

自分をよく理解すれば自信がUP！

# 「自己の探求講座」

## 受講者募集

「何がやりたいのか、まだわからない」

「授業に何となく興味がわかない」

「友だちと何となくうまくいかない」



……こんな漠然とした不安をかかえて過ごしている人はいませんか？

解決への近道は「**自分を知ること**」です。

この講座ではさまざまな角度から自分自身をじっくりと分析していきます。

「自分を知る」とは、見方をかえれば「他者と自分との価値観の違いを認識すること」でもあります。自分を理解し、そして他者を理解することで、**コミュニケーション力**や**リーダーシップ力**や**チーム結束力**のアップが期待できます。

これらの力は**就職活動**や**部活動**、**友人関係の構築**、さらには**人生**において

**も大変重要な力**となりますから、自分に自信のないという人にもぜひ受講してほしい講座です。

友達と一緒に参加OK

## ■プログラム内容

◆学習スタイル／自分が何かを学ぶときのスタイルを探求する ◆ライフポジション／自分の対人間観を探究◆コンセンサス／全員の合意で意思決定するプロセスを体験する ◆価値観／自他の価値観について探究する◆コミュニケーション／コミュニケーションについて体験的に学ぶ など

<詳細>「人と組織の活性化」をねらいとした教育プログラムデザイナー、北森義明教授が開発したプログラム。

<実績>ソニー、NTT 等の企業各社、福岡ダイエーホークス等のプロ・アマスポーツチーム ほか多数。

## ■受講者の声

「自分自身を知るきっかけになった」、「相手の目を見て、自分の言葉で、笑顔で話せる自信がついた」

「自分について主張するだけでなく、聴く力、理解する力もつきました。」

「自分にリーダーシップがある、と初めて言われた。」

「これから行う就職活動に少し自信が出てきた！」

「やる気スイッチが入った！」

など

■対象 全学科1回生を対象 先着30名募集

■受講料 無料（ただし、2日間のお弁当代として1,000円必要）

■日時 令和4年12月3日（土）・4日（日）

9時00分～17時00分

（両日とも休憩・昼食時間含む、1日のみ参加は不可）

■場所 本学121教室

■講師 ㈱ラーニングバリュー（本社 東京都）

■申込 別紙申込書にて、キャリア支援課カウンターの申し込み

BOXに投函、もしくは、E-Mail：[tsyusyoku@sumire.ac.jp](mailto:tsyusyoku@sumire.ac.jp)まで

■申込締切 11月25日（金）16時（定員になり次第、募集終了します）

# 「自己の探求講座」 申込書(控)

開催日 令和4年12月3日(土)・4日(日)

9時00分～17時00分

キャリア 受付印

学籍番号 \_\_\_\_\_ 氏名 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ キ リ ト リ \_\_\_\_\_

## 「自己の探求講座」申込書

開催日 令和4年12月3日(土)・4日(日)

9時00分～17時00分

学籍番号 \_\_\_\_\_ 氏名 \_\_\_\_\_

連絡先(携帯電話番号) : \_\_\_\_\_

メールアドレス : \_\_\_\_\_

お弁当代2日間1,000円 \_\_\_\_\_ 申込日 \_\_\_\_\_