

■ 実習

実習「NGワード × おしゃべり大会」

中 尾 陽 子
新 野 春 日
玉 越 田 響
富 田 真 鈴
横 田 翔
(南山大学経営学部)

ねらいの例

- ・ お互いに知り合う。
- ・ 自己開示と他者理解を通して、お互いが自然体で関われるような関係づくりを目指す。

(上記のねらいは、参加者の状況やその他の実習とのつながりに合わせて、表現を変えていくとよい。)

グループサイズ

10名以上で実施できるとよい。また、偶数の参加者数であることが望ましいため、奇数の場合はファシリテーターなどが参加し、人数調整できるとよい。

所要時間

30～40分（何ラウンド実施するかによって、所用時間を調整できる）

準備物

A5サイズ程度の白紙（参加者数×ラウンド数）、マジックペン

会場の設定

- ・椅子使用、立った状態、床に座った状態のどれでも実施できるので、参加者の状況や、場の雰囲気を選ぶとよい。
- ・かなり賑やかになる可能性があるので、隣のペアの声が気にならない程度の広さであることが望ましい。

手順

1. 導入：実習タイトルとねらいを伝える。
2. 場所づくり：何らかの方法でグループを2つに分け、2列に並んでもらう。その列をそれぞれ円形にして、二重円を作る(図1参照)。実習の際は、内側と外側の参加者がペアとなり、お互いが向かい合って実施する。
3. 課題の導入：課題の説明をする。その際、以下の点について伝える。
 - ・円の内側と外側の人ペアになって実施する。
 - ・実習では、ファシリテーターが示すお題に沿って、ペアで3分間おしゃべりをする。
 - ・ペアの相手とお題を確認したら、おしゃべりを始める前に、相手が言いそうなことを考え、NGワード（これを言ったらその人が負けとなるワード）を1つ決める。そのNGワードを配布された紙に書き、見えないようにして相手に渡す。
 - ・NGワードを言ったら負けとなるので、相手にそれを言わせるようにしながら、また自分自身はNGワードを言わないようにしながら、おしゃべりを楽しむ。
 - ・1ラウンド（3分間）が終わったら、内側円の人が時計回りに一人分動き、新しいペアを作る。
 - ・新しいペアで、2ラウンド目のおしゃべりをする。

＜手順1～3までで10分弱＞

 - ・全ラウンドが終わった後で、実習を通して気づいたことや感じたことを数名にインタビューし、全体シェアすることも、予め伝えておくとよい。
4. 全員手順を理解したことが確認できたら、NGワード記入用の紙とペンを配布する。その後、1ラウンド目のお題を示し、各自NGワードを記入してもらう。
5. 課題の実施3分間のおしゃべりタイムをスタートする。それぞれのペアは、NGワードを意識しながら3分間のおしゃべりを楽しむ。先にNGワードを言ってしまった方が負けとなるが、言ってしまった後も、時間内は続けておしゃべりを楽しむ。　＜15分～20分＞
6. 全体シェア　＜5分＞

ファシリテーションのポイント

- ・あまり知り合っていない人同士で話ができるよう、円の内側と外側のメンバーを予め工夫できるとよい（例えば、異学年のメンバーが合同で活動するような場合、内側がX年生、外側がY年生の円とすると、普段関わりの少ないメンバー同士で話ができる）。
- ・お題は、ねらいや参加者の年齢層などに合わせて工夫しておく。
- ・話が盛り上がり次に移れないペアも出てくるので、ベルやラッパなど楽しい音の出るものを使って交代の合図を出すと、楽しい雰囲気のままテンポよく進めることができる。
- ・全体シェアでは、数名にインタビューし、自分や他者について気づいたこと・感じたことを伝えてもらう。その際、他者について伝える場合は、相手のプライバシーに配慮して伝えてもらうように、予め注意喚起しておくといだろう。

