

(2013年4月29日発行)

## ..... ニュースレター★人間健康 Vol.7 No.3 .....

人間健康科学科では学科内の活動等を紹介するニュースレターを発行しています。

### 「自分発見のススメ」を実施(1回生)

...自分を知り、自分に自信を持って、自ら動ける学生に

4月27日・28日に1回生を対象として1回生を対象とした大学生活導入プログラム「自分発見のススメ」(株式会社ラーニングバリュー)を実施しました。

これは「自己理解を深める」  
「自己理解を深めようとしている人に協力する」  
「チームビルディングを体験する」  
この3つをねらいとしたものです。



まずは自己分析を行い、それに基づいて自らグループを作りました。



グループごと、2日間にわたるプログラムをこなした学生からは  
「すごく人の話を聞き、自分も話すことができて良かった」  
「話す・伝えることの難しさと重要性を実感した」  
「しんどかったけど楽しかった」

などの声がありました。

土日を利用してのプログラムで大変でしたが、確実に得たものがある2日間であったと思います。  
ここで得た自信をもとに、アクティブな大学生活を過ごしてください。



お疲れ様でした。

発行: 大阪国際大学 人間科学部 人間健康科学科

編集人: 伊藤 知子