

人間関係講座（コミュニケーション）第112回

ー自己理解と対人コミュニケーション能力アップのためにー

担当者	楠本和彦（南山大学人文学部心理人間学科教授） 青木 剛（南山大学人文学部心理人間学科講師）
概要	この講座では、「体験学習」という方法を用いて、人間関係における自分自身の在り方とコミュニケーションの傾向に気づき、自分成長に向けた手がかりを掴んでいくことを目指します。 私たちは他者とのコミュニケーションを通して、相手とわかりあえた感じがして嬉しくなる体験や、逆に、どうしてこんな風に受け取られてしまうのだろう？と驚いてしまうような体験をすることがあります。このような時、私たちのコミュニケーションの中では、一体どのようなことが起こっているのでしょうか。 この講座では、コミュニケーションに影響を及ぼす諸要素のうち、特に“自己理解と対人コミュニケーション”に焦点を当てながら、自分を見つめていきます。 この講座のねらいは、以下の2つの分野です。 ①話したり聴いたりする時のコミュニケーションプロセスや自分の特徴に気づき、その気づきを日常のコミュニケーションに活かす ②自分自身の価値観・感情・興味など、自己理解を深める この講座では、ラボラトリー方式の体験学習を用いた実習と、自己やコミュニケーションに関する理論の小講義を通して学んでいきます。ゆっくりと自分を見つめたり、他者と話し・聴く中で生まれた気づきをわかちあう体験から、自分への理解が深まっていくことが期待されます。ご自分についてより深く知りたいという方、日常や仕事上でのコミュニケーションで相手の話をよりよく聴けるようになりたい方、日々のコミュニケーションで起こっている気がかりについて一度考えてみたい方にお勧めです。 【プログラムの内容（予定）】 ・小講義「自己概念」「コンテンツとプロセス」 ・自己理解を深める実習 ・コミュニケーション実習
日程	2020年1月11日（土） 10：00～18：00 1月12日（日） 9：00～17：00 土日集中 ※台風接近のため、当初の10月開催を延期しての開催
定員	36名
会場	南山大学 D棟 D51教室
受講料	11,400円（税込）
メルマガ講座報告	担当講師 青木 剛 記 今回の人間関係講座（コミュニケーション）は、10月に実施予定でしたが、大型台風接近のために延期となり、1月に開催することができました。実施日の変更により、10月にお申込みいただいていたにもかかわらず、ご参加いただけなかった方もいっしょに、申し訳ありませんでした。大学も年末年始のお休み明け間もなく、建物自体はまだ冷え切っておりましたが、講座自体は参加者のみなさまも熱心に取り組んでくださってありました。最後のふりかえりでは、参加者それぞれにとって異なる学びがあったことが分かり、みなさまの積極的な取り組む姿勢がそれぞれにとって必要な学びをのびやかに展開する土壌となっていたように思われました。同じ実習を体験しながらも、異なる学び、かつ、それぞれにとって意味ある学びが展開できることは、本センターの体験学習の特徴でもあります。参加者のみなさんの取り組む姿勢はそうした場を醸成するために必要不可欠ですので、参加者のみなさまに感謝いたします。