

# 日本人学生のためのアメリカン・ ソーシャル・スキル・トレーニング

田 中 共 子

An attempt at educational training for cross cultural communication  
competency : American social skill training for Japanese students

Tomoko Tanaka

## < summary >

This report describes about an educational training program of the cross cultural communication for Japanese students in an American University.

In the seminar, American interpersonal communication skills in some social settings, social skills, were trained ; assertion, negotiation, beginning conversation, making friends, seeking information and help, subjective and independent behavior, necessary behaviors in University and etc.

The training put to practical use of the structured learning methods of psychology as small step, hierarchy of behavioral difficulty, roleplay, feedback and cognitive restructuring.

The effect was discussed depend on the enforcement.

## < 序 >

本稿は、アメリカにおける、日本人の異文化コミュニケーション能力の育成を目的とした教育訓練プログラムについて、その構成と実施、およびその効果について述べるものである。

筆者らは、学習理論にのっとり、臨床心理学的な行動レパトリー拡充の方法を利用して、訓練効果を高めようとした。本プログラムは、実験的な試みとして、1989年冬学期に、アメリカのワシントン州にあるワシントン大学において、ユニバーシティセミナーの形で、外国語としての英語学部および心理学部の協賛で行われたものをもとにしている。講師は、筆者と、アメリカ人心理学者（カウンセラー）のF.W. グレフがつとめ、受講者はワシントン大学のアジア系（日本、韓国、台湾、香港）留学生であった。週1回2時間×10回の「アジア人留学生のためのアメリカン・ソーシャル・スキル・トレーニング」コースとして、アメリカ社会における良好な人間関係の構築・維持のために必要とされる対人

---

本研究は、日本コミュニケーション学会第21回大会において発表された。

なお、本研究の一部は1991年度松下国際財団の研究助成を受けた。

技能をとりあげ、講義、ロールプレイ、宿題、ケース討論、個人カウンセリング指導等を織り込んだ。

内容の特徴としては、①実生活で出会う重要度の高いソーシャル・スキル（社会生活において、対人的関係を構築・維持するための技能）をとりあげた事、②認知的行動変容の理論にのっとり、認知と行動の両面から訓練アプローチを施している事があげられる。

スキルを使う場面としては、大学生が日常生活において出会う、社会的な困難な状況を例にとった。これは筆者をはじめとするアジア人留学生が、いわゆる関与しながらの観察の手法で日常生活の記録をとったものをもとに、セミナー中の個人指導や質問の時間に出てきたものを使い、あるいは相談ケースの例を参考にした。

学習効果を高めるために用いられた行動論的戦略は、以下のようなものである。

- ①スモール・ステップ方式の課題設定による、最終的な適応的行動への漸次的接近：目標行動までの過程を、無理のないステップに分け、実施と効果の確認を繰り返しながら、抵抗感を取り除きつつ、行動をシェイピングしていく。
- ②ロールプレイと行動リハーサルの導入：課題へのアプローチを、参加者同士で練習する。リハーサルを繰り返した事を、実生活で実行してみる。
- ③観察学習による社会的学習の導入：実際の行動のビデオを見たり、見本を示したり、あるいは実生活においてその行動の行われている場面を観察したりして、モデリングをする。
- ④集団指導によるケース検討：個人の経験や、宿題の成果を発表し合い、困難をシェアする、といった集団のサポートを活用する。
- ⑤フィードバックによる行動の修正と正の強化：宿題の報告についてコメントし、また成果に対しては言語的賞賛と励まし、励みになる小物等を与え、強化子を積極的に取り入れる。
- ⑥認知の変容を先行させ、行動の変容を速やかに行う：行動の学習に先立ち、行動のバックグラウンドを解説し、既存の価値観と別の枠組が存在する事を理解させることで、抵抗感を減らし、アイデンティティーの混乱に対処し、また類似状況への行動の般化を促す。
- ⑦セルフモニタリングとアセスメントによる行動レベルの把握：自分の行動の頻度や程度を観察し、表を頼りに自己評定し、不十分な部分や、上達した部分を、区切りの期間ごとにチェックする。

