

人間関係講座（コミュニケーション）第99回 [秋]

ーグループの中での人間関係の理解と実践のためにー

担当者	伊東 留美（南山大学短期大学部英語科講師） 土屋 耕治（南山大学人文学科心理人間学部講師）
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> <ol 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。</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「無言の探索」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	2015年11月7日（土）10：00～18：00 11月8日（日）9：00～17：00 土日集中
定員	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>去る2015年11月7日（土）8日（日）の2日間、南山大学にて「2015年度第99回人間関係講座（コミュニケーション）秋」が開講されました。</p> <p>今回は、18名と参加者は前回よりも少なかったですが、教室をゆったりと使うことができ、オープンスペースの開放的な空間の良さを満喫できました。</p> <p>この講座では初日（午前）に「ラーニング・トリオ」という3人1組のグループを自分たちで作っていただいたのですが、皆さん戸惑っておられた様子でした。</p> <p>すぐに声をかける人、最後まで待っている人、緊張感が教室に感じられました。</p> <p>2日目は、そうした緊張感がなくなり、休憩中にも自然に誰もがお互いに声をかけておられ、教室の雰囲気も変わりました。</p> <p>2日目終了後、ある受講生が他の受講生からポジティブなフィードバックをもらい嬉しかった一方で、本当にそれだけでよいのでしょうかというような質問をいただきました。その時は、あまりよいお答えができなかったと思いますが、今振り返ると2つのことが言えるのかなと思います。1つは、この講座が日常のコミュニケーションと何か違ったものであったということ、もう1つは、グループメンバーに対して、さらなる期待（本音を聞きたい）を抱き始めたということでしょうか。「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・プロセス」というミニレクチャとコミュニケーションに関わる実習を通して、受講生の方は人との関わりの中で起こっている「目に見えない心の動き」にも意識されるようになり、言葉の精度や共感的な関わりにも意識を向けておられました。そうしたことが、2日間の場の雰囲気を変え、関わりを変え、自分や相手、場所などに“transformation”（変化）を起こしていたのかと思います。そして、さらに親密な関わり方をしてみたいと思われたのでしょうか。再び日常生活に戻られた皆さん、日々の対人関係の中で時々、「人間関係講座（コミュニケーション）」の体験を思い出してくださると嬉しいです。</p>