

切り替えの巻—LONG1 【切り替えのLONG版は1～3のセッションがセットになります。】

[CANVA LINK](#)

テーマ:

今やっていることをやめて、別のことを始める「切り替え」が難しい時ありますよね。
今回のおしゃべり会では、切り替えが難しい場合、何が起きているのかを分析してみましょう。

所要時間:

1時間半～2時間

必要なもの:

- ・スライド「切り替えの巻(LONG)1」
- ・ワークシート「切り替えの巻(LONG)1」
- ・アニメ視聴のためのデバイス
- ・お茶・スナックなど！
- ・子どもたちもいる場合は、お絵描きなどの遊び道具

流れ:

① ウォーミングアップ

- グループの目的やお約束などを確認・おさらい
- RJなどを活用して、参加者の自己紹介をしよう。呼ばれたい名前や好きなことなどのシェアもおすすめ。

② アニメ1の視聴(スライド p2)4分 <https://vimeo.com/1157970656/ff078e521d?fl=ml&fe=ec>

- 切り替えとは何かの説明

③ おしゃべりタイム1(スライド p3)

* ワークシート「切り替えの巻(LONG)1」を使ってね

- ワークシート(上) 切り替えの場面の例を考えてみよう
- 切り替えの場面のあるあるを話してみよう
- RJを取り入れてもOK

④ らぶはびステップの確認(スライド p4)

- ステップ1 なんぞなるの？
実際の切り替えの場面で何が起きているかよく見てみよう

- ステップ2 きっかけ作り
切り替えの時に次の行動に移りやすくするための工夫を考えよう
- ステップ3 いいね！の経験
少しでもいいじゃん！って思う行動があったら、伝えて、いいねの経験を増やそう
- 1・2・3を繰り返して、うまくいったときの行動を新しい習慣にする！

⑤ 止まって深呼吸(スライド p5～6)

- らぶはびステップを実行するためには、「止まる」ことが必要
- みんなで深呼吸しよう！

⑥ アニメ2の視聴(スライド p7)9分 <https://vimeo.com/1157970725/e7d5cffdd0?fl=ml&fe=ec>

- 「環境」「子どもの言動」「親の言動」をよ～くみて、切り替えが難しい場合、「な～んでこうなるの？」か考えてみよう

⑦ おしゃべりタイム2(スライド p8)

* ワークシート「切り替えの巻(LONG)1」を使ってね

- ワークシート(下) 切り替えの場面の分析をしてみよう
- 少数のグループでおしゃべりしながら考えて、最後に全体シェアがおすすめ

⑧ 振り返り

- 今回のおしゃべり会の振り返りをしよう
- 少数グループや全体で、RJなどを活用して、なるべく参加者全員が発言できて、お互いの感想が聞けるように工夫しよう

⑨ 同意いただける方には、スライドにあるQRコードから匿名のアンケートへご記入をお願いしてください！(スライド p9) <https://bit.ly/oshaberi>

おしゃべりリーダーの振り返り:

こちらリンク・QRコードから今回のファシリご感想をお願いします！今後のプログラムやガイドの改善・開発に活用させていただきます。



<https://bit.ly/oshaberileader>