訓練の実施上の注意について次に述べる。トレーナーには、かなりの英語力を持ったできればネイティブの人が含まれ、英語の効果的な言い回しをチェックできるとよい。対象者の英語力については、実力程度に合わせた運用力が養成できるので、必ずしも上級者でなくともよい。我々は、解説とロールプレイ等の練習全てを英語で行ったが、必要に応じて日本語の補助解説を用いてもよからう。

実施中は、困難があればステップを止めて原因について話し合う。特に、日本にない発想への抵抗感が生じた場合は、その行動のアメリカでの効用と必然性について話し合う。そして、課題をより小さくするか、スーパーバイザーと一緒に試みるなどのアレンジをする。大抵は、試してみた後では抵抗は消えているが、強いこだわりは、解決を急がないほうがよい。

異国体験の心理的負担については、グループでシェアする。アメリカ人への違和感や疑問などについても話し、支持と安心感を共有するよう指導する。アイデンティティーの不安に対しては、スキルの練習は、その人の行動レパートリーをつけ加え拡大するだけで、言葉と一緒に行動もスイッチするにすぎず、従ってこれまでの様式を否定するものではない事を認識させる。無力なストレンジャーでなくなり、より自由で効果的な行動ができ、可能性を広げる事ができれば、成功もしやすくなり、楽しみを積極的に求める事もできる。そのためのプログラムである、という認識を持たせる。また、習得した言語の数だけの行動様式があるのだと考えれば、それらを幾つ身につけたかで、地球上の適応地域が拡大するわけで、他の文化圏のスキルも習得可能なことを伝える。

最近、カルチャーショックの予防と克服のために効果的な方法として、ソーシャル・スキル・アプローチが注目されてきている (Furnham and Bochner,1987)。スキルの獲得は、以下のような意義をもって異文化適応を促進させる。例えば、不要な試行錯誤や失敗体験を減らして、良好なメンタルヘルスに役立つ。心身のトラブルについての医学的な予防的意義がある (Trower, Bryant and Argyle 1978, Liberman, Jacobs, Boone, Foy, Donahoe, Falloon, Blackwell and Wallace, 1988)。コミュニケーション範囲の拡大によって、その社会でのソーシャル・サポートを拡充し、適応への援助がより受け易くなる (中川・宗像, 1989)。サポートによるストレス・バッファー効果 (Lazarus, 1985) が期待できる。また問題解決能力を向上させ (Furnham and Bochner, 1986)、あるいは当該社会における自己実現、文化規範の違いによる摩擦の解消にも貢献する。

適応行動を形成するための教育的または心理治療的な目的による、構造化された学習プログラム (Structured Learning Method) が、様々な目的に応じて試みられているが (Goldstein, Sprafkin and Gershow, 1976, Bolton, 1979, Goldstein, Sprafkin, Gershaw and Klein, 1980, Goldstein, 1981) 日本人がアメリカという異文化で適応していくための、コミュニケーションのスキルに焦点を当てたものはまだない。実行力を持った訓練を行うためには、スキルのリストアップが現実的で、かつ効果的なスキル習得のための工夫があることが必要である。そのための第一歩として、本プログラムを試みた。

## <プログラム>

### 第1回：日本とアメリカの思考様式の違い

まず、行動に伴う認知的な違いを解説する。その行動にともなう発想や促え方を理解し、話し合いを通じて考え方を変えていくため、これは認知的行動変容の手続きでは認知的再体制化とよばれている。スキルの訓練はその後行う。

思想的な違いについては、Hurshburger (1988) の考え方をもとに西洋と東洋の思想的背景の違いを説明する。東洋の神・人・自然の一体化に対して、西洋は神、人、自然の間

