

グループ内で行う

学び  
6

# 幸せまわし

自己紹介をしながら自尊感情を高めよう

グループ活動 10分

## 【学習のねらい】

自分の幸せを語ると同時に相手の幸せもきちんと聞くという自己紹介を通し、コミュニケーションのとり方に気づきあう。

## 【進め方】

- (1) 自己紹介をする順番を決めながら、最近幸せに感じたことを思い出す。
- (2) 最近幸せに感じたことを、簡潔に紹介しながら名前を言う。例えば、「二日前に財布を落とし、もう戻ってこないだろうなあと思っていたら、中に入っていた名刺を見て拾い主から電話がかかってきました。世の中捨てたものではないなあとちょっと幸せを感じた〇〇です。」
- (3) 2番目の人は、「二日前に財布を拾ってもらって幸せを感じた〇〇さんのとなりの、思いも寄らぬ職場の仲間からお土産をいただいてちょっと幸せを感じている□□です。」と自己紹介をする。  
3番目の人は、「二日前に財布を拾ってもらって幸せを感じた〇〇さんのとなりの、思いも寄らぬ職場の仲間からお土産をいただいた□□さんのとなりの、重い荷物を持って階段を上るのに苦勞していたら、茶髪の高校生が『お持ちしましょうか?』と荷物を持ってくれ、幸せを感じた△△です。」と自己紹介をする。このように最後の人まで繰り返す。
- (4) なぜ、みんなが明るくなり、ちょっと親しみを感じ合い、名前を覚えられたのか振り返る。

## 【留意点】

- (1) 周りの人は、自己紹介をしている人が困ったら、適宜助ける。
- (2) メモはせず、およその内容を伝えることを大切にする。

