

【プログラム12：未来予想トーク ～想像しよう自分の未来～】

《 形態：全 → 全体 個 → 個人 G → グループ 》

時間	形態	講座の流れ	
1分	全	1. ねらいを確認する。 [キーワード] ○将来のこと	【1分】
17分	全 全 G	2. すごろくを使って未来予想トークをする。 (1) 方法を知る。〈1分〉 ○サイコロの出た目の数だけコマを進め、とまった場所の話題を話す。 (2) 注意事項を確認する。〈1分〉 ○話せる範囲で話す。 ○1人の話が長すぎないようにする。(1回の発言は30秒程度で) ○他の人が話しているときは、しっかり聴く。 (相手を見る、うなずく、微笑む、否定しない、あいづちを打つなども含む) ○他の人が話し終わったら、拍手をする。 (3) グループごとに始める。〈12分〉 ○活動の時間を決め、その時間で進んだ所までとする。	【14分】
	全	3. 感想やグループで話題になったこと等を紹介する。	【3分】
2分	全	4. まとめ ・自分の将来をおぼろげながらも考えていくことは、自立に向けての一步でもある。 ・近い将来、自律・自立していくためには、少しずつ自分の未来予想(将来設計)をもつことが必要だ。 ・同世代の仲間に、将来のこと等、いろいろなことを紹介し合うことで、お互いが身近に感じられるようになったのではないか。 ・これまでより社会が広がる学生時代なので、友達関係を広げ、お互いのつながりを深めてほしいし、その気持ちをもってほしい。	【2分】

【親になったときに考えてもらいたいこと】

- ・自分の今後や子どもの将来を考え描くことは、日々の生活の中で見通しを立てる意味でも大事なことである。自分が考えたとおりにならなくても修正はどれだけでもできることを感じておくと、メンタルケアに役立つだろう。また、身近に自分のことや子どものことを話せる間柄の友人や知人がいることは、自分にとってとても心強いことなので、そういう友人や知人を作ってほしい。