

若者の広場・オープントークグループの紹介

◆ 何でもQ&A

「興味があるけれど、どんな所か分からないから行けない」
「気にはなっているけれど、どうしても一歩踏み出せない」

そんなあなたのために、よくある質問をまとめてみました♪

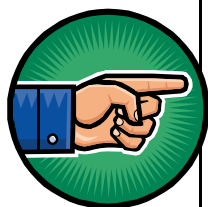


Q: オープントークグループって、何をするとところなの？

A: 対人関係に不安や苦手意識がある人たちが集まって、「話す」ことをメインに活動を行っています。グループの1日は、以下のように進みます。

【一日の流れ】

時間	内容	
18:00	グループ始まりのあいさつ	
18:30	リラクゼーションで緊張をほぐす 3分間心理学トピックス（スタッフ企画）の発表を聞く 1週間の様子を振り返って話す	
	<隔週>	<隔週>
19:30	「話すこと」をメインにした活動	「テーマトーク」
	・レクリエーション ・コミュニケーションゲーム など	テーマを1つ決めて、 自分の意見を言ったり、 他の人の意見を聞いたりする
	フリータイム・お茶・軽食 振り返り用紙記入 本日の感想（任意）	
20:00	グループ終わりのあいさつ	



Q: どのぐらいの人数でグループをやっているの？

A: 使用している部屋がそれほど広くないので、スタッフを合わせて10名に足りないぐらいの小規模でアットホームなグループになっています。

Q: どうして参加費が1000円なの？安すぎて怪しい気がするんですけど…

A: 1000円という値段は、メンタルヘルスビューローの総責任者である高塚先生からのご提案である、「グループは、メンタルヘルスビューローの広報的な役割もあるから、利益は度外視して良い」という、ありがたいお言葉に従った結果ですので、特に怪しことはありません(笑)

ただ、1000円にもし他の意味があるとすれば、それは、「参加者自身が負担なく払うことができる金額設定である」という意味です。

グループに参加される方の傾向として、自分で参加費を払っていかれる方が多いのですが、自分でお金を払うということを考えた時に、1回3000円もすれば10回で3万円！！となってしまう、支払いが困難＝グループに参加できないという状況になってしまいます。それは避けたいです。



Q: 楽しいの？

A: どう感じるかは、参加者の方次第だと思いますが、正直、1000円以上のことはやっているの、ぜひ楽しんでいって欲しいと思います。