

| | |
|------------------------------------|------------------------|
| 科目名/Subject | 多文化特定課題 |
| 曜日・講時・教室/Day/Period/Place | 後期 火曜日 2講時 川北キャンパスA403 |
| 科目群/Categories | 全学教育科目先進科目-国際教育 |
| 単位数/Credit(s) | 2 |
| 対象学部/Object | 全 |
| 担当教員(所属) /Instructor (Position) | 山本 喜久江 所属: |
| 開講期/Term | 2/4/6/8セメスター |
| 科目ナンバリング /Course Numbering | ZAC-GLB808J |
| 使用言語 /Language Used in Course | 日本語 |
| メディア授業科目 /Course of Media Class | |

| | |
|--|--|
| 授業題目 /Class Subject | 【国際共修】異文化コミュニケーション学応用 : パーソナルリーダーシップ(PL) (日本語) Personal Leadership (Japanese) |
| 授業の 目的と概要 /Object and Summary of Class | 誰と話していても、どこで仕事をしていても、私たちは自分から逃れることはできない。「自分のボスになる」ためにアクティブラーニングを通して実践的に自分に取り組む。 多文化環境や、異なった価値観の人たちを相手に、どうとるべきかを探る。まずは、リラックスする、深呼吸をする、頭でっかちな自分を横に置いて、自分のハートや体と対話する。異文化コミュニケーション学の基礎を基にしながら(秋学期の基礎コースの修得が義務ではない)、より自由に、頭だけではなく多くの感覚にアクセスしながら自分の持つ可能性を探る。アクティビティーは多岐にわたり、話合いや瞑想や散歩なども取り入れる。リラックスし、心がスッキリする瞬間に出会える。 We can NOT escape from ourselves, no matter with whom we are, or at where we might be working, so we want "to become our own boss." In order for us to become our own boss, this class adopts many practical exercises and lots of discussion, etc. This class provides a framework to help us stay connected to our inspiration and creativity in the face of the new and unfamiliar. It can provide you moments of relaxation and serenity. |
| 学修の 到達目標 /Goal of Study | 学んだ術やコツを日々のコミュニケーションに使える。 既存の問題解決に、新たな問題解決方法を学び使える。 マインドフルネスを知ることや瞑想を通して自分の視野を広げ、自分をより深く、広く、見つめることが可能になる。 To know that a different way to approach a problem, people and situations is available and to be able to apply in life. To learn what mindfulness is and how to practice. To get to know mindfulness and put into practice, students would learn to relax and have different perspectives. |
| 授業内容・ 方法と 進度予定 /Contents and Progress Schedule of the Class | 実践的で毎週、様々なアクティビティーや話し合いがある。実践的な授業である。毎回、瞑想で授業を始める。 1-2: 異文化コミュニケーション学とパーソナルリーダーシップ(PL) 「異文化交流はなぜ大切か、そしてなぜ難しいか」について考え、対策を考察する。 Why is socialization with people of different cultures important now and why challenging? 3-4: パーソナルリーダーシップ(PL)とは何か 歴史的背景、そしてリーダーシップ論の経緯、ビジネス、社会において位置 Historic background 5: PLの全体像の紹介: 2つの原則と6つの演習 (マインドフルネスと創造性)、Mindfulness and Creativity as two main principles for this PL. 判断を観る、 感情を観る、 身体感覚を観る、 内面的静けさとの対話、 曖昧性との共生、 ヴィジョンに沿う 2つの原則の実践練習 6-9: CMDツールの紹介と実践練習 ツールはシンプルだが、使いこなすには練習が必須の物である 10-11: ヴィジョン作成 人生について、学問について、将来の仕事について、一旦立ち止まり、思索する。 ある理論に則って、行う。 12-13: 6つの演習の実践: CMDツールを練習する 14-15: 振り返り、まとめ Why cross-cultural understanding is important Why difficult to attain a mutual cross-cultural understanding is Personal Leadership model as alternative method for cross-cultural issues What is PL? PL model: two principles and six practices. |

Two principles: mindfulness and creativity
 Six practices (CMD): 1. attending to judgment, 2. Attending to emotion, 3. Attending to physical sensation, 4. Cultivating stillness, 5. Engaging ambiguity, 6. Aligning with vision
 Making own vision
 Practice MD, using own vision
 Reflection

This is very practical and interactive.
 Through various activities and much discussion, you would come to see yourself more clearly and also about others, hence, you'd have a better self-reliance, and leadership in life.

成績評価方法 / Evaluation Method
 総合評価(授業への参加度)など(50%)、宿題/レポート(50%)
 Comprehensive evaluation such as participation in class (50%), HW assignments/reports (50%),

| No | 書名 | 著者名 | 出版社 | 出版年 | ISBN/ISSN | 資料種別 |
|----|----------------------------------|------|------|------|---|------|
| 1. | 『心がスッキリ片づく習慣』 | 吉田昌生 | WAVE | 2016 | 978-4-86621-006-3 | 教科書 |
| 2. | 『自分を休ませる練習——しなやかに生きるためのマインドフルネス』 | 矢作直樹 | 文響社 | 2017 | | 参考書 |

関連URL / URL
 www.PLseminars.com (英語のみです、今のところ。)

授業時間外学修 / Preparation and Review
 週に約1時間。
 事前に予習として読んでくこと、CDのガイドと共に、深呼吸の実践をすることなど。
 One hour or so weekly outside of class.
 Basically, you're required to read the textbook or the reference book to prepare for discussion in class, and/or you will be asked to do breathing practices along with the CD.

実務・実践的授業 / Practical business
 ※〇は、実務・実践的授業であることを示す。
 /Note: "〇" Indicates the practical business

○

授業へのパソコン持ち込み【必要/不要】 / Students must bring their own computers to class [Yes / No]
 要 required.

連絡先(メールアドレス等) ※Emailは@の置き換えに注意 / Contact (Email, etc.)

その他 / In Addition
 リモートで実施するが状況によっては対面を実施する。
 PLのテキスト資料は、授業の中で配布する。
 留学生は、N1のレベルで日本語が読み、話せるのが条件となる。
 Basically using zoom, however we might meet in-person, depending on the situation.
 Materials as a main textbook will be handed out later.
 Anyone who can speak, read and write Japanese are welcome.
 This is very practical in approach and can be a rare opportunity for you to reflect yourself and your life.

更新日付 / Last Update
 2023/03/01 15:42

1単位の授業科目は、45時間の学修を必要とする内容をもって構成することを標準としています。1単位の修得に必要な学修時間の目安は、「講義・演習」については15～30時間に授業および授業時間外学修(予習・復習など)30～15時間、「実験、実習及び実技」については30～45時間の授業および授業時間外学修(予習・復習など)15～0時間です。
 One-credit courses require 45 hours of study. In lecture and exercise-based classes, one credit consists of 15-30 hours of class time and 30-15 hours of preparation and review outside of class. In laboratory, practical skill classes, one credit consists of 30-45 hours of class time and 15-0 hours of preparation and review outside of class.

