**共有ゲーム 仲間と親密になる実践**

**目安（20分）**

◇　「たった20分で**親密になる**」ことを体験する実践．

　　・恥ずかしいと思っても，実践ですので，思い切って，楽しく参加してください．

　　・親密になるには，相手と自分で，**何かを共有**することが大切です．

◇　2人または3人のチームを学生で作ってください．2人の方がよいです．

◇　共有ゲームを行ってもらいます．ゲームの進行は次の通りです．

　・下にある質問に目を通してください．

　・合図をしたら，***交互に，質問と答え***を行ってもらいます．最初に質問する人を決めてください．

　・「質問」は**上から順番**に行ってください．口に出して，相手に問いかけてください．

　・質問された相手は，何かを答えてください．

**正直**に，**自分の気持ちや経験**を答えてほしいです．

　　　答えにくいと思ったときは，ちょっと違ったことを答えても**よい**です．その場合

　　　でも，質問した人は真剣に聴いてください．

　・最後の質問まで繰り返してください．

　・そのあと，黙って，お互いに見つめ合う（最大4分間を目安に）

※ 付記

　自己開示と関係構築に関する実践です．

　記録はとりません．採点も行ないません．

　ここで行う共有ゲームは，次の参考文献によります．

参考文献

The Experimental Generation of Interpersonal Closeness: A Procedure and Some Preliminary FindingsPersonality and Social Psychology Bulletin - Arthur Aron, Edward Melinat, Elaine N. Aron, Robert Darrin Vallone, Renee J. Bator, 1997

http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0146167297234003

ーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーー

**個人的な経験や心の動き**についての質問　（世間話ではない）

１．世界中の誰でも選んでよいです．あなたのところに，遊びに来てくれます．誰が良いですか．

２．有名になりたいですか．あるいはそうではないですか．なぜですか？

３．誰かに電話をかけるときに，前もって「何を話すか」を練習することはありますか．どういうときでしょうか？

４．「今日は完ぺきな一日だ」と思うのは，どのような日ですか？

５．最近，鼻歌を歌ったことはありますか？　いつですか？

６．「自分は将来こうなっているだろうなあ」と勘や予感が働くことがありますか？　どんな予感でしたか？

６．あなたが，今の若さのままで，このまま１００年生きることができるとします．いまから１００年を使って何をしますか？

７．あした，地球が滅亡するとしたら，何をしたいですか？

８．自分のことを「〇〇マン」，「〇〇男」とキャッチフレーズをつけるとしたら，直観で何がよいですか？

９．いままで，一番感動したことは何でしょうか？

１０．ドラえもんがいて，「いまから，新しい人間に生まれ変わることができる．なんでもやり直すことができる」と言われたら，何をしたいですか？

１１．いままでの人生で，心に残っているエピソードを話してください．長くてもよいです．

１２．神様に「どんな能力でもあげます」と言われたら，何の能力が欲しいですか？

１３．必ず当たる占い師がいます．将来のことでも，人生のことでも，なんでも真実を教えてくれます．何を知りたいですか？

１４．あなたの夢はなんですか？

１５．今までで，「できた！」，「うれしい！」，「やりとげた！」と思ったことは何ですか？

１６．友情で，一番大切なものは何だと思いますか？

１７．あなたの，一番大切な思い出は何ですか？

１８．いままでで，一番恐怖に感じたことは何ですか？

１９．1年後に地球が滅びるとわかったとします．そこで，今までの生き方を変えて，本当に大切なことに集中したいと思いました．何をしますか？

２０．なぜ，友情が大切だと思いますか？　どういうとき，何のためでしょうか？

２１．愛情や，互いに共感しあうことは，あなたの人生で，どういうときに必要でしょうか？

２２．私のことをほめてください．

２３．家族や友達のことを楽しませたい，盛り上げたい，と思ったとき，あなたは何をしますか？

２４．家族のことをどう感じていますか？

２５．あなたと私では，何が似ていますか？　何が同じですか？

２６．「一緒に　〇〇できる人が欲しいなあ」の「〇〇」は，あなたの場合，何ですか？

２７．友達ともっと仲良くなりたいなあ，と思ったときに，何をしますか．たとえば，何かをプレゼントしますか？　他のことを考えますか？

２８．私に，「ふだんは思っていても口にはしないような本音」を思い切って言ってみてください．

２９．恥ずかしいなあ，と思うことって何ですか？

３０．最後に泣いたのって，いつごろですか？

３１．何でもいいんですが，「しゃれにならない，冗談では済まないような，真剣なこと」って何でしょうか？

３２．あなたが乗っている飛行機が事故になりました．もうすぐ墜落するかもしれません．せめて，誰かに伝えるために，手紙を書いておくことにしました．何と書きますか？

３３．帰ってみると，あなたの家が火事になっていました．家族やペットは全員無事です．火の中に飛び込んで，何かの品物を１つだけ持ってこれそうです．何を持ってきますか？

３４．あなたが，今までで一番悩んだ人生の選択は何ですか？