

令和4年度ハートウォーミンググループワーク（1年次）

① 4/22 1回目 インプロゲーム

○二人一組になる。あらかじめ、3つのポーズを決めておき、1→2→3→1・・・と繰り返し、徐々に早くするゲームです。相手の目を見ないと、心が通じないことや、はっきりした動きをしないと相手に伝わらないなど、試行錯誤しながらも楽しんでいる生徒の様子が印象的でした。



② 4/30 2回目 指差しゲーム

○立ったまま円になった状態で相手の眼を見ながら隣を指差していきつつ、途中で方向転換も交えて行うゲームです。スピードが速くなるごとに難しさも増していく中で、相手の目を見るというコミュニケーションの大切さについても学んでいるようでした。



③ 7/8 秘密のバスケット

○条件付きフルーツバスケットゲームです。お題は必ず自分に関する「何か」にするというルールがあります。自分に関する事柄なので、意外なお題が飛び出て驚いたり笑ったりすることで、全員が盛り上がり活動できたようです。ゲームの後で、感想を述べあいました。



④ 9/9 講義「セルフイメージをプラスにする」

○セルフイメージについて講義を行っていただきました。過去の経験や記憶といった、自分の潜在意識に存在するイメージを前向きなものに変えることで行動や習慣を変えていこうというテーマは生徒の心に響き、生徒からは「良いことをイメージするように意識したい」という声もありました。

