

人間関係講座（ベーシック）第6回 [秋]

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	中尾 陽子（南山大学経営学部経営学科 准教授） 伊東 留美（南山大学人文学部心理人間学科 准教授）
概要	<p>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こっ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。</p> <p>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、慌ただしい毎日の生活の中では、ゆっくり考えたり、ふりかえったりすることなく、やり過ごしてしまうことも多いのではないのでしょうか。</p> <p>この講座では、普段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、言葉にすることを試みていきます。この試みを通して、自分自身や関わりの中で起きていることを改めて丁寧に捉え、人間関係やコミュニケーションのありようを検討していきたいと考えています。</p> <p>この講座のねらいは、以下の3つの分野です。</p> <ol style="list-style-type: none">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、それぞれの中で起こっていることに気づく <p>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ゆっくりとふりかえってみたいと感じている方にお勧めです。</p> <p>【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 グループでの話し合いを通じた自分の価値観の検討</p>
日程	2021年9月4日(土)10:00~17:00
定員	20名
会場	オンライン
受講料	6,600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>第6回目になりました人間関係講座（ベーシック）は、2021年9月4日（土）に無事に終了しました（終了少し前に、名古屋ではバケツをひっくり返すような大雨になりました）。当日は、全国から11名の参加があり、本センターの講義に初めて参加、すなわち、「体験学習」も初めて、という方もおられました。</p> <p>体験学習は、学習者の「いま、ここ」での体験をベースにした学習（『人間関係トレーニング第2版、p.5』）です。そうした「いま、ここ」での体験も、オンラインというツールを用いて画面上で共にいる体験となりました。物理的には共にはいないのですが、実習を通して皆さんは共にいる感覚を味わっておられる様でした。最初に、「お互いに知り合う」実習として今日の天気を絵で表し、その絵を見せながらお互いがどのような気持ちで今この画面（メンバー）に向かっているのかを共有できたことで徐々に打ち解けていけたようでした。そして、「私の対人コミュニケーションの棚卸し」「私の対人地図」「感情の伝え方の検討」「私が大切に思うこと」という実習を行いながら、普段のコミュニケーションの仕方について検討し、相手に自分の人間関係やその中のコミュニケーションについて伝えたり、お互いの価値観を共有し自身のものを再検討したりという体験をしていきました。そうした体験を通して、それぞれの心の中で起きていたこと（プロセス）を相互に伝え、分かち合いながら相手の存在を感じ取り理解を深めておられるようでした。</p> <p>オンラインは、想像力を巡らせながら相手と共にいることを感じる必要があります。相手が理解してくれた、相手に伝わったという感覚的な体験は、共にいることを想像しやすくしてくれるのかなど今回の講座で考えました。参加された皆さんのコミュニケーションに対する意識の高さの賜物と思います。ありがとうございました。そうは言っても、いつか対面でお会いできることを楽しみにしております。</p>