

講座名：対人援助職のためのライフデザイン・ポートフォリオ

ライフデザイン・ポートフォリオ（LP）は自分の人生の核心を参加者相互の対話を通して探究するプロセスです。大学生に実施した場合、内発的動機が高まり自己肯定感が向上するという結果が出ているので、学生のキャリア教育として最適と思われます。本講座では、教員を中心とする対人援助職の方に実際に自分でLPを書く体験をしてもらい、興味があれば、学生など援助をする方に対してLPを実施していただくことを想定しています。

シリーズ： キャリア形成

企画教員： 山川 修／学術教養センター 教授

対象者： 専門分野関係者（教員、対人援助職の方）

講座形式： Zoom

定員： 32名

第1回	傾聴に挑戦してみよう 2回目以降で実施するピア・メンタリング（お互いに傾聴を行うこと）の練習をします。	日時： 11/10（水） 20:00～22:00
第2回	求めているものの探究 自分が普段行っている活動から、何のためにそれを行っているかをメンタリングにより探求し、自分が本当に求めているものを探求します。	日時： 11/17（水） 20:00～22:00
第3回	人生の核心をつかむ 前回行った求めているものの探究を続け、自分の人生の核心を発見するところまで進みます。	日時： 11/24（水） 20:00～22:00
第4回	核心に沿った目標設定 自分の人生の核心から見て、現在行っている活動を見直し、新たに取り組む活動を展望します。	日時： 12/1（水） 20:00～22:00
第5回	ライフデザイン・ポートフォリオのお披露目 出来上がったライフデザイン・ポートフォリオを他の参加者にお披露目します。	日時： 12/8（水） 20:00～22:00

備考： 5回全ての参加が必須です。Google系のアプリを使うので、Gmailアドレスの取得が必要です。講座の際には、安定したネットワーク環境とパソコンでのアクセスが望ましいです。