・講義の趣旨を理解しているか ・何を学んだのかが正確に記載されているか ・ワークに取り組んだ成果にはどのようなことがあったか ・他の視点、他者とのワークの中で、どのような気づきがあったのか
				②	✓	⑦		
				③	✓	⑧		
				④	✓			
				⑤				
		成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）	10	①	✓	⑥		授業中に行う個人のワークやグループワークを対象とします。 【判断するのは】 ・ワーク中の役割を認識して行動しているか ・ワークの達成目標を理解しているか ・積極的にコミュニケーションを促進しているか
				②	✓	⑦		
				③	✓	⑧		
				④	✓			
				⑤				
学修行動	社会人基礎力（学修態度）	10	①	✓	⑥		授業中にの態度、ワークへの取り組み方を対象とします。 【判断するのは】 ・ワークに積極的に取り組んでいるか（主体性。実行力） ・ワーク中、他のメンバーの話を聞くことができるか（傾聴） ・ワーク中、必ず発言しているか（発信力） ・遅刻、私語、授業中の無許可のスマートフォンの使用などは、減点とします。（規律性）	
			②	✓	⑦			
			③	✓	⑧			
			④	✓				
			⑤					
総合評価割合			100					

【到達目標の基準】

到達レベルS(秀)及びA(優)の基準	到達レベルB(良)及びC(可)の基準
【A：優】 ・達成レベルBをクリアしている ・積極的な発言が多い（授業態度で判断します） ・「ふりかえりシート」への記載内容がじっくり考え、自分の身に引き付けて記載してある 【S：秀】 ・ふりかえりシート」の記載内容が理解したこと、気づき、感想などの省察が深いこと、自分に引き付けての考察が深いこと	・講義、ワークともに真面目に取り組んでいる ・ワーク中に、ワークの趣旨を理解した発言をしている（関係のない私語は減点） ・ワーク中は、自分の役割を実行している ・ふりかえりシートの各項目の記入量が枠内の半分以上あること

