

## 「自分が大好きになっちゃう！」

### ～生きる力を育む「自分が源泉®」

道徳 総合（キャリア） 学級活動 国語（コミュニケーション）

- (1) ねらい
- ①ありのままの自分を認めて大好きになり、“自己肯定感”が高める。
  - ②自分の価値観、感じ方に気づき、他者の価値観、感じ方を需要することにより、自分と他者の“多様性”を受け入れ、共存体験ができるようにする。
  - ③“心理的安全性”が生まれた中で自己表現する体験をとおして“対話力”を高める。
  - ④“「自分が源泉®」”というあり方を学ぶことにより“主体性”を育む。

- (2) 対象 小学4年生～中学生  
(親子、保護者、教職員、地域の方の参加も歓迎です。)

- (3) 講師 一般社団法人  
シナジー・ファシリテーション協会 講師

- (4) 形式 1～2 単位時間（土曜授業可）  
原則クラス単位で行います。  
複数クラス、学年合同の場合はご相談ください。  
1 単位時間でも可能ですが、2 単位時間ですと演習が多くなるため効果が高まります。



- (5) 内容 体験型演習やグループでの対話をとおして気づきや受容を深めていきます。  
※学年・クラスによって内容を変更する場合があります。
- ①心理的安全性を育める環境づくり（なんでも話していいと思える）。
  - ②今の自分をどれだけ好きかを表現する（今の自分を内観）。
  - ③今の自分の好き・良いと思えること嫌い・悪いと思えることをあげる。
  - ④嫌い・悪いと思えることをリフレーミングする。
  - ⑤「自分が源泉®」のあり方を学ぶ。
  - ⑥今の自分をどれだけ好きか、どう自分を捉えられるようになったか表現する。

- (6) 費用 交通費実費（要相談）  
事前にプリントのコピーを必要部数お願いします。（事前打ち合わせ）  
当日、授業内で写真撮影（数部）とワークシートの写真撮影、「アンケート・感想」のご記入にご協力をお願いします。

- (7) 申込み **外部人材派遣申込書** 実施日3ヶ月前まで ⇒ 学校支援ネットワーク本部へ送付  
講師の方には当本部から連絡を取らせていただきます。  
詳細の打ち合わせは、講師の方と学校担当者で行ってください。

一般社団法人 シナジー・ファシリテーション協会

[https://peraichi.com/landing\\_pages/view/synergy](https://peraichi.com/landing_pages/view/synergy)



書籍紹介

