

人間関係講座（コミュニケーション）第102回 [春]

-グループの中での人間関係の理解のために- 基礎コース

担当者	楠本 和彦（南山大学人文学部教授） 伊東 留美（南山大学人文学部准教授）
概要	<p>この講座は、「体験学習」という方法を用いて、楽しく参加しながら人間関係の主要領域についての理論と実際を同時に学びます。更に人間関係に関して自分自身の在り方に気づき、成長の手がかりを握り実践していくことを目指しています。ここでは、特に“自己理解と対人コミュニケーション”に焦点を当てて進めていきます。</p> <p>この講座を学ぶねらいは以下の3つの分野です。</p> <ol style="list-style-type: none">① 自分自身の価値観・感情・興味など、自己理解を深めること② 話したり聴いたりする時の自分の特徴に気づき、話す・聴くというコミュニケーション能力を高めること③ 対人関係における感情の重要性に気づき、感情表現の多様性と幅を広げる <p>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という方など、さまざまな方にお勧めです。</p> <p>【プログラムの内容（予定）】</p> <p>小講義「コンテンツとプロセス」「体験学習のサイクル」「コミュニケーション・モデル」など コミュニケーション実習（実習「聴く」等）とふりかえり ノンバーバル・コミュニケーション実習（実習「セルフバック」等）とふりかえり 個人の気づきの実習（価値観明確化の実習等）</p>
日程	2016年5月28日（土） 10：00～18：00 5月29日（日） 9：00～17：00 土日集中
定員	各36名
会場	南山大学 D棟 D51教室
受講料	11,200円（税込）
メルマガ講座報告	<p style="text-align: right;">担当講師 伊東 留美 記</p> <p>5月の最後の週末（5月28・29日）、2016年度人間関係研究センターの最初の講座として人間関係講座（コミュニケーション）が開催されました。名古屋市、愛知県、関東地区、関西地区から25名の受講生の方が参加くださり2日間を無事に終えることができました。毎年、社会人の受講生と過ごすこの2日間は、私にとっても刺激的な時間ですが、この2日間で印象に残ったことをお話ししたいと思います。</p> <p>本講座に参加された方の中には、日ごろの自分のコミュニケーションについて見直したいという思いで参加された方もあり、気づきの困難さやフィードバックの意義についてのコメントがありました。私自身も気づきとフィードバックについて改めて考えました。自分がよくわかっていることをフィードバックされた時、「やはり」で終わってしまうということもあるだろうが、そういう時、何も起きていないのでしょうか。</p> <p>上記の疑問の答えになっていないかもしれませんが、『人間関係トレーニング』（津村俊充・山口真人編 ナカニシヤ出版 2005）という本に「17ジョハリの窓」（pp.62-65）という章があります。私たちの対人関係プロセスを4つの窓に例えて説明してくれているのが「ジョハリの窓」です。その中で、対人関係が変わるプロセスで起きていることは、「自己開示」と「フィードバック」であると説明しています。自己変革も同様で、自己開示とフィードバックによって気づきが広がり、変化へとベクトルが意識的に向いていくのでしょうか。逆に同じだと感じるということは、この変革プロセスの何かが進んでいない、あるいは進んでいても気づかないとも言えるのかもしれません。この2日間で十分な関係を形成し、自己開示とフィードバックができたと言うには短すぎたかもしれません。この2日間で、“いつもの自分のコミュニケーション”の再確認ができた、“理想のコミュニケーションのモデル”に遭遇できた、という体験も意識の広がりとなり新たなベクトルの提示へと繋がるとよいなと思います。</p> <p>最後になりましたが、人間関係講座（グループ・コミュニケーションを含む）は、2016年度から3桁の開催回数となりました！本センターの活動の息の長さや受講生の関心の広がりを改めて実感しています。ありがとうございました！</p>