に対立、葛藤、克服、監視などの関係がある。これから、東洋では一体感、調和、全体性、規範の重視が生じた。西洋では、しかし、物事をはっきりさせ、克服していくための科学的、合理的、分析的思考が発達したというのである。従って、例えば東洋では論争を争いと見て避け、受容が大事であるが、西洋では積極的に論議、批判して真理に到達しようとする。新しい物に対しても、東洋の判断基準は伝統に即しているか、西洋は独自性があるか、という事になるという。

他に、我々がつけ加えたのは、以下の事である。単一民族国家（日本）に対して、人々は基本的に異なるという認識を持った多民族国家（アメリカ）という違い。そこでは、何かと口に出して本気で話し合う必要があり、討論と主張が必要な技術である事。開拓者精神による、徹底した独立性、強さ、自立心、積極性の尊重。西洋的な個人主体的な考え方。労働のシェアや楽しみの共有。そこには日本的な細やかさや遠慮、察するといったことは、発想として入ってこない。

従って、人を尊重するにも、日本では要求を先回りして自己を犠牲にして、相手の予想される感情を基準に配慮するかもしれないが、アメリカでは、本人の意見とプライバシーを尊重しながら、説明と話し合いを経て、できる範囲で対応する。こうした行動が、互いに与える印象は、①アメリカ人：傲慢、自分勝手、利己主義、表面的、うるさい、単純、②日本人：主体性がない、独立心がない、消極的、しっかりしない、無能、公正でない、論理的でない、傷つき易い、などとなりがちである。

この回には、アメリカ人に対する印象とその元となったエピソードを参加者から出してもらおう。それについてできる限り解説し、アメリカ人の行動の解釈を助け、ギャップを認識して問題解決の方向づけをする。誤解のない、適切なコミュニケーションにむけて動機づけをする。

## 第二回：話の準備

スキルは、Libermanら（1988）にならって、訓練モジュールを特定して、下位の技能分野を設定し、必要な行動を具体的に設定した。個人的に効果が得られるように、特定の行動が教えられる。今回のモジュールは、表1にまとめた。

必要な行動は、それぞれの訓練ごとにあげ、その後解説を加えた。行動の項目は、Goldsteinら（1980）のように、大体簡単なことから難しいことへと並べてある（スモールステップス方式）。クリアできたら次の番号に行くといふ。模範、ロールプレイ、リハーサルを講義中に行うが、自分のレベルにあった宿題を持ち帰り、その経験を次回に報告し、フィードバックを行い、体験を共有する。同一の行動について、3例くらい経験させるよう指導するとよい。

まずは、言葉が通じず、不明な事が多い時期の、サバイバル的行動から取り上げる。

表1 モジュールと技能分野の一覧

モジュール	技能分野
言葉のハンディを補う	コミュニケーションの工夫を提案する
主張する	情報と援助を求める依頼をする 話し合いによって交渉をする
友人を作る	会話を開始する 友人関係を始める 異性の友人を作る
魅力的な話をする	会話に冗談を織り込む パーティーを楽しむ スピーチをする
適切な対人関係を持つ	公平なつきあい 感情の共有
主体的行動をする	学校で積極的に学ぶこと 失敗に対応する

モジュール：言葉のハンディーを補う

技能分野：コミュニケーションの工夫を提案する。

必要とされる特定の行動：①自分は英語が十分にできない事を説明する。聞き取り易いように、②ゆっくり話してくれるよう頼む。聞き取れない事や、わかりにくかった事については、③繰り返しを頼む。④わからない言葉や表現は、説明してくれないかと頼む。⑤理解したと思う内容を自分で繰り返してみ、誤解はないか、不足はないかを確認する。

たとえ会話がスムーズに行かなくても、⑥自分の英語力ばかりに帰属せず、相手側や状況など、他の要因についても公平に考えてみる。また、わからないからと、⑦むやみに Yes を言わない。あいずちとしての Yes の乱用という使い方は、英語にはないのでひかえる。

解説：相手に自分との話し方のコツを提供する。自分の事情を説明し、できる範囲の助力をしあうのが、アメリカのモラルである。話のスピードが落ちようと、会話への関与意欲や向上心は歓迎される。移民の国では、言葉の練習は恥ずかしい事ではないので、引っ込み思案になったり、悪びれたりする必要はない。

