

## 地域創生学群 課題論文

### 【注 意】

1. 試験開始の合図があるまで、この問題冊子の中を見てはいけません。
2. 試験時間は13時30分から14時30分まで(60分間)です。
3. この問題冊子は表紙以外に3ページあり、解答用紙は1枚、下書き用紙は1枚あります。
4. 試験中に問題冊子の印刷不鮮明、ページの落丁・乱丁および解答用紙の汚れ等に気付いた場合は、手を挙げて監督者に知らせてください。
5. 解答はすべて解答用紙の解答欄に記入してください。
6. 解答用紙の氏名欄を除き、受験者本人の特定につながるような氏名、住所、学校名等は記述しないでください。
7. 解答用紙を持ち出してはいけません。持ち出した場合、試験をすべて無効とします。
8. 試験終了後、問題冊子および下書き用紙は持ち帰ってください。

問題 以下の文章を読み、「アウトプットとコミュニケーション能力の関係性」について簡潔にまとめたうえで、頭ではわかっているが、アウトプットできない人に対してどのように行動を促すか、あなたの考えを述べなさい。分量は全体で400字以内とする。

アウトプットで得られる効果はさまざまですが、もっとも大きな効果は、アウトプットすることで自己成長が飛躍的に進む、ということです。先ほど、インプットとアウトプットを繰り返すことで自己成長すると書きましたが、実はその間に必要なプロセスがあります。それは「フィードバック」です。

フィードバックというのは、アウトプットによって得られた結果を評価し、次のインプットに向けて、「見直し」や「方向修正」を加えるという作業です。何か行動したとき、「失敗した」と思ったら、その原因や不十分だった点を考えて、次にやるべきことにつなげればいいのです。成功したときには、うまくいった理由を探り出し、それをまた繰り返すか、さらにうまくいくように工夫していきます。こうしたフィードバックによって、行動は少しずつよい方向へ修正されていき、同じ間違いや失敗を繰り返すことがなくなり、過去の自分よりも確実に「進化」することができるのです。「インプット→アウトプット→フィードバック」のサイクルを繰り返すことによって、人間は、螺旋階段をのぼるようにどんどん成長していきます。私はこれを「成長の螺旋階段の法則」と呼んでいます。私はこれを「成長の螺旋階段の法則」と呼んでいます。インプットとアウトプットを繰り返すことが究極の勉強法であり、自己成長の秘訣なのです。

このように、アウトプットは「自己成長」につながりますが、インプットだけをしていたら、自分の脳の知識や情報を満たすだけの「自己満足」に終わってしまいます。いつもがんばっているのに、なぜか成果が出ないという方は、インプット中心でアウトプットを疎かにしている可能性が高いのです。

もしも誰かから「この本を明日までに読みなさい」と押しつけられたら、楽しいどころか、苦痛を感じる人も多いと思います。でも、自分が好きなものを読んでその感想を書くのであれば、それほど苦痛には感じないはずです。読んで、「面白い」「すごい！」と思ったところを素直に書けばいいのです。むしろ、楽しいと感じるでしょ

う。このように、アウトプットというのは、「自己表現」につながりますから、基本的には楽しい行為なのです。また、他の人に役立つことなど、ポジティブなアウトプットを続けていると、周囲からの評価にもつながっていきます。すると、アウトプットがさらに楽しくなり、もっとアウトプットしたくなります。ですから、アウトプットのトレーニングは楽しみながらやるといいでしょう。

(中略)

さらに、普段からどんなアウトプットをしているかによって、あなた自身のコミュニケーションにも大きな変化が出てきます。10代以降になると、関わる人間も増えて人間関係も複雑になっていきますが、そんな10代にとって、アウトプットのトレーニングは特に大きな意味を持ちます。なぜなら、アウトプットは周りの人間関係に多大な影響を与えるからです。よいアウトプットをしていればよい人間関係ができ、悪口のようなネガティブなアウトプットをしていれば、当然、人間関係は悪化していきます。ですから、今よりよい人間関係を持ちたい、よりよい生活をしたいのであれば、「正しいアウトプット」をしなくてははいけません。

何より大事なことは、まず「アウトプットする」こと。じっと黙っていないで、自分が何を考えているのか、自分はどのような人間なのかを「話す」。周囲に伝えるということです。当たり前の話ですが、何も言わなければ、相手には何も伝わりません。日本には、昔から「以心伝心<sup>いしんでんしん</sup>」という言葉があります。「言葉にしなくても気持ちは伝わる」という文化は日本独特のもので、よい面もあるかもしれませんが、場合によってはトラブルの原因になることもあります。友だちとけんかしたり、些細<sup>ささい</sup>なことで揉めたりすることは誰にでもあります、その多くは「伝え方」が原因です。

こちらとしては正しく伝えたつもりでも、相手に自分が思ったように伝わっていないければ誤解の原因になります。問題が起きてから「わかってくれていると思った」と相手を責めても遅いのです。ですから、まずはきちんと「言葉に出して伝える」ことが重要になります。そして言葉で伝える場合は、口で話すか、文章で書くかの2通りしかありません。ですから、「話す」「書く」のトレーニングが重要になってくるのです。

しかし、ほとんどの人は大学に入ってからレポートや卒業論文などを書くようになり、そこでようやくアウトプットのトレーニングを始めます。その後社会に出ると、「話す」「書く」「行動する」の能力はさらに欠かせないものになります。研修で「書くスキル」や「伝えるスキル」を教えてくれる企業もありますが、それだけでは不十分なので、仕事をしながら自分自身で磨いていかなくてはなりません。

それでも、営業トークや大勢の前でのプレゼンテーションなど、これまで一度も習ったことのないものや、やり慣れていないものを身につけていくのは大変です。だから、多くの人が苦勞しているのです。また、コミュニケーション能力を短期間でアップさせるのは簡単なことではありません。だから、早くから始めた人と、そうでない人の間に圧倒的な実力差が出てくるのは当然のことです。

(樺沢紫苑『<sup>エッセンシャル</sup>極 アウトプット 「伝える力」で人生が決まる』による。ただし、出題に際して原文の一部を改めた。)