

# 「トクわく」の流れとルール

基本的なプログラムの実施時間は、45分です。アイスブレイク\*で緊張をほぐし、エピソードでテーマを確認し、ペアやグループ等でお互いの思いや考えを交流します。

## はじめに (約2分)

今日のテーマを分かりやすく参加者に伝えます。

## アイスブレイク (約7分)

参加者の緊張をほぐし、和やかな雰囲気をつくります。

## ルールの確認 (約1分)

「トクわく」のルールを確認し、参加者が安心して話し合いができるようにします。

## 話し合い① (約14分)

エピソードをもとに、参加者の思いや考えを伝え合います。

## 話し合い② (約18分)

自分なりにできそうなことや今後の実践などについて考え、グループや全体で交流します。



## まとめ (約3分)

今日の時間を振り返って、新たな気づきやこれから実践してみようと思うことなどをワークシートにまとめます。

- ◆参加者の人数、場所、時間等によって形態（全体・グループ・個人）を変更したり、内容を加えたりして、よりよく学び、交流できるように工夫しましょう。

\*アイスブレイク…簡単なゲームなどで雰囲気を和らげ、初対面の参加者の緊張を解きほぐすことを「氷を砕く」という意味で「アイスブレイク」と呼んでいます。

## 3つのルールでよりよい話し合いと交流を

よりよい話し合いや交流を実現するためには、参加者の主体的な話し合いへの参加とともに、守ってもらいたいルールが3つあります。プログラムのはじめに、参加者全員で確認しましょう。



### 【ルール1】 尊重

お互いが発言の時間を守り、相手の発言は最後まで聞きましょう。

お互いを尊重して、みんなが気持ちよく

### 【ルール2】 共感

お互いの意見を批判せず、異なる感じ方や考え方を認め合いましょう。

自分とは違った感じ方や考え方が、新たな気づきに

### 【ルール3】 守秘

お互いに知り得た秘密や情報は、口外しないようにしましょう。

また参加したいな…安心して学び合えるように



## 無理なく楽しい会話でつながりづくりを

テーマから話がそれても問題ありません。また、無理に発言を求める必要もありません。参加者がリラックスし、ちょっとした会話を楽しめるような雰囲気参加者同士のつながりづくりを支えます。