

TJUP主催「大学・短期大学教職員のFD・SD研修プログラム」
実施報告書

日 時	2025年9月11日(木) 15時00分～16時30分
担 当 校	武蔵丘短期大学
講 座 名	「学生対応に活かす傾聴とセルフケアの実践的な学び」
講 師	健康生活学科健康栄養専攻 専任講師 太田 千瑞
実施方法・場所	ハイブリット(武蔵丘短期大学1209教室・zoom)
参加人数	33名
概 要	本学の臨床心理士資格を持つ太田講師より、若い世代の特性や脳の構造について解説があった。アクティブリスニングのロールプレイングでは、参加者が話し手、聞き手、見守り役となり、傾聴を体験した。繰り返しの技法や感情語の反映など効果的な対応方法が紹介され、過度な反応や評価的な言動は避けることなど注意点についても講義があった。学生対応には支援者自身のセルフケアも大切な要素となっており、リラックス方法を参加者が実践した。
アンケート結果	参加者年代 20代 5人・30代 7人・40代 4人・50代 11人・60代 6人 合計33名 満足度 満足78.8% やや満足21.2% 今回の研修の感想 ・傾聴の難しさを感じた。 ・日頃思い至らない心の動きについて整理するよい機会になりました。 ・人の相談を聞くこと、客観的に観察すること、受け答えの手法など大変勉強になりました。 ・身近な話題が多く、とても聞きやすかったです。