

「かるた」で見つけよう「無意識の思い込み」

私たちは誰にでも、日常の中で無意識に思い込んでいる事があります。例えば、交通事故を経験した人が近づく車を「怖い」と感じたとします。それは、経験によって得た思い込みであり、身を守ろうとする本能なのです。

一方で、事実ではない情報を事実と思い込み、誰かを見下げたり遠ざけたとします。その時の言葉や態度によって、不愉快になり希望を失った人がいたとすれば悲しく残念な事です。

この「かるた」は、市民のみなさんから聞いたそんな経験や感想を読み札にしました。「かるた」を通じて、自分にもある「無意識の思い込み」について考え合ひましょう。

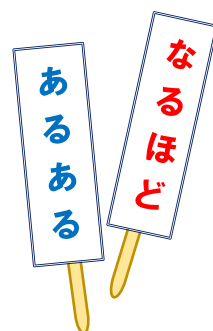


<基本的な進め方>

●物品 「無意識の思い込み発見かるた」

- ・読み札 全部で44枚あります。主に進行役が読みあげて進めます。
- ・絵 札 集まりのテーマや時間などに合わせて、適当な数や内容を選んでおくといいいでしょう。
- ・あるなるカード
参加者全員に配り、意思表示する時に使います。
「あるあるカード」：当事者目線や共感者目線の意見がある時などに使います。
「なるほどカード」：新たな気づきや理解を深めた意見がある時などに使います。
- ・解説書 ルールや、読み札の文に関する情報など、進行に役立つ内容が記されています。

- 役割
 - ・進行役 読み札を読み、ゲームを進行します。
 - ・説明役 学習のめあてやルールなどを説明します。
 ※同じ人が担当する場合もあります。



その① 『お楽しみ！かるた編』

- 【準備物】 ●かるた10枚～44枚
(テーマに合った札や時間によって枚数を決める)
●「あるなるカード」(1人1枚)
- 【役割】 ●全体司会(目的やルールを説明する)
●進行役(各班1人)
- 【参加人数】 ●各班、5～6人



【ルール】

- ①会場・参加者に合わせて使う絵札の枚数を決め、テーブルに広げる(例10枚～44枚)
- ②「あるなるカード」を参加者に配る
- ③全体司会が、今日の学習について説明する
 - ・テーマ『アンコンシャス・バイアス』やかるたを取り入れた目的
 - ・学習の流れ(「かるた」のルールの説明)
- ④全体司会が読み札を読み「かるた取り」をする
 - ※もしくは、班ごとになり、班の進行役が読み札を読む
- ⑤札を取った人は、改めて絵札の文を読む
- ⑥机上に広げたすべての絵札を取り終わったところで、各自で手持ちの札の枚数を確認する
 - ・枚数が多かったことを評価する。(集中して取り組んでくれたこと、次の絵札を選ぶときに選択肢が多いことなどを伝える)
- ⑦各自で手持ちのカードをよく見て、「自分の1枚」を選ぶ
(選ぶ理由)・自分にも同じ経験があるカード
 - ・共感できるカード
 - ・みんなで意見を交流したいカード など理由は何でもよい
 - ※1枚も取らなかった人は、隣の人にカードを見せてもらい1枚もらう
- ⑧順番を決めて、一人ずつ「自分の1枚」を発表する
同時に、絵札を選んだ理由や絵札のエピソードについて感想や意見を発表する
(意見を出すことが難しいときは、みんなにどう思うか呼び掛けるだけでもよい)
- ⑨意見を聞いた後、進行役の呼びかけで、「あるなるカード」を一斉に出す。
カードを示さない人がいてもOK！
 - ・「あるあるカード」・・・「例えば、同じような経験や同じような意見がある人」
 - ・「なるほどカード」・・・「例えば、意見を聞いて、改めて納得した人」
- ⑩ほかの人も意見を言う。(あるあると言った人を中心に意見を求める。自主的な発言を求める)
- ⑪この札についての意見が出つくしたところで、札の趣旨(大切にしたいこと)を説明して、次の人の「自分の1枚」についての発表に移る
- ⑫⑧～⑩を繰り返し、グループ全員が発表する
- ⑬全体司会が「今日の学習のまとめ」を行う
- ⑭全員で感謝の拍手。お互いの労をねぎらい終了する

その②『かるたを使った話し合い編』

【準備物】 ●かるた(テーマに合った札や時間によって枚数を決める)
●「あるなるカード」(1人1枚)

【役割】 ●進行役(各班1人)
(読み札を読み、ゲームを進行する)

