

FIT 女子会 6 月 コミュニケーション講座 「あなたのトリセツ作りませんか？」



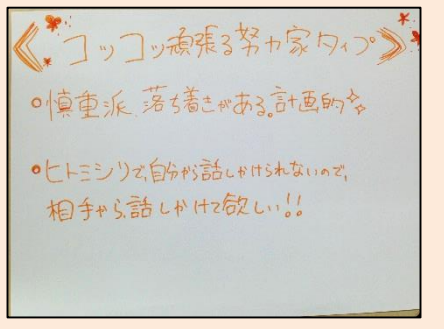
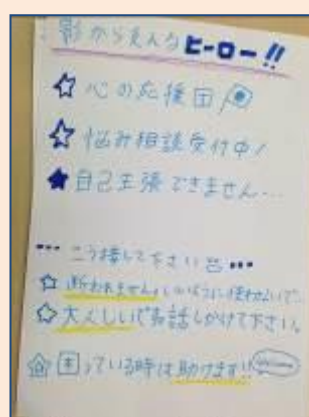
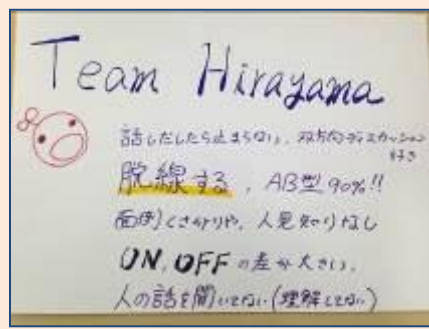
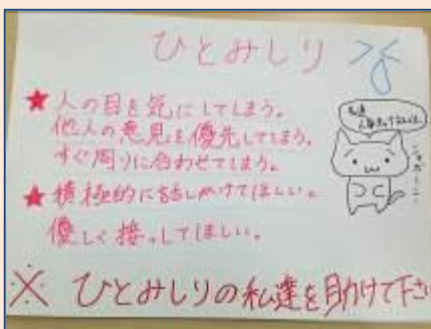
6月15日(水)にFIT女子会ではちょっと変わったコミュニケーション講座を開講しました。テーマは「あなたのトリセツを作りませんか？」トリセツって「取扱説明書」のことですよ！自分を扱う説明書を作るの？というわけで、ドキドキしながら14名の男女がA24教室に集まりました。講師は大学カウンセラーの古川菜穂子先生です。

最初のウォーミングアップで、普段の人との関わり方の特徴が出るワークを実施。さて、あなたはどんなタイプでしょう。

次に参加学生はタイプ別診断心理テストを行い、その結果が同じである似たタイプの人達とグループに分かれ、本題の「トリセツ作り」を進めていきました。

- ①自分たちの性格や行動の特徴を書きだす
- ②自分たちにどう接して欲しいか、取り扱って欲しいか書く
- ③チーム名を決めてポスター作製及び発表

グループでの会話は、意見、感じ方、表現の仕方が似ているため、参加学生たちは居心地が良かったようです。その後、グループごとの発表を聞くことで、改めて、すべての人が自分と同じではないことを楽しみながら理解できました。古川先生から「こんなに他人と違いがあるからこそ、コミュニケーションとは難しいもの。誤解やズレは当たり前、みんなと仲良くなくても大丈夫！人の目ばかりを気にせず、ありのままの自分を受け入れることが必要。時には自分の心にどうありたいのか、どう感じているのか問いかけることも、ぶれない、折れない自分でいるうえで大切である。」と教えて頂きました。参加者からは「自分を客観的に見ることができた。」「自分と似た人が居て安心した。」「人にはいろんな型、タイプがあるのに改めて気づかされた。」など沢山の感想が飛び出しました。講座を受けて気が楽になったと感じる学生もあり、大変有意義な時間となりました。この講座を機会に自分に合ったコミュニケーションスタイルを見つけてほしいです。(学生課 平山)



興味がある方は、お気軽に学生相談室をお尋ね下さい

この件のお問い合わせは広報課

掲示期間 H-28-063
6月20日~7月4日