### 第三回：話し合う

モジュール：主張する

技能分野：情報と援助を求める依頼をする

必要とされる行動：様子が分からない時の頼み事には、①具体的で明確な事柄について手助けを頼む。②態度で匂わさずに言葉にして頼む。③問題を察してもらおう期待はしないで、自分が言い出す。そして、なぜ頼みたいのかについて、説得力を添えるために、④自分の理由を説明する。その際、感情にふれた理由を添えると説得力がある。⑤チャーミングな態度も効果的である。できないといっても、⑥あきらめないでもうひと押ししてみる。逆に自分が依頼されて無理な時には、理由や説明を添えて、⑦はっきりとnoを言う。

解説：アメリカ人は、相手の反応や感情を慮って主張をためらうような事はない。主張は、話し合いという手続きの一部であり、攻撃や傲慢の証ではない。断りの返事も明瞭。noを言わない曖昧な態度では、かえって相手を混乱させる。自分に必要な事について積極的に行動することは、独立した人間として期待される行動である。また、独立した人間として尊重するあまり、先回りした手助けは、失礼にあたるのでしない。彼らは要求を言われてから考えるため、事前に察するのが美徳の日本人には、気が利かない、冷たい、とうつりがち。

モジュール：主張する

技能分野：話し合いによって交渉をする

必要な行動：①自分の立場や考えを説明して明確にし、②理由はできるだけたくさんあげる。③交換条件を提示することも建設的。④議論のテクニックとしては、相手の発言を受けた言い回しを覚え、⑤ダメでも視点を代えてまた挑む。⑥YesやNoは、ニュアンスを使い分ける。言い方のバリエーションを覚え、特にNoは、日本的遠慮を捨てて、素直な対話のパターンと考えて使う。

解説：交渉の要領を学ぶ。とにかく意見、懸念、希望などをスピーク・アップする事が大切。アメリカでは、真の合意は、議論を尽くした後に到達すると考えるので、互いに言い尽くせたかどうかを気にしている。また、価値観として、人や和や集団よりも、個人や理論が優先するので、議論は不愉快な事態ではなく必要な手続きに過ぎない。論理的な説得力は、知的な力として重要である。

### 第四回：友達づきあい

モジュール：友人を作る

技能分野：会話を開始する

必要な行動：話す気があるというサインは、①視線を合わせる、②にっこり笑う、などのノンバーバルな行動から伝わる。③ハロー、ハイ、などと声をかけ、会話のきっかけに、

④相手について何か訪ねたり、⑤何か自分の出来事を話す。そして、⑥ちょっとした話題でおしゃべりをする。話しかけられても、⑦忙しいときは、話を後にしてくれと言う。理由もつけ、後で聞くから、と言っておく。

解説：日本人の表情は、ストイックで人を近寄らせてくれないという。正しい語学力より、態度が、会話開始の決め手である。話題はくだらない小さな出来事でもよいので、話しかけていること自体が好意のサイン。まずは内容のある話し合いでなく、楽しいやりとりを求めている。真剣な話は、その後のこと。

モジュール：友人を作る

技能分野：友達関係を始める

必要な行動：まず、ハローなどの、①挨拶をし合う関係になる。ちょっとした事を話題に、②おしゃべりをし合う関係になったら、用を作って、③用事やおしゃべりのために電話をする。④コーヒーに誘うことは、きわめて気軽なおしゃべりの延長でしかないので、積極的に実行する。次に、⑤誘って一緒にどこかに出かける企画を立てたら、⑥日時を決めた約束は、前もって電話で確認を取る事も、手続きのうちである。

解説：気軽に話しかけることが許される社会なので、的確なサインさえ出せば、接触の機会は作れる。相手の出方や相手への質問に頼らずに、些細な話で自己開示をして、進んで自分を知らせる態度が、親近感を伴う接近意欲として認知される。また、独立した個人として予定を立てて行動しているので、アポイントを作って、連絡を取りあうことが大切。