【参加人数】 ●各班、5～6人

【ルール】

- ①会場・参加者に合わせて使う絵札の枚数を決め、テーブルに広げる
- ②「あるなるカード」を参加者に配る
- ③進行役が今日の学習について説明する
 - ・テーマ『アンコンシャス・バイアス』やかるたを取り入れた目的
 - ・学習の流れ(「かるた」のルールの説明)
- ④読み札を読み「かるた取り」をする
- ⑤絵札を取った人は、絵札のエピソードについて感想や意見を発表する
パスをすることもできる
- ⑥進行役は参加者に、絵札のエピソードや絵札を取った人の発表について「あるなるカード」を一斉に出すように呼びかける。カードを示さない人がいてもOK！
 - ・「あるあるカード」・・・「例えば、同じような経験や同じような意見がある人」
 - ・「なるほどカード」・・・「例えば、意見を聞いて、改めて納得した人」
- ⑦意見交換
他の人も意見を言う。(あるあると言った人を中心に意見を求める。自主的な発言を求める)
- ⑧この札についての意見が出つくしたところで、進行役は、この札の趣旨(大切にしたいこと)を説明し、再度「あるなるカード」を出すように呼びかける
- ⑨絵札を持っている人は、意見を聞かせてくれた中の1人に絵札をプレゼントする

【プレゼントの基準】

- ・新たに「なるほど」と気づかせてくれた人
 - ・全員が納得する意見を話してくれた人
 - ・勇気を出して話してくれた人 など
- ⑩全員で感謝の拍手を送る(よくぞ話してくれました)
 - ⑪④～⑩これを繰り返す
- ※時間がきたら、進行役が机に残っている札の内容を説明する。
- ⑫全体を通してどうだったか全員で一言ずつ感想を発表し、交流する
 - ⑬進行役が「今日の学習のまとめ」を行う
 - ⑭全員で感謝の拍手。お互いの労をねぎらい終了する



その③『カードゲーム編』

【準備物】 ●かるた(テーマに合った札や時間によって枚数を決める)
●「あるなるカード」(1人1枚)

【役割】 ●全体司会(目的やルールを説明する)
●進行役(各班1人)

【参加人数】 ●各班、10人～20人

【ルール】

- ①最初に、トランプのように参加者に絵札を配る
- ②全体司会が、今日の学習について説明する
 - ・テーマ『アンコンシャス・バイアス』やかるたを取り入れた目的
 - ・学習の流れ(「かるた」のルールの説明)
- ③進行役が読み札を読む
- ④持っている人は、全員に見せる
- ⑤進行役は参加者全員に「あるなる」カードの表示を求める
カードを示さない人がいても OK !
 - ・「あるあるカード」・・・「例えば、同じような経験や同じような意見がある人」
 - ・「なるほどカード」・・・「例えば、意見を聞いて、改めて納得した人」
- ⑥意見交換
「あるある」を示した人に、当事者目線または共感者目線の意見を聞く
「なるほど」を示した人に、気づきの意見や内容と向き合った意見を聞く
それぞれの意見に対して、他の人からも意見を出してもらう
- ⑦この札についての意見が出つくしたところで、進行役は、この札の趣旨(大切にしたいこと)を説明する
- ⑧進行役は再度「あるなる」カードの表示を求める
絵札を持っている人は、意見を聞かせてくれた中の一人に絵札をプレゼントする
【プレゼントの基準】
 - ・新たに「なるほど」と気づかせてくれた人
 - ・全員が納得する意見を話してくれた人
 - ・勇気を出して話してくれた人など※決定は、カードを持っている人または進行役。
参加者が納得できる理由があるといい
- ⑨全員で、拍手を送る(よくぞ話してくれました)
- ⑩進行役は次の読み札を読み、最後のカードまで繰り返す
- ⑪全体を通してどうだったか、全員で一言ずつ感想を発表し交流する
- ⑫全体司会が「今日の学習のまとめ」を行う
- ⑬全員で感謝の拍手。お互いの労をねぎらい終了する



その④『パネル編』

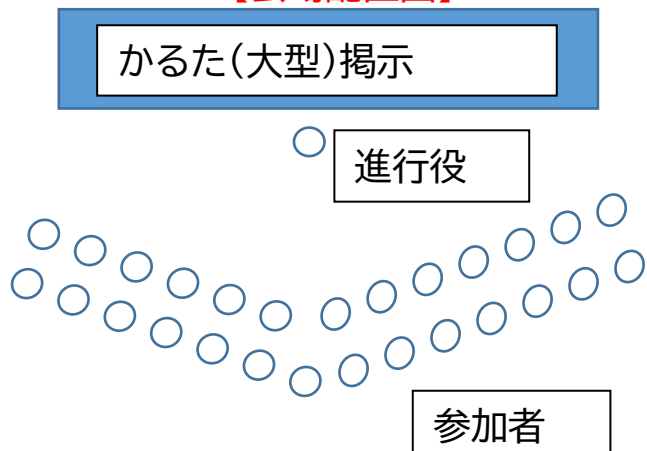
【準備物】 ●かるた(テーマに合った札を5枚～10枚選び、掲示用に拡大しておく)
●「あるなるカード」(1人1枚)

