

過去・現在・未来をつなぐ

人生すごろく

# 金の糸

golden thread

大学生の発想から生まれた、自己探索ゲームです

特定非営利活動法人 日本キャリア開発協会

## 「金の糸」について

人は生まれてからいろいろな経験をします。振り返ってみて、何らかの印象とともに生き生きとよみがえる経験、それらは、その人に何かしらの影響を与えたものではないでしょうか。その印象を一つ一つ語る中からそれらの経験を繋ぐ“つながり”が見えてきます。

その“つながり”とは“自分らしさ”です。そうして見えてきた自分らしさとは、自分にとってなにより大切に、大事にしたい、価値のあるものです。

“つながり”を「糸」でたとえるなら、“自分らしさのつながり”は何より価値ある「金の糸」と言えるのではないのでしょうか。

もともと持っている「金の糸」が見えてくることにより、自分らしく未来を創る、そのお手伝いができればと思います。



## 人生すごろく「金の糸」とは

人生すごろく「金の糸」は、小学校時代から大学時代の経験を「楽しく語る」「問いに答える」「考える」「書く」ことにより、感じたこと・考えたことを言語化するツールです。

京都産業大学の実践的課題解決型教育 (Project Based Learning) 授業において、日本キャリア開発協会が提示した課題「キャリアカウンセリング体験プログラムの開発」に取り組んだ学生たちが、商品の原案となる自己探索ツールを考案しました。



### 特長

#### 「語る・問いに答える・書く」ことで言語化

感謝していること・人は



「感謝していることは?」「小学校時代憧れていた人は?」などコマに書かれた質問に答えながら進みます。

小学生の頃の将来の夢



小学校・中学校、各時代ごとに振り返りシートを記入。

#### 仲間と楽しみながら気軽に語れるゲーム形式



「ハート」のマスでは、答えると、仲間から拍手をもらえます。



「ブルー」のマスでは、ちょっとした失敗体験を振り返ります。

#### 仲間との違いから、自身を客観視

##### 小学校時代の好きな教科は?

僕は理科だけ、理由はそれぞれ違うんだな...

理科です。実験するのが面白かったからです。

僕は図工です。絵を描くのが得意でした。

私も理科。なぜ雷が降ったり、雷が鳴るのか、調べるのが好きでした。



#### 仲間からのフィードバックによる気づき

##### ゲームで感じた「その人らしさ」をフィードバック

田中さんは、意外と潔くてカッコいいと思いました。

僕は、田中さんの素直なところがいいと思います。

外からはそう見えるんだ。意外だな。

田中さんは、見た目と実際のギャップがあると思いました。

## 人生すころく「金の糸」の効果

就職活動や組織において、下記の効果をもたらします

- 【自分らしい職業選択】や【自己PR】ができるようになる
- 【自己効力感】が高まる
- 【自分らしさの発揮】
- 【当事者意識の醸成】を促進

## 活用場面

- 就職活動・キャリア教育の授業やグループワーク
- グループキャリアカウンセリングのツールとして
- 内定者教育や新入社員研修
- キャリア形成研修
- チームビルディング
- 職場の活性化・コミュニケーションの円滑化に

## ゲームの進め方

- 標準所要時間：約3時間（説明・ゲーム130分、振返り40分）
- 対象者：就職活動を控えた学生（主に2～3年生）／内定者／若手～中堅社員
- 実施人数目安：24～30名 ※50名を超える人数でも対応可能
- 実施形態：グループに分かれて実施（1グループ3～4名）ファシリテーター1名で実施

## ゲームキット

- ゲーム盤
- 付属品  
（アンサーボード・カード・サイコロ・コマ）
- ワークシート
- マニュアル



## 申込方法

日本キャリア開発協会ホームページ <http://www.j-cda.jp/> からお申込ください

- 申込：協会ホームページにアクセス。トップ画面の最新情報からWEB上でお申込可能です
- ゲームキット：ゲーム盤・付属品（アンサーボード・カード・サイコロ・コマ）・ワークシート・マニュアル
- 価格：（全て税込・消費税10%の価格・送料別）  
【会員】3,140円／セット（※1）・割引価格（※2）2,820円／セット・マニュアル1,050円  
【非会員】3,460円／セット（※1）・割引価格（※2）3,120円／セット・マニュアル1,150円  
※1 1セット4名対応。  
※2 割引価格は、5セット以上購入いただいた場合に適用となります。

- 問合せ先：日本キャリア開発協会 企画推進グループ  
TEL.03-6661-6222 Mail.koujou@j-cda.jp