モジュール：友人を作る

技能分野：異性の友人を作る

必要な行動：目を合わせる、ほほえむ、挨拶するなど、①相手に関心がある態度を示す。②おしゃべりをする関係になり、③連絡先を教え合う。電話番号は、友人候補者の連絡先として気軽にストックされる。④コーヒーに誘うのは、日本よりも気軽な行動と考えられており、立ち話程度の感覚なので、緊張する必要はない。⑤お昼ご飯に誘うのはわりと簡単だが、⑥夕食に誘うのは、もう少し親しい間がらを意味する。相手に少しでも興味があれば、⑦どこかに出かけてデートして、様子を見るのが普通。しかし、身体接触など、⑧行きすぎた行動には、ノーという。⑨相手のアプローチを、親しみを込めてからかうのも、一種の戯れ。また、⑩その気のなくなった関係は、忙しいなどの理由をもとに、距離のある態度をとって断る。

解説：カップル・ソサエティーでは、早くから練習する重要なスキルである。ただの友人とステディの中間に、出かけることを楽しむだけの、デート・フレンドを複数持つことが特徴。恋愛感情の発展以前に、関心があればまずデートしてみるのが順序。相手の交代はよくあり、次の相手も簡単に見つかる。競争率が高いほど、獲得欲を高める人として人気がある。相手をいい気分にするこはうまくても、関係した相手の数を誇る目的の若者

もいるので、真剣な関係のためには、急がず話し合っただけで気持ちを確かめる必要がある。一つ一つの関係の重要性や結婚の可能性の認識は、日本よりは軽いといえる。

## 第五回：人と楽しく話す

モジュール：魅力的な話をする

技能分野：会話に冗談を織り込む

必要な行動：楽しい会話には、①冗談を混ぜた返事をする事や、②冗談混じりに聞いてみる事が必要である。知識人に多い、③皮肉な意地悪な感じの冗談を言う事は、英語だからといって額面通り受け取ると傷つく。④バカげた非現実的な冗談を多発する事は、大人もよくする行動。⑤セクシーな冗談を言うのは、日本人には苦手である。

解説：冗談は、頭の回転を示す重要な技術。気持ちを高揚させたり、リラックスさせたり、言いたいことをうまく伝えたりするにも必要。高度な人にうける冗談は必ずしも要求されず、冗談を言っている姿勢さえあれば、話せるやつとして認知される。

モジュール：魅力的な話をする

技能分野：パーティーを楽しむ

必要な行動：出席前に、行き方や持っていくものの分担をホストと打ち合わせておく。到着後、ホストにお礼と挨拶をしたら、出席者に、①必要な自己紹介をして挨拶をし、②何か質問をして話のきっかけを作ったり、③話題を提供したりする。④面白い冗談を言う事は、期待されている。⑤話が面白くないときには、話題を転換してよい。楽しく話し続ける事が大切。ホストは特にだが、自分からも、⑥知人を他の人に紹介して、人を混ぜる役割をとる。別れるときには、お礼と楽しかったむねと、残念だが帰らなければならない事を伝える。翌日以降、⑦ホストにお礼を言う。自分でも、⑧ちょっとしたパーティーを企画し、オープンハウスやポトラックパーティーなどカテゴリーを決めて、カードや電話で知らせ、交通手段のアレンジをして人を集める。

解説：人と出合いを求め、会話を楽しむために企画されるので、黙って微笑んでいるだけでは意味を成さない。話を提供し、面白おかしい冗談話をできるだけ作って、加わる。ホストもゲスト同士も一定の役回りを果たしながら、混ぜ合わせが進む仕組みである。

## 第六回：集団に向かって話す

モジュール：魅力的な話をする

技能分野：スピーチをする

必要な行動：話の意味と話し手への関心を感じさせるには、①自分について細かい事情を与える必要がある。②具体例を出して話す、③自分の体験談を混ぜる、といった事がないと聞いたことにならない。④自分の意見や感想を言うことが、必要。⑤話のスパイスと



