

# 人間関係講座（ベーシック）第11回

## 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	伊東 留美（南山大学人文学部心理人間学科 准教授） 中尾 陽子（南山大学経営学部経営学科 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"><li>①自分を知る</li><li>②「体験から学ぶ」ということを知る</li><li>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</li></ol> <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	2025年5月24日(土)10:00~17:00
定員	24名
会場	南山大学 D棟 D51教室
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 中尾 陽子 記</p> <p>5月24日（土）、第11回人間関係講座（ベーシック）を開催いたしました。担当者は、伊東留美先生と中尾でした。</p> <p>この講座では、</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・自分を知る</li><li>・「体験から学ぶ」ということを知る</li><li>・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</li></ul> <p>という3つのねらいのもと、普段はなかなかゆっくりと見つめることのない人間関係や、自分自身が大切に感じていることを丁寧に味わい、お互いに知り合う時間を過ごしていきました。参加者の方々は、ラボラトリー方式の体験学習に初めて触れる方も多いご様子でしたが、最初の実習から、とてもそうとは思えないような開かれた関わりが始まり、わたしたちは嬉しい驚きを感じながら一緒にいました。</p> <p>また、参加者の方からのフィードバックで、私たちスタッフにも様々な気づきが生まれる機会をいただき、心より感謝しています。みなさまからいただいたフィードバックは、次の講座に必ず繋げていきたいと考えています！</p> <p>共に学びの時を過ごしてくださったみなさま、本当にありがとうございました。今回の体験や気づきを通して、みなさまの日常での人間関係が少しでも豊かなものになっていくことを、心から願っています。また、学びの場をご一緒できますことを楽しみにしていますね〜♪</p>