



安心のためのおまもり

この「安心のおまもり」は、
ここに集まった一人ひとりが、
安心して過ごせる時間にするためのものです。
次のことを、大切にしていきましょう。

- ① オンラインでは、お互いに安心して話すために、カメラをオンで過ごします。
- ② 新しく来た人がいたら、「来てくれてありがとう」の気持ちで。
- ③ ここは、自分を少し大切にしてい時間です。
- ④ 自分を主語に。思ったこと、感じたことを。
- ⑤ 話したくないことは、話さなくて大丈夫。パスも、あります。
- ⑥ 正しさより、尊重を。否定や批判、個人攻撃はしません。
- ⑦ 「きっこうだ」を、脇に置いて。気づきや共感を、拾ってみて。
- ⑧ メモはとっても大丈夫。誰が言ったかは、書かないで。
- ⑨ ここで聞いた話は、ここだけに。
- ⑩ 熱くなってきたな、と思ったら。少し席を離れて。
- ⑪ 話すときは、進行役だけでなく、ここにいるみんなに向かって。
- ⑫ この時間は、みんなの時間。独り占めせず、分け合いましょう。