

人間関係講座（ベーシック）第1回〔春〕

自分の人間関係やコミュニケーションの理解のために

担当者	土屋耕治（南山大学 人文学部心理人間学科講師） 中尾陽子（南山大学 経営学部経営学科准教授）
概要	この講座では、「体験学習」という方法を用いて、自分の日常の中で起きていることに目を向けながら、人間関係やコミュニケーションについて学んでいきます。 私たちが日常を過ごす中で、人間関係やコミュニケーションはとても重要な役割を果たしています。しかし、慌ただしい毎日の中では、あまりゆっくり考えたり、ふりかえったりすることもなく過ごしていることが多いのではないのでしょうか。 この講座では、日々の中で自分が当たり前のように体験していることや感じていることに目を向け、そこで起きていることに気づき、言葉にしてみることを通して、自分自身の中や、関わりの中で起きていることを捉える試みをしていきたいと考えています。 この講座のねらいは、以下の3つの分野です。 ①自分を知る ②「体験から学ぶ」ということを知る ③わかちあうことを通して、それぞれの中で起きていることに気づく 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、体験学習に関する理論の小講義を通して学んでいきます。自分の人間関係や、自分自身について一度ふりかえったり、考えてみたいと感じている方にお勧めです。 【プログラムの内容（予定）】 ・小講義「体験学習のサイクル」「コンテンツとプロセス」「フィードバックの留意点」 など ・日常のコミュニケーションや人間関係のふりかえりとわかちあい ・自己分析 ・グループでのコンセンサス実習とふりかえり
日程	2019年5月26日（日） 10：00～17：00
定員	36名
会場	南山大学 D棟5階 D51教室
受講料	4,800円（税込）
メルマガ講座報告	担当講師 土屋 耕治 記 2019年5月26日（日）に、第1回人間関係講座（ベーシック）を実施しました。ファシリテーターは、中尾センター員と土屋で行いました。 これまで人間関係講座は、グループ、コミュニケーションなどがありましたが、講座ラインナップを見直し、一番最初の入門にあたるものとして、ベーシックという1日の講座を新たに作りました。 気軽に人間関係についてふりかえり、わかちあう場が作ればよいな、という思いがもたれています。 打ち合わせを重ね、「自分を知る」「わかちあうことを通して、それぞれの中で起きていることに気づく」といったねらいを設定しました。 30名弱の参加者のもと、自分のコミュニケーションの特徴をふりかえり、自分の対人関係を図であらわしたり、それぞれの関係をアサーションの観点から検討しました。また、「私が大切に思うこと」という実習では、自らの価値観をふりかえることに加え、わかちあうことを通して見えてくるものもあったかと思います。 いただいた感想には、「安心して話をする、自分の考えを述べる場が持てた」「自分のことを考える時間を他者と持つことができてよかった」といった言葉がありました。私も、安心して語る、ということの意味を、参加された皆様とともに探った一日でした。どうもありがとうございました。 この講座は秋にももう一度実施されます。そちらへの参加もお待ちしております。