

SIIEJ2023 Workshop B

「身体的アプローチから学ぶ異文化受容とストレス・マネジメント」 報告

日時

2024年8月7日（水） 9:00-12:00

発表者

荻野 NAO之（スタンフォード大学オーバーシーズスタディーズ京都・立命館大学）

秋庭 裕子（東京学芸大学 国際交流/留学生センター）

参加人数

6名（対面）

報告者

東 侑希（立命館大学国際関係学研究科）

本文

セッションは互いの自己紹介から始まり、大きく三つに分けられた構成であった。

第一に「体のパート」として講師から身体の緊張と緩和についての接触体験、そして説明の後、参加者がペアを組み替えながら実際に身体を動かした。加えてペアを変えるごとに自分と相手の身体の変化として感じたことを書き出すワークを行った。

第二に「心のパート」として前のパートで行った体験をもとに参加者と講師全体でディスカッションを行った。どのような緊張が感じられるのか、そして内省する身体の変化のみならず、相手の身体の変化にも気づくような内容の共有が行われ、参加者間のみならず講師も参加しより活発なディスカッションが行われた。

第三に「頭のパート」としてミルトン・ベネットによる異文化感受性発達モデル(DMIS)についてのレクチャーが行われ、参加者がペアになりこのモデルを身体的表現し全体へ共有が行われた。また共有とともにワークショップ全体の振り返りも行われた。

The session began with mutual self-introductions and was divided into three main parts.

The first part, called the 'Body Part,' involved the instructor explaining the concepts of tension and relaxation in the body. This was followed by an exercise where participants touched each other to observe physical sensations, then moved their bodies while changing partners. Each time they switched partners, they wrote down the physical changes they felt in both their own and their partner's bodies.

The second part, the 'Mental (Mind) Part,' involved a discussion between the participants and the instructor, reflecting on the experiences from the previous activity.

Participants actively shared the types of tension they felt and how they were able to notice not only changes in their own bodies but also those in their partners' bodies.

The third part, the 'Head Part,' was a lecture based on Milton Bennett's Developmental Model of Intercultural Sensitivity (DMIS). Participants physically expressed this model in pairs and shared their thoughts and concerns. The workshop concluded with a review of the activities.