



## 学生相談室より第1回集中講座（※）のお知らせ

※学生相談室では2014年度、「気持ちを伝える」をテーマに全2回の集中講座を実施します。



# その一歩、踏みだそう！

## 「周囲の人とのつきあい方」講座

日頃、周囲の人との付き合い方に悩むことはありませんか？



「あの人と仲良くなり  
たいけど、なかなか話  
しかけられない…」

「一緒にいても、  
つまらないと思わ  
れてるかも？」

こんな風に、だれでも、ついついマイナス方向に考えてしまうことがあります。この講座では、「今までより、ラクにステキに周りの人とつきあうには？」をテーマに、「自分自身と他者」、「相手への気持ちの伝え方」について、一緒に考えてみます。

講座の中で、簡単なグループワークを取り入れる予定です。

大学生活で、「友達」「仲間」の存在は欠かせません。それだけに、「周囲の人とどのように関わっていけばいいのか？」ということは、みなさんにとってとても重要なことですよね。今回の講師は、学生相談室の心理カウンセラーです。1人で悩まず、この機会にぜひ日々のコミュニケーションについて見つめ直してみませんか。

日時 2014年11月28日（金）11:00～12:30

場所 グループカウンセリング室

5号館地下 学生相談室の隣

講師 学生相談室嘱託心理カウンセラー 倉島 徹

定員 15名（先着順）

参加方法 学生相談室にて直接申し込み

