

- ◆企画名 KU サポーターズ講演会「ストレスのない人間関係づくりを考えよう」
日 程 平成23年10月18日（火）、10月20日（木）
場 所 総合学生会館凜風館4階 小ホール
参加者数 18日：14名 20日：15名
目 的

目的として、以下の2点が挙げられた。

- 1 大学生活において、ストレスのない人間関係を作るために、自分自身の「人付き合いのクセ」を見直すきっかけを作り、見直し方をサポートすること。
- 2 KU サポーターズ及びほっこり相談室の存在を認知してもらうこと。

内 容

関西大学学生相談室相談員の鶴飼柔美先生に講師をお願いし、「ストレスのない人間関係づくりを考えよう」というテーマで講演と、ワークショップを行っていただいた。両日とも同じ内容であり、時間は18：00～19：30で行われた。会場入り口に受付を設置し、そこで参加者の確認を行い、講演会の資料・ほっこり相談室のビラ・本講演会についてのアンケート用紙を配布した。会場内にはアイランド形式（4人1組）で席を配置し、参加者をアイランドごとにグループ分けた。そして、まずはKU サポーターズについての説明と、ほっこり相談室・学生相談室の紹介を口頭で行い、その後、講師の方に講演をお願いした。講演の内容としては、参加者にありのままの自分を認め、自己肯定感を持っていただけのものを目指した。具体的には「ストレス」について、参加者に正しく理解してもらった後で、「今の自分の人付き合い上のクセ」を明らかにするために、交流分析に基づくエゴグラムを使用したワークショップを行った。ワークショップでは、「今の自分の人付き合いのクセ」について、参加者間で盛んに意見交換が行われた。そして各グループでの意見を全体でシェアし、講師の方からコメントを頂いた。最後に、本講演会についてのアンケート調査を行った。

感 想

講演会は、去年から引き続いて行う企画であったが、講演会のテーマを決めること、講師の方を探すことに苦労した。しかしその分企画を一つ作り上げたという達成感は、非常に大きかった。それと同時に改善点も多々あり、企画準備の段階で、自分たちがいま行っていることを、客観的に捉えることが必要であると感じた。また内容としては講師の鶴飼先生のご尽力によって、参加者の方々からはご好評をいただけ、うれしく思った。

改善点

今回は、企画の内容を詰めることに予想以上に時間をとられ、広報期間を十分に取ることができなかった。広報期間をどれだけ取るかを考えた上で、そこから逆算して準備期間を考える際に、予備日を設定し、予定にゆとりを持たせることが必要である。また、参加者へのアンケートに「参加者間の交流が、さらにあっても良かった」との記述が見られたことから、「参加者の意見の交流」に焦点を当てた企画を、考えてもよいと思われた。今回の講演会では、当初見込んでいたよりも参加者が少なかった。これには、広報不足という要因も考えられるが提供したテーマが、一般学生のニーズを捉えきれていなかったという可能性もある。KU サポーターズは「ほっこり相談室」という企画をメインに活動しているので、その相談内容を参考にしながら講演会のテーマ決定を行ってもいいのではないかと。次回は、参加者にニーズを捉えることに力を入れることが必要である。