

## Week 6 シナリオ

みなさんこんにちは。

さて第6週のワークショップを始めましょう。

みなさんマイクをオンにして、名前を呼ばれたら返事をしてください。

(名前をよぶ)

はい。それでは今日のワークショップを始めましょう。

今日のワークショップのテーマは「関係づくり」です。

さっそく一つ目のエクササイズを始めましょう。

みなさんは、新しく人間関係を始めるときは自分から声をかけるか、声をかけられるのを待つか、どちらですか？

自分から声をかけるという人？

(見回す)

では声をかけられるのを待つという人？

(見回す)

それでは、自分から声をかける人、なぜ自分から声をかけますか？待つ人、なぜ自分から待ちますか？自分で理由を考えてみましょう。

はい。それでは何人かに聞いてみましょう。どんな理由がありましたか？

(Listen)

自分から話しかけることができる人もいれば、苦手な人もいます。

ただ、人と関係を開始するときには、自分から話かけた方がスムーズに始まります。

今日は、自分から声をかけて関係を始める方法を学びます。苦手な人はその方法を

みにつけてください。

できている人も、もっと良い声掛けができるようになりましょう。

では今から、声をかける場面をやってみます。

はい。それでは〇〇さんに手伝っていただきましょう。〇〇さん、椅子から立ち上がってください。〇〇さんにはBの役をやっていただきます。私がAをやります。

他の人は、気がついたことを後で聞きますのでよく聞いていてください。

(スライド1)

(ロールプレイ)

はい。〇〇さんありがとうございました。椅子に座ってください。

さて、Aさんの声掛けで、気がついたことがある人はいますか？

(Listen はっきりいわない／下を向いている／など)

はい。そうですね。

ここで「声をかける時のポイント」があります。ポイントは「”はち”の”あき”」です。

(Slide 2: ポスター)

は：はっきりいう

ち：近づく

あ：相手を見る

き：(相手の)きもちに合わせる

「相手の気持ちに合わせる」とは、喜んでいる人にはうれしい気持ちで、悲しんでいる人には悲しんだり心配したりといった気持ちで声をかけることです。

では、ペアになって「声の掛け方」の練習をしましょう。

みなさん椅子から立ち上がってください。

先に声をかける人を決めてください。役割はあとで交代します。

ロールプレイの場面は、先ほどのモデリングのよいパターンです。

(Slide 3)

では役割に沿ってロールプレイを行いましょう。

「声をかける時のポイント」の「"ハチ"の"あき"」に気をつけましょう。

(ロールプレイ：ひととおり終わるのを待って)

では役割を交代して、もう一度行いましょう。

よい声の掛け方がわかりましたか？

それでは次はさまざまな場面でどのように声をかけたら良いか考えます。

(Slide 4)

ここに幾つかの場面を用意しました。

ペアでそれぞれ1つずつ選んで、ロールプレイを行います。

まず役割を決めてください。

それからシナリオを考えて、ロールプレイをしてみましょう。

シナリオは、場面に沿って初対面の人と2～3往復の会話をするという設定で考えると良いでしょう。

(ロールプレイ)

一通り終えたら、役割を交代して、違う場面でやってみましょう。

(ロールプレイ)

はい。みなさん席についてください。

まずみなさんそれぞれが声をかける役、声をかけられる役をやってみたと思いますが、やってみて、良かったことや気がついたことを発表して下さい。

(Listen)

新しい人間関係を作るためには、最初の声掛けが大切です。

うまく声掛けができないと、相手から誤解されたり、人間関係が築けずに孤立感を感じてしまったりすることがあるかもしれません。

社会人になって仕事を始めると、いろいろな人と新たに関係を結ばなくてはなりません。仕事を円滑に進めるためにも、良い人間関係をはじめめるために、ぜひ自分から声をかけてみましょう。

それでは、ここで10分間の休憩に入ります。

各自ホームに戻ってから、ゴーグルをとって少し目を休ませてください。

トイレなどにいきたい人はどうぞ。

今リアルでは〇〇時〇〇分なので、〇〇時〇〇分くらいから後半を再開しましょう。

〇〇時〇〇分に近くなった頃から、またミーティングスペースへの招待状を送りますので、またメニューの「メッセージ」から招待状を受け取って、〇〇時〇〇分にミーティングスペースに戻ってきてください。

それでは休憩に入ります。

(5分)

(後半のミーティングスペースへの招待状を送る)

はい。みなさん戻ってきてくれましたね。

それでは、今日の後半のエクササイズを始めたいと思います。

後半のテーマは「要領よく人に伝えよう」です。

自分が話したことが相手にきちんと伝わっていなかった経験がある人はいますか？  
(Listen; いる場合は詳しく聞く)

