

コミュニケーション講座

目標

コミュニケーションをうまくとるのに必要な「聴く」「伝える」「観る」の3つを学ぶ。人間は言語によってお互いの気持ちや考えを伝え合います。相手をよく知ること、そして自分の思いを伝えることはとても大切です。お互いに思いやりのあるコミュニケーションが取れることで、私たちは自分自身を肯定することができ安心して過ごすことができるのです。

対象

- 自分も他人も大切にしたいコミュニケーションを取りたい人
- ボランティアに関心がある人
- 自分を変えたい人

学び方

座学で理論を学ぶと共にいろいろな考え方に触れる。

グループワークを通して自分を見つめる、と同時に相手と自分の違いを理解する。

ストローク交換

言い換え