

# 令和4年度 出前講座

分 野 : 「教養」

テ ー マ : 日常会話に役立つカウンセリングの知識

職・氏名 : 総合教育センター・学生相談室 教授 茂木 七香

## ◆概要

日常会話をより快適なコミュニケーションにするために、カウンセリングの基礎的な知識を学びます。

## ◆内 容

私たちは毎日の暮らしの中で家族や友達、職場の同僚などとコミュニケーションする時、たくさんの「ことば」を使っています。心理的な問題を解決するための技法である『カウンセリング』も、やはり「ことば」を使って行われます。日常会話の中にカウンセリングの知識をちょっと取り入れてみると、あなたの使うことばや言い回しが変わります。そうすると、相手から返ってくることばも今までとは違ってくるでしょう。会話が変われば、相手との関係も変わり、今までよりもっと快適にコミュニケーションをとることができます。この講座では日常会話で使える簡単な技法を紹介します。明日からの会話に使ってみると、その効果を実感することができますよ。

## ◆出講可能な時間帯

4月～7月（前期）・・・月曜日 火曜日 水曜日

10月～1月（後期）・・・月曜日 金曜日 火曜日・木曜日（午後）

☆上記以外の期間・時間についても相談に応じますので、ご希望の日時をお問合せ下さい。

- (1) 専門分野 … 心理学
- (2) 主な担当科目 … 心理学 発達心理学 教育相談 女性学
- (3) 一言メッセージ … 年代を問わず多くの人に知りたい内容です。どなたでも受講していただけますので、少しでも興味を持たれたらぜひご連絡ください。