

人間関係講座（コミュニケーション）第94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	中尾 陽子（南山大学経営学部准教授） 佐竹 一予（臨床心理士）
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、成長の手がかりをつかみ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>この講座は、以下の3つの分野について学びます。</p> <ul style="list-style-type: none">①自分自身の価値観・性格・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。なお、今年度の本講座は、遠隔地からもご参加いただけるように、土日の2日間で実施されます。</p>
日程	2014年7月 5日（土） 10：00～18：00 7月 6日（日） 9：00～17：00 土日集中
定員	各30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 中尾 陽子 記</p> <p>第94回人間関係基礎講座（コミュニケーション・春）が、7月5日～6日に実施されました。全国から参加されました皆さんの熱気がD51教室に満ちていました。</p> <p>自己理解と対人コミュニケーションに焦点をあてたこの講座はラボラトリー方式の体験学習という方法を用いて進められますが、参加者お一人おひとりが自発的・主体的に取り組まれ、自分自身を見つめ直したり、他者との関わり方、コミュニケーションの持ち方をしっかり点検されていました。ふりかえりでは、わかちあいがとても丁寧になされ、用紙に記入された何倍もの フィードバックの交換が活発に行われ、時間が足りない状態でした。</p> <p>アンケートでも「自分自身をよく知る機会になった」「新しい気づきが多く得られた。自分にOKが出せた」「色々な方向から見るのができた」「関わりへの関心があるようではなかったことに気づいた」「もっと周りへのプロセスに目を向けていきたいと思った」「自信がなかった面がポジティブに捉えられるようになった」などの記入がありました。</p> <p>この講座での2日間の学びを、日常の仕事やプライベートなどに是非活かしていただきたいと思います。どの様に活かすか、すでにイメージ出来た方、また、講座では出来たけれど、いざ現実場面で…となるとためらいを感じ、どう活かしていくかが課題…と思われた方もいらっしゃると思います。スモールステップで少しずつ試しながら体験学習のサイクルを循環させていって下さることを願っています。</p> <p>スタッフへもアンケートを通して、また直接にフィードバックをいただきました。私たちも頂いたフィードバックを大切にこのサイクルを回していきたいと思っています。本当にありがとうございました。</p>