

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?

僕は理科だけど、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。なぜ雪が降ったり、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。

人生すごろく「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、振り返り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
- アンサーボード
- ブルーマスカード
- サイコロ・駒
- ルールと手順 1枚
- ※別売マニュアル（振り返りシート掲載）



申込方法

日本キャリア開発協会ホームページ <https://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「研修・更新講習」ボタン内「教材販売」からWeb上でお申込可能です
- ゲームキット：ゲーム盤・アンサーボード・ブルーマスカード・サイコロ・駒・ルールと手順 1枚
- マニュアル※別売：振り返りシート掲載
- 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
Mail.sugoroku@j-cda.jp

