

私の思いゲーム ルール 2020

1. ゲームの準備

- ① 参加人数：1グループ3~5人程度
- ② ファシリテーター：1人
- ③ 場所：3~5人が輪を作り、カードゲームができる広さがあればどこでも良い
(テーブルでも畳の上でも可能)
 - ・ テーブルの場合は、テーブルを囲むように座ってください。
 - ・ 床や畳で行う場合は、円を描くように座ってください。
- ④ 参加する際の心構え
 - ：以下の状況にいることを想定してください。
 - ・ あなたは「治療困難な病気に罹患しています」
 - ・ あなたは「生命の危機が近づいています」
 - ・ あなたは「余命半年から1年程度です」
- ⑤ 実施時間：概ね30分程度

2. グラウンドルール

- ① 参加は、自由です。
(ゲームに参加していただいても、見学のみでも問題ありません)
- ② 言いたくないことがある場合は、言う必要はありません。
- ③ 他者への配慮
 - ・ (他の参加者の意見の批判や、自分の思いの押し付けをしないでください)
 - ・ (他の参加者の意見を妨げないでください)

3. ゲームの進め方

- ① ファシリテーターはカードを十分きった後に、参加者全員に一人5枚のカードを配る。(グループが5名の時は4枚でもよい)
- ② 配られたカードは机の上に置いて、ゲーム参加者に見えるように自分の前に並べる。ただし見られたくない場合は、見えないように持っていてよい。
- ③ ファシリテーターの手の内にあるカードのうち5枚を表にして置き、残りを中央に裏にした状態(積み札)にしておく。
- ④ ゲーム参加者に、自分の手元にあるカードを良く読んでもらう。
- ⑤ ゲームを進める順番を決める。(じゃんけんなど)
- ⑥ 1番の人は、目の前に置かれた5枚のカードと自分の手持ちのカードを比較する。自分の手持ちのカードよりも、自分の考えや思いにより近いカードがあれば、手持ちのカードを交換することができる。
- ⑦ 交換したカードは、そのまま表にして置いておく。
- ⑧ 次の順番の人と同じように、自分の手持ちのカードよりも自分の考えや思いにより近いカードがあれば、交換していく。
- ⑨ もし交換するべきカードがなければ、「パス」をすることができる。(パスは何回でもすることができる)

- ⑩ ゲーム参加者全員が交換すべきカードが無くなり「パス」が一回りしたら、ファシリテーターはカードを回収し、中央に置いてあるカード（積み札カード）を上から5枚を表に置く。
- ⑪ 2番の人から順に⑥～⑩を繰り返す。
- ⑫ 中央に置いてある積み札のカードがなくなり、交換する人がいなくなった時点でいったん終了。
- ⑬ ファシリテーターは、ゲーム参加者に自分の手に残った5枚（もしくは4枚）のカードのうち、自分にとって大切だと思うものを2枚選択してもらう。
- ⑭ この2枚を自分の前に並べる。
- ⑮ ファシリテーターは、ゲーム参加者それぞれに「なぜそのカードを選択したか」を尋ね、その理由をみんなの前で話してもらう。
理由を話したくない人には、選択したカードの紹介のみでもよい。
- ⑯ その意見に対して、他の参加者から何らかのコメントや質問があれば、その場で行うようにする。
この際ファシリテーターは、その場の状況に臨機応変に対応する。
- ⑰ 今回の手元に残ったカードは、「自分の意思表示」として、【私の意思表示帳】に記載するか、表示帳内の同様の項目に印を付けておくとよい。