

- ◆企画名 アサーショントレーニング
日 程 2021年7月1日(木) 18:00 ~19:30
場 所 Zoom上
参加者数 10名

目 的

大学の講義からは得られない学びを提供するという活動理念のもと、学生の将来に必要な不可欠である自己表現についてトレーニングを行うことが目的であった。

内 容

コミュニケーションの重要性を再認識してもらうためのワークを行った後、参加者自身の日常を振り返りながら自らのコミュニケーションのタイプ、自己表現の傾向について分析を行った。最後に、アサーティブな表現方法として DESC 法を紹介し、方法の伝授と実践トレーニングを行った。

効 果

参加者は普段意識することのない自分のコミュニケーションを見つめ直し、問題点を自覚することができた。また、DESC 法を使用したロールプレイを行ったことでアサーティブな表現の方法を一つ習得することができた。

改 善 点

ファシリテーションのリハーサルを入念に行う必要性があった。
参加者へのリマインドを行う必要があった(各団体の役割を照らし合わせ、誰がどのタスクを実行したのかを全員で共有することが重要であった。)

感 想

学生生活支援グループと学生相談室の先生との共同企画であった。実際に企画に関わる会議を職員の方と行うことが初めての経験であり、緊張感を持って企画の組み立てに取り組むことができた。
多方からのサポートもあり、KUSP のメンバーも積極的に企画に関わることができた。
うまくいった点と課題がはっきりした企画であり、振り返りを行うことで次の企画に大きな影響を与えることができると考えた。