【役割】 ●進行役・全体司会(目的やルールを説明する)

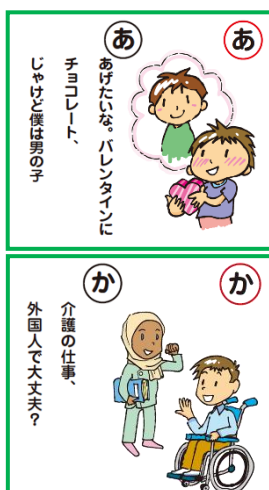
【参加人数】 ●20人以上(会場全体)



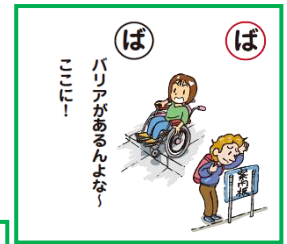
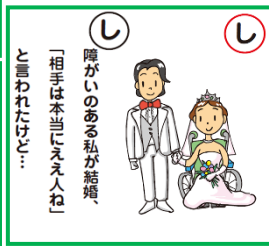
【会場配置図】



- ①席は、スクール形式に配置する
- ②拡大した「かるた」を前方に掲示する
- ③進行役が今日の学習について説明する
 - ・テーマ『アンコンシャス・バイアス』やかるたを取り入れた目的
 - ・学習の流れ(「かるた」のルールの説明)
- ④進行役が読み札を読み、掲示してある絵札のどれをさしているか考えてもらう
(わかった人がいたら、答えてもらう)
- ⑤進行役は、その絵札の趣旨と参加者に考えてもらいたいことを説明する
- ⑥ここで、進行役は参加者全員に「あるなる」カードの表示を求める
カードを示さない人がいても OK!
 - ・「あるあるカード」・・・「例えば、同じような経験や同じような意見がある人」
 - ・「なるほどカード」・・・「例えば、意見を聞いて、改めて納得した人」
- ⑦意見交換をする
 - 「あるある」を示した人に、当事者目線または共感者目線の意見を聞く
 - 「なるほど」を示した人に、気づきの意見や内容と向き合った意見を聞く
 - それぞれの意見に対して、他の人からも意見を出してもらう
 - ※答える人がいない場合もあるので無理にあてない。
- ⑧この札についての意見が出つくしたところで、進行役は、この札の趣旨(大切にしたいこと)を説明して、再度、「あるなるカード」の表示をもとめる
- ⑨次の読み札を読む
- ⑩これを時間の範囲内で、繰り返す
- ⑪進行役は「学習のふり返し」をして、「まとめ」を読む



【体験した後は、ふり返りをしましょう】



■「無意識の思い込み発見かるた」の体験はいかがでしたか？

- ・ひとつの絵札からいろいろな思いの交流があったと思います。それぞれが思ったことを出し合って交流してみると、「なるほど」と気づいたことや新しい発見もあったのではないのでしょうか。
- ・今までの学習と、かるた体験をしてみて改めて感じたことはありますか？

■次に、自分自身の日常をふり返ってみることが大切です。

- ・日々の暮らしの中で、「こんな無意識の思い込みある」と感じていることや、自分自身で「思い込んでいる」と思う事例はありましたか？ 絵札の内容から日常の暮らしにつなげて考えてもらいたいと思います。体験する中で、自分自身の「思い込み」に対する変化はありましたか？新たな気づきはありましたか？

【まとめ】

いかがでしたか？「無意識の思い込み(アンコンシャス・バイアス)」は、誰にでもあるものです。それぞれの経験や周囲の意見、出会った環境、メディアからの情報などによって意識が作られています。「無意識の思い込み」自体が悪いということではありません。

無意識の思い込みや偏見に気づかずにいると、自分自身の思い込みによって正しい判断ができなかったり、知らないうちに相手を傷つけたり、自身の可能性を狭めてしまうこともあります。無意識であるがゆえに完全になくすことは難しいものです。だからこそ、学習や体験を通じて学び合い、気づきへつなげていくことが大切です。

「気づき」は多様性を認め合う社会を実現するための第一歩です。自分自身が気づくこと、そして、周りの人の思い込みや決めつけに気づいたら、お互い声をかけ合うことも大切な行動です。