in partnership with unicef | WORLD CHILDREN'S DAY sixseconds THE EMOTIONAL INTELLIGENCE NETWORK

タイトル: 年輪

ゴール:
子どもたちはこのワークを終えると、自分が何者であるかをより寛大に受け入れられるようになるでしょう。出来事や逆境、チャンスがすべて自分たちの成長に繋がっていることがわかり、木そのものに対する理解や感謝の気持ちも育まれるでしょう。

sixseconds THE EMOTIONAL INTELLIGENCE NETWORK

用意するもの:

鉛筆またはペン
配布資料 1
配布資料 2
配布資料 3

前書き:
このワークでは、子どもたちは木の成長と、木の成長がどのように自分たち自身の成長の例え（メタファー）になり得るのか、ということを学びます。年輪は、人生というものは常に動いているものであり、どんな時も常に成長していることを思い出させてくれます。

ステップ:

「年輪のお話」というシートを読みます
自分自身の成長について考え、年輪のシートの中から、幼いころの自分に一番近い年輪を選びましょう。
自分の人生が年輪で表現できるとしたらどうなるか考えます。準備が出来たら、年輪を描き足していきます。1つ1つの年輪にラベルを付けるように、出来事を書いていきましょう。薄い年輪も厚い年輪も、心や体に負った傷も、忘れずに描きましょう。
パートナーと描いた年輪をシェアします。人生の中で最も大きな影響のあった出来事について忘れずに共有しましょう。

こんな投げかけをしてみましょう:

「年輪のお話」に戻ると、木は成長のためにはっきりと環境（雨、火、風など）からの影響を受けます。木が自然の中で繁栄するために健全な環境を維持するために、あなたには何ができますか？
自分の人生のために作成した年輪を見て、何かパターンは見つかりましたか？たとえば、あなたの人生の「薄い年輪」や「ストレスの多いとき」の後には、どんなことがありましたか？また、「厚い年輪」や「繁栄したとき」の前には、どんなことが見られますか？
あなたの人生が繁栄するために、自分自身にどんな環境を創ることができるでしょう？



6sec.org/popup

POP-UP FESTIVAL