自分の伝えたいことを相手にきちんと伝えるのは、なかなか難しいものです。  
きょうはわかりやすい伝え方を学びます。

これからあるものの説明をします。何の説明をしているか当てて下さい。

「色は赤と白と青です」

「形は四角です」

「縞々になっています」

さあ何の説明だかわかりますか？

(Listen; わからない。何かの模様)

この説明には続きがあります。

「これはある国の国旗です。」

(Listen: フランスの国旗 オランダやロシアも正解)

そうですね。

最初にある国の国旗だということがわかっていると、何を説明されていえるのか簡単に想像できます。

今のように、大事な点がわかっていないと、何の説明をされてもよくわからないことがあります。

わかりやすく伝えるためには「コツ」がいるようですね。

では次にある情報を皆さんに伝えます。

状況は、AさんとBさんの会話です。2人は同じサークルの委員でしたが、Aさんはアルバイトがあり、委員ミーティングに出席できませんでした。そこで、次の日にミーティングの内容をBさんに聞きました。するとBさんが内容を教えてくれました。

さあ、伝え方1はこれです。

(Slide 4; 朗読する)

伝え方2はこれです。

(Slide 5; 朗読する)

さあ、どちらの伝えの方が良いと思いましたか？

(Listen; B:大事な子ことを先に言っていたから／詳しい説明があったから／明日集まる理由がわかったから)

そうですね。以上のことから、相手に情報を伝える際のポイントをまとめます。

(Slide 6)

伝え方のポイントは

まず ①最も伝えたい内容（結論・主張）

そして ②理由（結論・主張にいたった理由）

さらに ③具体例（理由・主張を裏付ける例）

それではポイントを使って伝え方の練習をしてみましょう。

全員椅子から立ち上がってください。ペアで練習してみます。

まずどちらが先に伝える役をやるか決めてください。

きまりましたか？

(Slide 7)

まず最初の場面がこれです。

最初に伝える人、「伝え方のポイント」をつかってどのように伝えたら良いか考えて、相手に伝えてみましょう。

(解答例1)

①(最も伝えたい内容) 先生、就職試験はB社を受験します。

②(理由) 理由は、B社が自分の条件に合っていたからです。

③(具体例) 休みや給料は希望通りで、資格を取るためのサポートも充実していました。従業員の方も優しかったし、食堂やジムといった施設もありました。

最初の人おわりましたか？

それでは交代しましょう。

(Slide 8)

次の場面がこれです。

今回の伝える役割の人も、「伝え方のポイント」をつかってどのように伝えたら良いか考えて、相手に伝えてみましょう。

(Slide 9)

(解答例2)

①(最も伝えたい内容) みなさん、明日の練習時間は、練習を中止してミーティングをしますので出席してください。

②(理由) 理由は、1年生と2年生で話し合いをしたいからです。

③(具体例) 先日2年生が1年生の練習を注意して以来、1年生が練習を休みがちになりました。ミーティングでお互いに思っていることを話すことで、新人戦に向けて、新人戦に向けて練習を再び頑張れるようにしたいと思っています。

はい。皆さん終わったら着席してください。

全員が伝える役と、それを聞く役をやってくれました。

聞いていたときに、相手の伝え方のどこがよかったですか？気がついたことがある

人は教えてください。

(Listen; 最初に伝えたい内容を言っていた／細かな説明があってわかりやすかった)

そうですね。まず最も伝えたい内容を説明してから、細かな説明が出てきて、わかりやすく伝えることができましたね。

社会に出たら仕事を進める上では、指示や報告、連絡、相談などの時に説明が重要です。

しかしこの説明が足りない、あるいはわかりづらい場合、相手と意思疎通がはかれず、仕事がうまく進まない可能性もあります。

これから自分の意思や情報を伝えたりする時には、「伝え方のポイント」を意識してやってみましょう。

(Slide 9)

今日は人に情報や意思をわかりやすく伝える方法を学びました。「相手が理解しやすいように話す」ことを意識して、伝え方を工夫してください。

今日のエクササイズはこれで終わりです。

(スライド)

次回は、ストレスマネジメントをテーマに ワークショップを行います。

何か質問や意見はありますか？

それではみなさん、メニューの右端からホームを選んで、ホームに戻って、Quest 2 を脱いでください。そして機材はそのまま机の上に置いて、本日は解散してください。結構です。

気分の悪くなった人や、ドライアイ気味になった人は、机の上にある薬などを自由に使ってください。

それでは終了です。お疲れ様でした。