他己紹介インタビュー

時間 15〜20分　**人数** ペア → グループ　**ねらい** 「聴く」体験の入り口

なまえ _____　日付 _____

すすめかた

1. ペアになり、聴き手と話し手を決めます。1人3分ずつインタビュー
2. 交代したら、グループ（または全体）で相手を1分で紹介します
3. 紹介するのは、相手が「紹介してOK」と言った内容だけにします

インタビューする相手 _____

1 呼ばれたい名前・ニックネーム

2 お仕事や役割（ざっくりでOK）

3 最近ちょっとうれしかったこと

4 休みの日の過ごし方

5 実は〇〇なんです（意外な一面）

聴き手のコツ

- ✓ **うなずく・あいづち**
  「うん」「へえ」で、聴いているよのサイン
- ✓ **くり返す**
  相手のことばを少しだけくり返す
- ✓ **ひろげる**
  「たとえば？」「それで？」と続きを聴く
- ✓ **評価しない**
  アドバイスや否定はいったん置いておく
- ✓ **沈黙もOK**
  考えている時間を待ってみる

紹介メモ（1分）

_____ さんは、_____

_____ な人です。

話したくないことは「パス」でOK。答えの正しさより、場があたたまることを大切に。

© わたまちスタジオ watamachi.net｜研修・社内での利用可