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間 (分)	能力名
1	オリエンテーション (コミュニケーション とは、授業の方針等) アイスブレイクの理論 と活用を学ぶ 言語化のスキルを学ぶ	講義 ワーク ふりかえりシートの記 入(言語化のスキルの 活用) 小テスト	アイスブレイクの理論 を学び、活用場面を 考えることができる	(予習) P6～25を読 み、要点をまとめてお くこと (復習) 機会があれ ば、実践し、実践内容 や感想などをメモして おくこと 言語化スキルのワーク シートを作成すること	90	主体性 実行力 発信力 傾聴力
2	受容と主張 1 (傾聴 1) 積極的傾聴のうち「聴 く」の理論、活用を学 ぶ	講義 ミニワーク(個人、グ ループ) ふりかえりシートの記 入(言語化のスキルの 活用) 小テスト	積極的傾聴の理論を学 び、日常的にできるよ うになる	(予習) P31～40を読 み、要点をまとめてお くこと (復習) 機会があれ ば、実践し、実践内容 や感想などをメモして おくこと	90	課題発 見力 傾聴力
3	受容と主張 2 (傾聴 2) 積極的傾聴のうち「訊 く」の理論、活用を学 ぶ	講義 ミニワーク(グルー プ) ふりかえりシートの記 入(言語化のスキルの 活用) 小テスト	質問するスキルをグ ループワークで体験 し、日常生活での活用 の場面を言える	(予習) p 31～40を読 み、要点をまとめてお くこと (復習) 機会があれ ば、実践し、実践内容 や感想などをメモして おくこと	90	主体性 実行力 発信力 傾聴力
4	受容と主張 3 (やわらかい主張) 相手の心を傷つけず に、自己主張をする方 法を学ぶ	講義 ワーク(ペアワーク、 グループワーク) ふりかえりシートの記 入(言語化のスキルの 活用) 小テスト	自分の考えや気持ちを 主張する「アサーショ ン」の理論を学び、グ ループワークを通して 理解する	(予習) P50～59を読 み、要点をまとめてお くこと (復習) 機会があれ ば、実践し、実践内容 や感想などをメモして おくこと	90	主体性 実行力 課題発 見力 傾聴力 状況把 握力 ストレスコ ントロール力
5	受容と主張 4 (会話を記録する 1) ファシリテーション・ グラフィックの基礎を 学ぶ	講義 グループワーク ふりかえりシートの記 入(言語化のスキルの 活用) 小テスト	「ファシリテーショ ン・グラフィック」の 基礎を学び、グルー プワークを通して理解 する サークルの会議などで 活用できるようにする	(予習) P61～66を読 み、要点をまとめてお くこと (復習) 機会があれ ば、実践し、実践内容 や感想、効果などをメ モしておくこと	90	主体性 実行力 課題発 見力
6	受容と主張 5 (会話を記録する 2) ファシリテーション・ グラフィックの発展形 である「フレームワー ク」の基礎を学ぶ	講義 ワーク(個人、グルー プ) ふりかえりシートの記 入(言語化のスキルの 活用) 小テスト	理論的な結論を導くた めのフレームワークの 理論を学び、グルー プワークを通して理解 する プレゼンテーションの 機会等で活用できる	(予習) P67～77を読 み、要点をまとめてお くこと (復習) 機会があれ ば、実践し、実践内容 や感想、効果などをメ モしておくこと	90	主体性 働きか け力 実行力 課題発 見力 状況把 握力
7	言語と非言語 1 (言語 1) 言葉を言い換えること で、気持ちが替わった り、傷つけなかったり する「リフレーミン グ」について学ぶ	講義 ワーク(個人、グルー プ) ふりかえりシートの記 入(言語化のスキルの 活用) 小テスト	リフレーミングの理論 を学び、個人ワーク、 グループワークを通し て、リフレーミングを 理解し、日常的に活用 できる場面を考える	(予習) P86～94を読 み、要点をまとめてお くこと (復習) 機会があれ ば、実践し、実践内容 や感想などをメモして おくこと	90	主体性 働きか け力 課題発 見力 創造力 発信力 柔軟性
8	言語と非言語 2 (ブラインドワーク 1) 言葉が大切な伝達手段 となるブラインドの状 態で、言語だけでなく、 非言語の重要性を学 ぶ	講義 ワーク(個人、グルー プ) ふりかえりシートの記 入(言語化のスキルの 活用) 小テスト	ブラインドワークを体 験することで詳細に、 正確に言語で伝えるこ とを体験し、言語の大 切さを理解する。	(予習) p 105～110を 読み、重点をまとめて おくこと (復習) 機会があれ ば、実践し、実践した 内容や感想、相手の反 応などをメモしておく こと	90	主体性 発信力 傾聴力 状況把 握力 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間 (分)	能力名
9	言語と非言語 3 (インプロ) インプロ (即興劇) の 手法を活用して、言語 以外でのコミュニケーションを学ぶ	講義 ワーク (ペア、グルー プ) ふりかえりシートの記 入 (言語化のスキルの 活用) 小テスト	非言語のプログラムと して、インプロの基礎 理論とワークでの体験 を通して、非言語の意 義を理解する	(予習) P95～102を読 み、要点をまとめてお くこと (復習) 機会があれ ば、実践し、メモして おくこと	90	主体性 創造力 状況把握力 ストレスコントロール力
10	言語と非言語 4 (伝える、伝わる 1) 「伝える」「伝わる」 の違いと、伝わるため のコミュニケーション 方法を学ぶ	講義 ワーク ふりかえりシートの記 入 (言語化のスキルの 活用) 小テスト	伝えると伝わるの違い に注目して「伝わる」 ための理論を学び、グ ループワークを通し て、コミュニケーション スタイルのブラッ シュアップにつなげる	(予習) P118～122を 読み、要点をまとめて おくこと (復習) 機会があれ ば、実践し、メモして おくこと	90	主体性 働きかけ力 実行力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力
11	言語と非言語 5 (伝える、伝わる 2) 「伝わる」ためのプレ ゼンを学ぶ	講義 ワーク ふりかえりシートの記 入 (言語化のスキルの 活用) 小テスト	「伝わる」ために、プ レゼン前のシートを記 入し、実際にプレゼン する。その後、グルー プ内でのふりかえりを 通して、伝わる伝え方 を学ぶ	(予習) P123～131を 読み、要点をまとめて おくこと (復習) 機会があれ ば、実践し、実践内容 や自分の感想、できれば 相手の感想などを聞いて メモしておくこと	90	主体性 働きかけ力 実行力 発信力 傾聴力 柔軟性
12	対話 1 (自分との対話) 自分と向き合い、対話 する方法を学ぶ	講義 ワーク (個人、グルー プ) ふりかえりシートの記 入 (言語化のスキルの 活用) 小テスト	自分と対話するツール として、SWOT分析 ジョハリの窓を広げる ワーク行う。 シートの空欄が埋まっ ている	(予習) P138～147を 読み、要点をまとめて おくこと (復習) シートの空欄 を埋めておく	90	主体性 課題発見力 柔軟性 状況把握力 ストレスコントロール力
13	対話 2 (自分との対話 2) 自分チャシを作成する	ワーク (個人、グループ) 7週目に行った「リフレー ミング」13週目に行った 「SWOT分析」「ジョハリの 窓」を活用して「自分チャ シ」を作成する ふりかえりシートの記入 (言語化のスキルの活用) 小テスト	自分チャシができている	(予習) テキストP138～ 149を読み、要点をまと めておくこと。他の文献等 も調べておくこと (復習) 時間内に完成し なかったとき、より内容 を充実させたいときは、 作成してくること	90	主体性 働きかけ力 課題発見力 発信力 傾聴力 規律性
14	対話を活用したプレゼ ンテーション体験 (多人数での対話)	講義 ワーク (グループ、個人) 14週目で作成した「自分チャ シ」の発表とフィード バックを行う。本授業のふ りかえりを行う。 ふりかえりシートの記入 (言語化のスキルの活用) 小テスト	作成した「自分チャ シ」をプレゼンできて いる フィードバックをもら い、「自分チャシ」の ブラッシュアップがで きている	(予習) P148～161を 読み、要点をまとめて おくこと (復習) 自分チャシを 携帯して、自分の長所 を忘れずにいてくださ い。	90	主体性 働きかけ力 課題発見力 計画力 創造力 柔軟性 ストレスコントロール力
15	ソーシャルメディア等 オンライン上でのコ ミュニケーション メールでのあいさつ、 SNSでの発信を体験す る	オンラインにて行う メールの作成上の注意 事項を踏まえたメール 文作成等 ふりかえりシートの記 入 (言語化のスキルの 活用) 小テスト	メール文ができている SNSでの発信文ができ ている	(予習) ビジネス文書 の下記かめあのような 資料を読んでおくこと (復習) 後に例文を送 るので、自分の作成し た文と比較し、再作成 する	90	主体性 働きかけ力 課題発見力 計画力 創造力 柔軟性 規律性

能力名：主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性 ストレスコントロール力