コミュニケーション向上委員会 第38回

豊かな「語彙力（ごいりょく）」を身に付ける①

株式会社川原経営総合センター　経営コンサルティング部門　久保田　真紀

コミュニケーションを図るうえで、「言葉」は重要なツールの一つとして、積極的な活用が期待されるところです。とくに、福祉・医療の職場においては、使う言葉一つで利用者や患者を不快な気分にさせたり、場合によっては生命や生活を脅かすことにもなりかねませんので、状況に応じた適切な言葉選び、活用をしていくことが望まれます。

しかし、いろいろな言葉は知っているものの、いざコミュニケーションの場面になると、「言葉が出てこない」、「思いをうまく言葉にできない」、何とかしようと焦って、つい「同じ言葉を何度も繰り返してしまう」、「思いついた言葉をどんどん羅列してしまう」、そんな経験がある方は多いと思います。

それで相手にうまく思いを伝えられればよいのですが、普段の生活で使わないような極端に難しい言葉や、くだけた子どもっぽい言葉ばかり使っていると、自分が伝えたいことが伝わらないばかりか、次第に相手に不快な印象を与えてしまい、気づいた時には信頼関係が悪化しているということもあります。

そうした状況に陥らないためにも、コミュニケーションをとる相手との関係や話の内容、その場の雰囲気などにあわせて、いくつもの言葉や表現方法を上手に活用していくことができる「語彙力」を高めていく必要があります。

今回からは、自分らしいコミュニケーションづくりに向け、豊かな語彙力を身につけていくために必要な事柄や活用の工夫について考えていきます。

＊　＊　＊　＊　＊

「語彙」とは「言葉（語）の集まり（彙）」という意味です。英語のボキャブラリーという言葉のほうが、馴染みがあるという方もいらっしゃるかと思います。

日本語は他の言語と比べ語彙の量が豊富だと言われています。日本古来の和語に加え、漢語や外来語など多様な言語により形成されてきた言語であるということも、語彙量が多くなった要因の一つといえます。また、日本の文化や風習、気候風土のもと育まれた、繊細かつ感性豊かな日本人気質をより的確に表現することができるよう、細かいニュアンスを表すことのできる語彙が多く存在すると考えられます。

語彙を自分自身の中にたくさん増やすとともに、それを活用しながら、表現の幅を広げていくことのできる力を「語彙力」と呼んでいます。

＊　＊　＊　＊　＊

語彙には「理解語彙」と「使用語彙」の２つの種類があります（図）。

理解語彙は「量」であるのに対し使用語彙は「質」、その両方をバランスよく高めていくことで、コミュニケーションの質が高まります。しかしながら、理解語彙を増やそうと本を読んだり辞書を引いたりしても、なかなか思うようにはいかないのが現実です。そんな時は、気になる言葉を見つけたら、「同じような意味をもつ語（類義語）」や「対をなす語（対義語）」を集めてみることをお勧めします。

類義語は意識して集めていくことで、同じ意味をもつ複数の語彙の候補を得られるため、使用語彙として活用する際には、説得力のある語彙を選ぶことができるようになります。また、対関係や否定の意味を持つ対義語を集めることを意識すると、もとの言葉の意味をより深く理解することにつながり、語彙の記憶が定着しやすくなるといいます。

使用語彙を増やしていくためには、積極的にコミュニケーションの場面で語彙を使うことが一番の近道なのですが、職場の仲間の前で失敗してしまったらと戸惑う方もいらっしゃると思います。そんな時は、まずは相手が発した会話の中から気になる語彙を見つけ、自分のもつ理解語彙の中から、言い換えられるものはないかを考えるクセをつけてみましょう。相手が信頼関係のある方なら、「今、あなたが言った○○という言葉は、△△や□□と同じ意味ですか」と確認させてもらうなどすると、使用できる語彙の幅がより広がってきます。

＊　＊　＊　＊　＊

次回は、実際のコミュニケーションの場面をご紹介しながら、具体的な語彙の活用方法について考えていきます。

図

プロフィール Profile
久保田　真紀（くぼた　まき）
社会福祉士、保育士。都道府県社会福祉協議会にて、法人の経営基盤強化や施設の運営に向けた支援のほか、当事者活動支援、福祉教育にかかる業務に従事。現在は、㈱川原経営総合センターにて、法人・施設等の設立、運営支援、職場内環境改善に向けた調査分析などに携わる。