

(資料 1)

ヒューマンサービスコース初級コースの目的と内容

[演習クラス]

- 1 タイトル：開講式
リレーションづくり
目 的：①コース全体についての全体像をつかむ
②受講生同士が知り合い、初対面の緊張をやわらげ、関係作りのきっかけとする
③受講に対する動機づけを高める
内 容：①「フォースドチョイス」→提示される4つの単語の中から自分にあっていると思うものを選び、同じ単語を選んだ者同士で、選んだ理由等話し合う。
②「自己紹介・他己紹介」→2人組、4人組、8人組とグループのサイズを大きくしながら様々なかたちでお互いのことを知り合う。
- 2 タイトル：自分とつながる（1）
目 的：自分自身をどのように受け止め、どのような思いでいるのかという自分像を把握することを試みる。
内 容：①「自分の言葉で自分像を語る」→文章完成法的一种である「私についての20答法」を題材に、いくつかの角度から自己分析を試みる。
②「長くて楽しいこの人生」→人生線を題材にしたワークシートに記入することにより、生と死を含め自分の過去、現在、未来をふりかえる。
- 3 タイトル：自分とつながる（2）
目 的：2回目の内容が、主観的に自分を見つめるものであるのに対し、エゴグラム心理検査という客観的な尺度を用いて、自分自身の性格傾向をつかみ、自己理解を深める。
内 容：エゴグラム心理検査集団実施および、分析。
小 講 義：交流分析について
- 4 タイトル：自分とつながる（3）
目 的：「自分とつながる」の総まとめとして、ここまで行ってきた演習の結果を統合し、わかちあう。
内 容：これまでの演習や課題の自分史作成を通して得られた「自分とは何か」を、短い文章や単語などで表現したもの（PI=パーソナルアイデンティティ）と、その由来を各自が発表し、自己理解を深めると共に、仲間の発表に耳を傾ける。
小 講 義：自己概念とは何か
- 5 タイトル：他者とつながる（1）
目 的：他者との相互作用を通じての自己イメージと、それが作られるプロセスについて学ぶ。またフィードバックを受けたり与えたりすることを学ぶ。
内 容：「こう見る見られている」→まず2人組になって話し合いを行い、それを題材としてお互いに相手に対する印象を伝える。更に自己評価も重ねて、人に見せている自分、人から見られている自分、本当の自分という3つの視点からの自己イメージを知る。
小 講 義：社会的相互作用の循環過程について
- 6 タイトル：他者とつながる（2）
目 的：自分の他者とのかかわり方の特徴に気づくと共に自己開示の意義を