

# 2025年度 大垣女子短期大学 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

講 師 : 総合教育センター 教授 茂木 七香

## ◆概 要

日常会話で今より快適なコミュニケーションを行うために、日頃私たちが使っていることばを用いた技法である『カウンセリング』の基礎的な知識を身につけます。

## ◆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を取り、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」を使って行います。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。すると、相手から返ってくることばも変わります。会話が変われば相手との関係も変わり、今までよりも快適な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も使える簡単な技法をいくつか紹介します。明日からの会話に使ってみると、きっと効果を実感することができます。

## ◆出講可能な時間帯

- ・前期（4月～7月） : 水曜日（午前・午後）
- ・後期（10月～1月） : 火曜日（午前・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。

## ◆講師情報

(1) 専 門 分 野 : 心理学、カウンセリング

(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 : 年齢を問わず多くの人に知りたい内容です。どんな方に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。