して冗談を言う、⑥表情を豊かにしてしゃべる、といった事は魅力的な話し方の条件。

解説：その人という特定の個人から、聞かかいたった体験や情報を聞きたい。形式的挨拶や、漠然とした話は歓迎されない。また、謙遜は美德ではないので、悪い印象を残すだけである。英語力に自信がなくても、練習してきたことを誇りにこそすれ、さほど謝る必要はない。向上心は完成度よりも重要で、発展途上を恥じる必要はない。

## 第七回：人との関わり方

モジュール：適切な対人関係を持つ

技能分野：公平なつきあい

必要な行動：外国人であっても学生であっても、してもらえばかりに安住せず、①自分でできる事を工夫して役に立つようにする。②互いの負担やエネルギーが等しくなるように調整する、のが友人である。対等に尊重し合うので、③食い違いを感じた時には口に出して話し合う。

解説：エネルギーの等価交換のセンスは、独立心を保つために必要。お金のない者が世話になった場合、労働や自分の特技で、役に立ったり楽しませたりするとお返しになる。労働や個人的な手作り品は、お金以上に尊い。うまくいっている関係とは、文句を言いたいのを忍耐してる関係ではなく、何でもフランクに話し合える間柄のことである。要求も感想も、願望も、否定的な評価も、互いの視点からまず言葉にし合って、理解する。

モジュール：適切な対人関係を持つ

技能分野：感情の共有

必要な行動：①親しい友人と同情的に悲しい感情を共有する事は友情の一部。しかし、②目上の人やよく知らない人の感情には踏み込まない。また時には、ネガティブな事があっても、へこたれていない証明に、③冗談で気を紛らわすの必要。

解説：プライバシーの尊重とタフネスの重視のため、弱みにふれていいのは親しい人のみ。日本人のように、相手の感情に言及した慰めや同情をする場合は、相手を選ぶ。気づかないふりや冗談、漠然とした質問が適切なこともある。

## 第八回：学校にて

モジュール：主体的行動をする

技能分野：学校で積極的に学ぶこと

必要な行動：①授業中に質問する、②授業後に質問に行く、といったことは不可欠。③教師に授業の工夫や変更などを要求する、④学校のオフィスに配慮やアレンジを要求する、なども権利のうち。⑤自分の困難を説明してアドバイスをもらうこと、に答えるのは先生の努め。言った後どうなるかは相手側次第であって、ともあれ、⑥自分の意見を積極的に

言うことが奨励される。

解説：授業について行くための手がかりや方法は、たくさん工夫の余地がある。いろいろな形でチャンスを与えてくれるので、遠慮せずに主張すべきである。クラスメイトとのスタディー・グループなども活用する。

## 第九回：状況の修復

モジュール：主体的行動をする

技能分野：失敗に対応する

必要な行動：①回復のために話し合いの機会を作り、②事情をよく説明する。③代替案や解決策を提案することが誠意の証明。④埋め合わせのチャンスを与えるよう頼むと、結構やらせてくれる。実際に、⑤埋め合わせになる行動をする、⑥次回は改善してみせる、といった補いがつくと、もうそれほど気にしなくてよい。自分の側も、⑦相手に対して不満を言うのは必要で、黙っていると問題でないとみなされる。法律の拘束は行き渡っているので、⑧法的なトラブルは、専門家の所に行く。

解説：間違いを犯すこと自体より、その後の行動が重要。謝るより行動する。まず、話し合いでは、事情をシェアし合って、共通認識を持つ。過度に謝ったり、謝りが先行するばかりですみやかに行動にうつさなかったりすれば、ごまかしとみられる。具体的行動によって、誠意と真剣味を示さねばならない。全ての物事に変化はつきものと考えてるので、説明と埋め合わせさえすれば、回復できない失敗は、日本人の思うほど多くない。また、一つのことが終わったら、次は次としてこだわらない。人は成長するものと考えてるので、印象も修正がきき、悪い印象が後々まで変わらないということはない。