お題の例

* 以下は大学生を対象にした際の例。参加者にあわせた内容を考えるとよいだろう。

- ・最近食べて美味しかったもの
- ・最近行った旅行
- ・今年の夏の予定
- ・今、買いたいもの
- ・今、欲しいもの
- ・今、やってみたいこと
- ・大学生のうちにやりたいこと
- ・高校時代の一番の思い出
- ・自分の自慢
- ・最近のちょっとした悩み
- ・人には言にくいささやかな秘密

備考

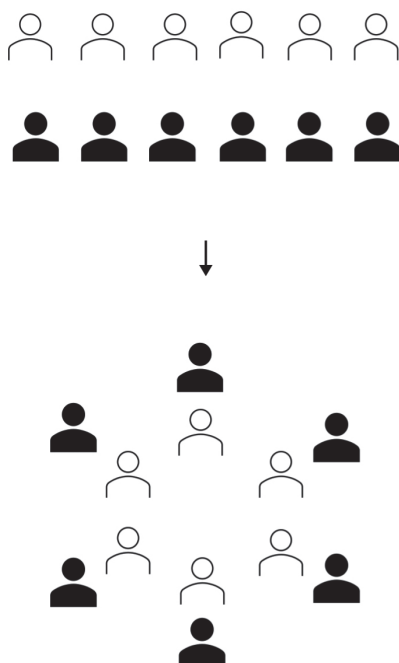
- ・まだ深く知り合っていない参加者同士のアイスブレイクとして適切な実習だと考えられる。初めて出会ったメンバー同士の緊張をほぐし、自然体で関わられるような場を創っていくためには、お互いが話しやすく、楽しいお題を準備することも大切になるだろう。

- ・私とあなた（総当たりインタビュー）（津村・星野，1996）に類似した、変形版の実習であるが、予め提示されたお題を様々に工夫することで、初めての人とでも話しやすくなるというよさがある。また、NGワードを設けることで、ゲーム性が高まり、場の雰囲気が温まりやすくなる。
- ・本実習は、筆者の新野春日・玉越 響・富田真鈴・横田 翔の4名により考案され、2025年度のゼミ活動において実施された内容に、中尾が微修正を加えまとめたものである。

参考文献

津村俊充・星野欣生（1996）． 16. 私とあなた（総当たりインタビュー）
Creative Human Relations vol Ⅷ， 197-209.

図1．



実習使用規定

ラボラトリー方式の体験学習に関するツールを公開することで、ラボラトリー方式の体験学習が広く普及することを願って、第7号(2008)より「実習」を掲載しております。ここに掲載されている実習は、当センター研究員とその仲間によって開発され、これまでの教育実践で用いられてきたものです。使用の際には以下の留意事項をお守りください。

なお、ラボラトリー方式の体験学習を実施する際には、まずはご自身がラボラトリー方式の体験学習を体験されることをお勧めします。当センターではラボラトリー方式の体験学習を用いた公開講座を開催しております（詳しくは当センターの Web ページ <http://www.nanzan-u.ac.jp/NINKAN/> をご参照ください）。体験学習のファシリテーションを学んだ上でご使用ください。

実習を使用する際の留意事項

1. 著作権は著者に属します。実習を販売することや、営利目的の発行物などに転載することは禁止します。なお、教育目的での無料の発行物などに転載を希望される場合は、当センター事務局にお問い合わせください。
2. ラボラトリー方式の体験学習として教育・研修などに使用される場合には、各実習の課題シート（実習の指示書）に出典を明記してください。使用の際に当センターや著者に許可を得る必要はありません。また、使用料も発生しません。

【出典の記入例】

出典：大塚弥生（2008）「グループ エントランス」

南山大学人間関係研究センター 人間関係研究, 第 7 号より

3. 課題シート（実習の指示書）をそのまま使用するのではなく、プログラムの実施状況に合わせて適宜修正・変更した上で使用する場合は、「参考」として出典を明記してください。
4. ラボラトリー方式の体験学習で大切にされている教育観（学習者中心の教育、非操作の教育、学習者が自らの人間的成長に取り組む教育）に反する使用は禁止します。たとえば、営利目的で学習者を操作する自己啓発セミナーなどでの使用は一切禁じます。