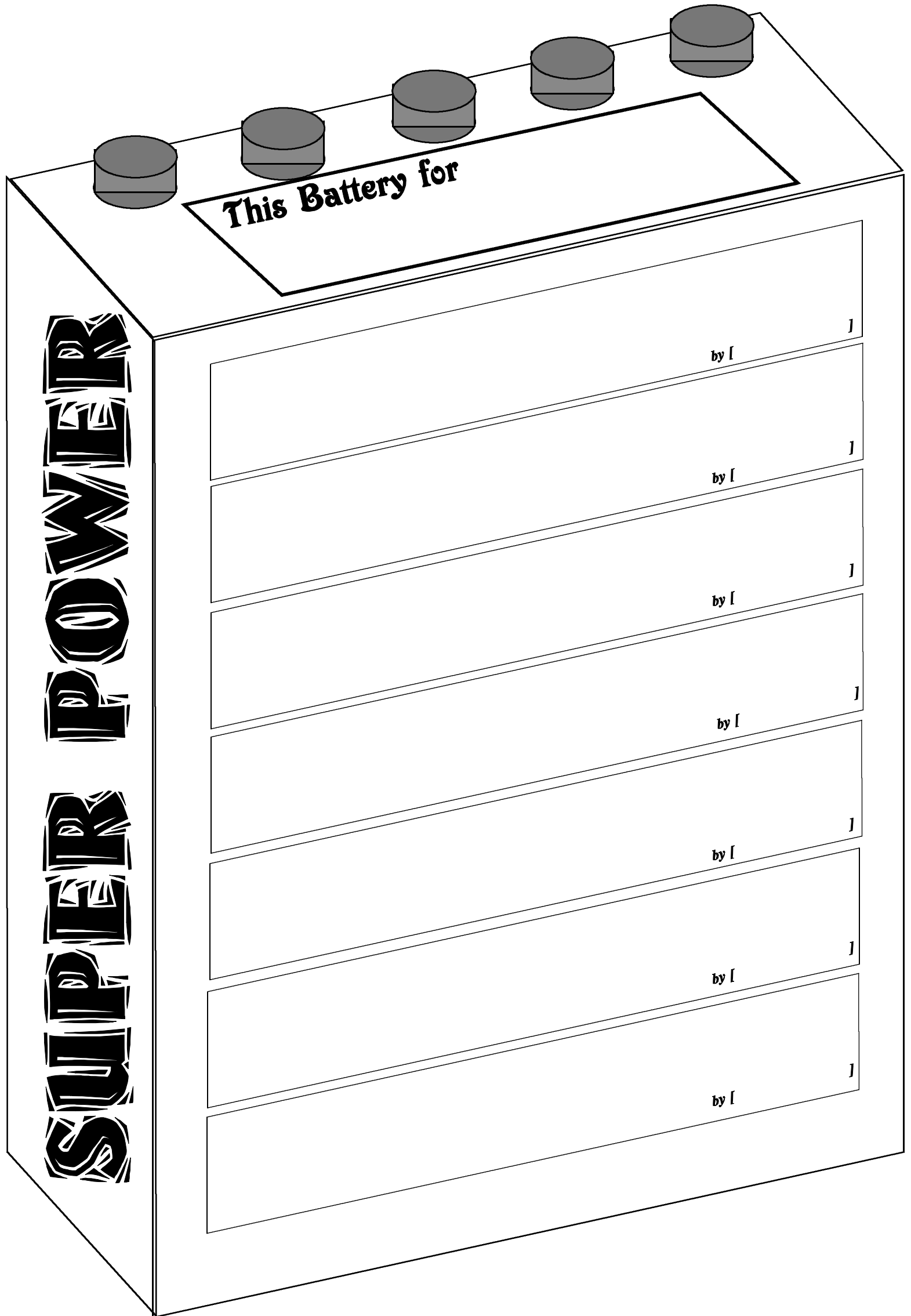


# FULL CHARGED BATTERY



# FULL CHARGED BATTERY

Self Esteem (自尊心) を高めるためのアクティビティ

## このアクティビティの目的

これまで、日本の教育では、こどもを褒める場面より、しかる場面の方が多いのではないのでしょうか？  
しかられることに、こどもたちは慣れてはいても、ほめられた経験はあまりないのではないかと？  
ほめられて育ったこどもは、自分に自信を持ち、自分を信頼し、それ故に他人を信頼して、よき人間関係や社会生活をはぐくむことが出来るはずでず。  
そんな背景から、このアクティビティは考案されました。  
普段、友達同士、批判することはあっても、面と向かってほめることは照れくさくて出来ない、そんなことはないのでしょうか。ほめられて悪い気持ちをするのは、あまりないはずでず。  
このアクティビティでは、そんな友達同士で、堂々と相手をほめあうことを目的とします。  
みんなが一緒にやれば、照れることなく、ほめあうことが出来るのではないのでしょうか。  
また、ほめる側にとっても、相手の欠点を批判するのではなく、いいところを見つけてそれを相手に伝えるという経験は、よき人間関係を築くために役立つはずでず。  
指導者は、お互いのほめ言葉を引き出すように雰囲気盛り上げ、誘導します。

## 進め方

このアクティビティは、ある程度お互いにお互いのことを知り合っているグループを対象にします。  
まるきりの初対面のメンバーでは、ちょっと難しいかもしれません。

### 用意するもの

Full Charged Battery の用紙を全員分に印刷しておく  
ふりかえり・感想 を書くための提出用紙を別につくっておく  
メンバーは筆記用具を持ってくる。

### 手順

- : メンバーを8人程度のグループに分けます。机などを移動して、輪になるなど、お互いに顔が見える形に並ぶといいです。  
この用紙は、8人を想定してつくってあります。それより少なくても出来ますが、あまりグループのメンバーが少ないと、ほめられた効果が無いかもしれません。
- : メンバー全員に、Full Charged Battery の用紙を配ります。
- : 用紙の一番上の This Battery for のところに、自分の名前を書かせます。
- : 自分の名前の書いた用紙を、全員が隣の人に渡します。
- : メンバーは、用紙がまわってきたら、一番上に名前の書いてある人について、用紙中の下の欄： から順に、上の方に向かって、ほめ言葉を書いていきます。エネルギーが、だんだん下から貯まっていくようなイメージです。  
一人ひとつの欄にいっぱいほめ言葉を書きましょう。  
自分の欄の最後には、署名をしましょう。  
.....署名は省略してもかまいませんが、匿名のほめ言葉よりは、名乗った方がいいと思います。
- : 自分の欄を記入したら、用紙を隣の人に回します。
- : このようにして、メンバー全員がほめ言葉を書いたら、最後に用紙は自分のところに戻ってくるはずでず。  
自分が周りの人にどんな風に思われているか、最後にこのワークショップの感想を書かせておしまいです。