## 第十回：まとめの試験

例えば、次のような設定で、ロールプレイを行い、評価する。

交渉：車を修理に出したところ、むこうのミスでまた故障した。2回分の修理費用を請求されたが、修理結果もところもとないし、むこうのミスについての責任も持って欲しい。

要求：テストの時間に、行きたい講演会がある。時間をずらして、TA（講義助手）の学生がついて、先生のオフィスでも、一人で別にテストをやらせてもらえるだろうか。

異性の友人：フットボール会場で隣の人と気が合った。むこうはカップルだが、ただの友人同士だと言う。その人の専攻がMBAである事と、ファーストネームとが分かった。まず、電話番号を交換し、口実を設けて接触したい。

また、コーヒーに誘うのはどんな場合であったか（気軽におしゃべりをしたいと思う時）、信号を渡ろうとする盲目の人に進んで手助けの声をかけないのはなぜか（独立性や自立の機会を尊重するため）、などの確認の質問をする。最後に感想を聞いて、現実への動機づけを与えて、まとめとする。

## < 検 討 >

参加者の感想を以下に紹介する。①アメリカ人にとけ込む要領が分かった。外国人としてでなく、普通の友人として話せた。②我慢と不自由だけが外国暮らしではないと知った。無力でなくなり、自分の存在が肯定的に促えられた。行動の自由が増え、もうアメリカで自由にやって行ける。③ No の言い方を覚えて以来、不利益を甘受しなくなった。④アメリカなりの思いやり、誠実、友情、評価などがあると分かった。⑤様々な行動ができるようになった後では、それらがアメリカでいかに自然なものか分かり違和感が消失した。

アメリカ人が協力を申し出してくれる場合には、その人たちに以下の注意をした。①異文化への認識：思想的違いを心得る。語学のハンディが稚拙にした表現内容を、本人の頭脳程度と見なさい。自分にとっての快や価値を、押しつけない、など。②訓練不十分なアサーションを、いきなり求めない：例えば、言葉にしないのを何も感じていないかのようにみなしたり、主張で対等に渡り合えないのを合意と見なしたり、儀礼的で犠牲的な Yes に含まれた犠牲に気づかない、などに陥らないよう。③異文化間コミュニケーションギャップの帰属：人種や歴史的経緯、個人の性格に帰属しすぎると、誤解の原因を正しく見抜けない。

異文化との意志の疎通の要領を身につけることが、国際人の要件であるなら、これらのスキルを的確に使いこなして、コミュニケーションできることが、その条件である。それを訓練することは可能である。またアメリカのみならず、他の文化へ行った場合にも、この発想と要領が般化されることが期待できる。

## 参考文献

- Bolton, R. 1979 *People skills*, New York : Simon and Schuster, Inc.
- Furnham, A. and Bochner, S. 1986 *Culture shock*. New York : Methuen & Co. Ltd.
- Goldstein, A. P. 1981 *Psychological skill training*, New York : Pergaman Press
- Goldstein, A. P., Sprafkin, R. P., and Gershaw, N. J. 1976 *Skill training for community living*. New York : Pergamom Press
- Goldstein, A. P., Sprafkin, R. P., Gershaw, N. J., and Klein, P. 1980 *Skillstreaming the adolescent*. Champaign, Ill. : Research Press.
- Lazarus, R. S., DeLongis, A., Folkman, S., and Gruen, R. 1985 Stress and adaptaional outcomes : The problem of confounded measures. *American Psychologist*, 30, 770-779
- Liberman, R. P., Jacobs, H., Boone, S., Foy, D., Donahone. C. P., Falloon, I. R. H., Blackwell, G., and Wallace, C. J. 1988 分裂病患者の社会適応のための技能訓練 精

神医学, 30, 229-239

中川米造・宗像恒次編 1989 健康心理学 福村出版

Trower, P., Bryant, B., and Argyle, M. 1978 *Social skills and mental health*. London :  
Menthen & Co. Ltd.

Harshbarger, W 1988 Aristotle vs Lao Tsu : Teaching critical thinking. WAESOL  
Conference.