

意味づけワーク

Step1. 「勉強」について思っていることをありのまま話そう！

流れ：ペアの人に紙を渡し①から順番に質問してもらおう。ペアの人は回答を紙にメモしよう

ルール：素直に頭に思い浮かんだことを答えよう（どんな答えであっても正解も間違いもない）。

ペアの人は相手の答えを否定せず、傾聴の姿勢（あいづちや表情を使って）で聴いていこう。
取り繕った回答よりも、本音を言葉に出してみよう。そこから本当の意味づけが始まる！

①勉強を頑張っている度合いを100点満点で評価

50点

②なぜ①の点数をつけましたか？

普通に学力が低い → 本人はやってない？ 親の言いなり ...

③あなたにとって勉強が100点満点頑張っている状態とはどんな状態ですか？

自主的に勉強ができる。

④あなたにとって勉強する意味・理由はなんですか？

自分将来自立できるための手段。親から自立する。

⑤とても頑張って100点満点の勉強の頑張りを続けた先に何が待っていますか？

第一志望校合格！ 資格をとる！

⑥⑤で考えたさらにその先には何が待っていますか？ どういう未来がある？ どんな自分になっている？

収入安定！
自分のために使う時間できる。 仕事にやりがい。

Step2. ④⑤⑥の回答を見つめて感じたことを振り返ろう！

振り返りポイント

④の回答を見返した時に、勉強へのやる気は上がるか？

「自分が」心から納得できる内容か、一般論や誰かにとっての答えになってはいないか
勉強を頑張った先にどんな結果が生まれる？ 自分がどうなる？ どうなっていたい？

モチベーションは上がる

、 看護師（将来の夢）は親の希望だから、メリットが大きい

、 本当は人に嫌われないだけ

メッセージ：自分を納得させられる意味づけにたどり着くのは大人でも簡単ではない。
でも前向きに葛藤しながら自分と向き合い続けることで、自分だけの意味づけを育ててほしい。

意味づけワーク

Step1. 「勉強」について思っていることをありのまま話そう！

流れ：ペアの人に紙を渡し①から順番に質問してもらおう。ペアの人は回答を紙にメモしよう

ルール：素直に頭に思い浮かんだことを答えよう（どんな答えであっても正解も間違いもない）。

ペアの人は相手の答えを否定せず、傾聴の姿勢（あいづちや表情を使って）で聴いていこう。
取り繕った回答よりも、本音を言葉に出してみよう。そこから本当の意味づけが始まる！

①勉強を頑張っている度合いを100点満点で評価

現在 80点

②なぜ①の点数をつけましたか？

がんばったので結果がでていいるから。

③あなたにとって勉強が100点満点頑張っている状態とはどんな状態ですか？

テストの前に不安のない状態

④あなたにとって勉強する意味・理由はなんですか？

快適に生きるため 知識がある方がいいいと思ってるから。

⑤とても頑張って100点満点の勉強の頑張りを続けた先に何が待っていますか？

選択の幅が広がる

⑥⑤で考えたさらにその先には何が待っていますか？どういう未来がある？どんな自分になっている？

やりたいことを見つける

Step2. ④⑤⑥の回答を見つめて感じたことを振り返ろう！

振り返りポイント

④の回答を見返した時に、勉強へのやる気は上がるか？

「自分が」心から納得できる内容か、一般論や誰かにとっての答えになってはいないか
勉強を頑張った先にどんな結果が生まれる？自分がどうなる？どうなっていたい？

今のまま僕には満足してるから頑張る必要はないけど、勉強を頑張ると今が苦しいけど、
強い意志をもてたわけでは無いけど、勉強を頑張ると今が苦しいけど、
学校に行きたくないけど、勉強を頑張ると、これって普通という人
もいるかもしれないけど、勉強を頑張ると、これって普通という人

メッセージ：自分を納得させられる意味づけにたどり着くのは大人でも簡単ではない。
でも前向きに葛藤しながら自分と向き合い続けることで、自分だけの意味づけを育ててほしい。