

鏡よ鏡、ぼく・わたしはどんな人(SGE「私の四面鏡」)

ねらい：自己理解（友達という鏡に写し出された自己像を見ることで、自分を肯定的に見られるようにする。）

【インストラクション】

みなさんは「自分のよさ」や「自分はどんな人なのか」を考えたことはありますか？自分で自分のことを知っている人もいるだろうし、「自分のよさは何だろう？」と考えてしまう人もいるかもしれません。

そこで今日は、グループの仲間が、その中のメンバー一人一人のよいところ、素敵なところ、魅力的なところを見つけ、それを伝え合う（鏡になる）ことを通して、自分のよさを見つめ直したり、今までとは違う自分のイメージ気づいたりできるようにしましょう！

【エクササイズ】

① ワークシート②の「私から見た私」の欄に○を3～5つけて下さい。照れくさいかもしれないけど、○をつけて下さい。時間は2分です。

★あまり考え込まずに直感的につけるように助言する。

★時間になったら○がつけられなくても次の活動に進んでよい。（友達から伝えてもらえばよい）

② 今度は、ワークシート①の「ぼく・私からみた○○さん」の欄に○を3～5つけて下さい。時間は5分です。

★理由は言わないので、普段関わって何となく感じたものやイメージで○をつけてよいと助言する。

③ ジャンケンをして一番の人に、右隣の人から順に、その人がつけたイメージの番号を伝えます。

理由は言いません。伝えてもらった人は、それを正確に聞き、ワークシート②に○をつけます。

班の人全員からイメージを聞いたら、次の人の番です。

時間は1人につき3分です（4人なら12分、5人なら15分）

「伝えている人」が一つ項目を言う度に、グループの他の人が「いいね～！」「なるほど！」「うんうん」「たしかに！」と、あいづちをうつことを促すと、グループの雰囲気は温かくなる♪

【シェアリング（ふり返り）】

① 「私から見た私」と「友達から見た私」を見比べて気付いたことや、今日の活動をやって感じたことなどをワークシートに書きましょう。

② グループでふり返りを伝え合いましょう。

③ みんなに気付いたことや感じたことを発表しましょう。

★自分への気付きを書いている子供や、自己肯定感の高まりを書いている子供を意図的に指名する。

【発展編】

★教師もそれぞれの子供について書いたワークシート（○を3から5こつけたもの）を渡す。

★家の人にもワークシートに○をつけてもらい、振り返りを書く。（宿題）