

## 大学生のための「リスニングアワー in Sendai」(オンライン) ご案内

いよいよ新しい年が始まりました。皆さんにとって、この一年はどんな一年になるでしょうか。新しい年になっても、新型コロナの流行に収束が見えない中、日本では、孤立・孤独の問題がより深刻化し、それは、大学というもっとも自由度が高い教育機関にとっても例外ではありません。新しい人たちと直接会うことがなかなかできない、せっかく入った大学でも、サークル活動や授業で、思うように人とコミュニケーションできない、という方も少なくないと思います。そんな中でも、誰かとつながっていきける一つの試みとして、今回、大学生のための「リスニングアワー\*in Sendai」(Zoom)を企画しました。一人で初めての参加に不安があれば、ぜひ知り合いや他の大学の友人を誘って参加してみてください。参加費は無料で、何度でも参加可能です。

Q:「リスニングアワー」とはどんなものですか？

A:5-6人で構成される、オンラインによるグループセッションです。一時間弱のセッションの中で、それぞれの参加者の経験談を分かち合います。個人的なストーリーを、ガイドの案内にしたがって共有します。不思議なことですが、他の人のストーリーを聴いたり、ご自分のお話を思い出すだけで、元気になれたり、心が温かくなったりします。さらにはレジリエンス(心の弾力性、しなやかさ)を高めます。

Q:「リスニングアワー」はどうやって始まったのですか？

A: 個人のストーリーをもとにした演劇活動でコミュニティを醸成する活動を世界規模で展開している Jonathan Fox によって 2020 年に考案された新しい手法です。海外で活動は広がり、例えば NY 大学はいち早く大学として導入しました。ガイド役の亜紀さんは、日本でいち早くリスニングアワーのガイド指導の資格を得て、誰もが安心して参加できる場を作り、深い聴き取り、ポジティブな雰囲気作りのなかで、参加者に特別な時間を提供します。初めての方にもきっと安心して参加いただけます。

### ☆「リスニングアワー」開催日程

- ①2月5日(土) 20:00~21:00
- ②2月8日(火) 20:00~21:00
- ③2月19日(土) 20:00~21:00
- ④2月22日(火) 20:00~21:00
- ⑤3月5日(土) 20:00~21:00
- ⑥3月8日(火) 20:00~21:00

お申し込みはこちらから↓



各回6名までのセッションですから、ご希望の方はお早めにお申し込みください。

ガイド:小森亜紀さん

リスニングアワー認定ガイド・認定トレーナー、劇団プレイバックズ代表、スクール・オブ・プレイバックシアター日本校講師。東北大学の「演劇的手法によるコミュニケーションワークショップ」の集中授業に2016年から講師として関わっている。Jonathan Fox よりリスニング・アワーを直接学び、さらにはガイド養成のための e-Learning の日本語版を作成し、日本での活動を拡大している。

ご質問・問い合わせ先:

虫明 元 hmushiak@med.tohoku.ac.jp ◯を@に変えて送信してください

\*このプロジェクトは RISTEX による戦略的創造研究推進事業「SDGs の達成に向けた共創的研究開発プログラム(社会的孤立・孤独の予防と多様な社会的ネットワークの構築)」の助成を受けて実施しています。