



学生相談室だより

良好なコミュニケーションのヒント

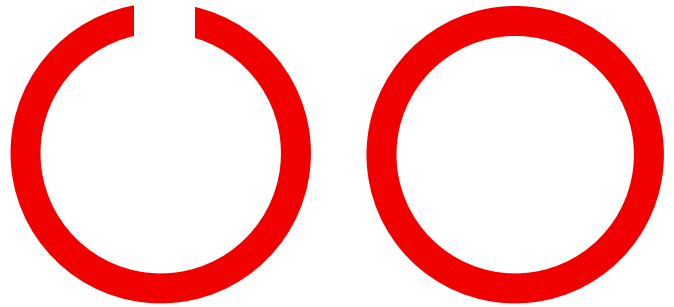
人と良好な人間関係を築いていくために必要なことはなんですか？
知らず知らずの内に、自分の癖や性分が出て、相手との溝ができてしまっていたということもあるのではないのでしょうか。
人間の悩みの9割は人間関係とも言われています。
そこで今回は、良好なコミュニケーションのヒントについて、紹介していきます。

人は欠点に目がいく

右の図形を見てどちらが気になる？

右の2つの円を見比べた時に左側の欠けている円の方が気になりませんか？

人の習性として欠けている所、足りない所、欠点や短所に目がいきやすいようです。それは自分についても他人についても同じだと思います。



ピアサポート 勉強会開催！

10月～12月にかけて全3回ピアサポート勉強会を開催します！

人生の中で切っても切れないのが人間関係。ピアサポート勉強会では、グループワークや心理学を学ぶことで、自分や他者についての理解を深め、日々の人間関係がより良いものになることを目指します。

様々なワークを通じて共に心について楽しみながら学んでいきましょう。

詳しくは下記のQRコードを読み込んでチェック！



ピアサポート勉強会

申し込みフォーム

10/16 11/20 12/18

良いところに目を向ける

小さな幸せや感謝の気持ちを大切に

人の良い所に目を向けると、心が軽くなり、日々の生活がより充実したものに感じられます。例えば、美しい花が咲き誇る庭を見つめると、自然の美しさに心が癒されます。また、友人や家族との楽しいひとときを思い出すことも、心に温かさをもたらします。小さな幸せや感謝の気持ちを大切にすることが、人生を豊かにする秘訣かもしれません。

学生相談室の利用のしかた

原則として予約制で無料。1回50分です。

大学HPから自分の都合に合わせて予約ができます。

予約の時間を守り、キャンセルの場合は事前にご連絡ください。

相談内容はしっかりと守られます

学生相談室で相談した内容について、相談者の許可がない限り、第三者に知らせることはありません。

ただし、問題解決のために必要と判断された場合には、相談者の許可を得た上で、必要な範囲内で情報共有を行うことがあります。

※自分や他者を傷つける恐れがあると判断された場合には、相談者を守るために、相談者の許可なく情報共有を行うことがあります。

所在地



5号館
健康管理センター隣

開室時間

曜日	担当名	開室時間
月	原田 悠紀	10:00~17:00
水 (第1・3・5)	原田 悠紀	10:00~18:00
火	平野 大心	10:00~17:00
金	平野 大心	10:00~17:00

開室時間は、変更になる場合があります。
予約フォームから確認してください。

ヒ°アサポ°ート勉強会

2024年度申し込み
詳しい情報はこちら



学生相談室HP

学生相談室についての
詳しい情報はこちら



平野カウンセラー

火曜日・金曜日担当

予約フォーム



原田カウンセラー

第1・第3・第5水曜日
月曜日担当

予約フォーム

