


「タニモク」 台本




4人1組の「タニモク」の進め方です。
ぜひ、参考にしてください。

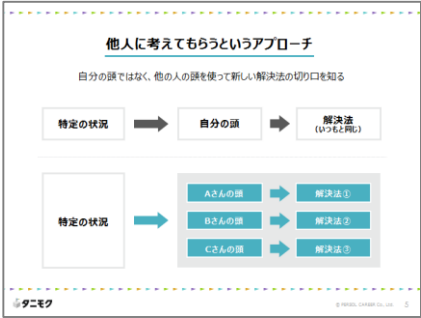
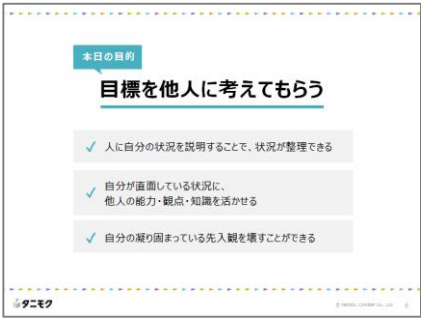
時間	LAP	項目名	内容	達成状態
18 : 30	30'	■ 開場～オープニングまで	<ul style="list-style-type: none"> ・受付を開始し、参加者を招き入れる ・開始までの時間をくつろいでいただく ※ 音楽をかけておくとおBEST ・スクリーンには、「ウェルカムスライド」を映写しておく ・テーブルにワークのツール（A4 用紙、Tips、質問シート、ペン）を用意する 	<ul style="list-style-type: none"> ・緊張感がありつつも、歓待され、大切に扱われ、ちょっとリラックスした気持ちになる ・固い雰囲気にならないよう、テーブルごとに話をするなど、ファシリテーターが対話を促す
19 : 00	06'	■ 冒頭説明／ファシリテーターの紹介	<ul style="list-style-type: none"> ・今回のイベントの背景/目的/参加者への期待/スケジュールを発表する 	<ul style="list-style-type: none"> ・「何を目的にするのか」「具体的にどういことがおきるのか」が附に落ちていて、内容に集中する気持ちになっている ・イベントの進行が安定していて、安心して参加できるな、という落ち着いた心持ちになっている
19:06	10'	■ タニモクの手順説明	<ul style="list-style-type: none"> ・タニモクのメソッドの公開 ・本日で得られることの説明 ・TIPSの紹介 	<ul style="list-style-type: none"> ・タニモクへの期待感が湧いている ・ワークに集中する雰囲気ができている ・今日のワークで得られること、期待値の調整が参加者とできている
19:16	06'	■ 絵を描く	<ul style="list-style-type: none"> ・タニモクで使用する、いまの状況を絵に描く説明 ・実際に今の状況の絵を描く 	<ul style="list-style-type: none"> ・タニモクに使う「いまの状況の絵」が描けている
19:22	33'	■ ラウンド 1	<ul style="list-style-type: none"> ・タニモクワーク 1 人目 ※終わったあとの参加者からの質問時間も含む 	<ul style="list-style-type: none"> ・会話に熱中（視界が開ける）
19:55	30'	■ ラウンド 2	<ul style="list-style-type: none"> ・タニモクワーク 2 人目 	<ul style="list-style-type: none"> ・会話に熱中（視界が開ける）
20:25	15	■ 休憩	<ul style="list-style-type: none"> ※必要あれば、休憩を入れる 	
20:40	30'	■ ラウンド3	<ul style="list-style-type: none"> ・タニモクワーク3人目 	<ul style="list-style-type: none"> ・会話に熱中（視界が開ける）
21:10	30'	■ ラウンド 4	<ul style="list-style-type: none"> ・タニモクワーク4人目 	<ul style="list-style-type: none"> ・会話に熱中（視界が開ける）
21:40	15'	■ まとめワーク	<ul style="list-style-type: none"> ・選択肢を得て、自分の目標と行動計画に落とす ・目標をシェアする 	<ul style="list-style-type: none"> ・目標と行動がシェアされて、テーブルごとに盛り上がる。
21:55	3'	■ クロージング	<ul style="list-style-type: none"> ・目標だけでなく、フィードバックと振り返りも 他人の視点を活かすと面白そう、と思っている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・たてた目標の達成に向けて、アクションを起こそうという気になっている。 ・会が終わっても、テーブルごとに話が進む。連絡先の交換が行われている。

※19:00スタート ～ 22:00 終了の「タニモク」イベントの進行イメージです。

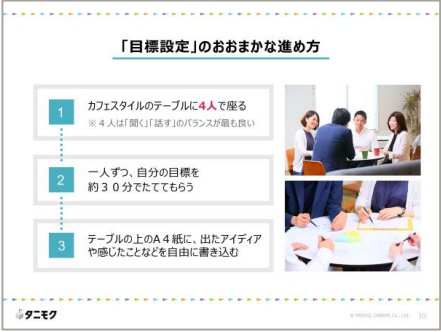
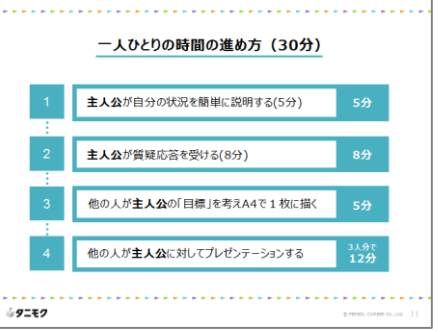
※短い時間で実施する場合は、4人一組を「3人一組」にして、ラウンドの数を減らすなど、調整してください。

時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
18:30	■開場～受付～オープニング (30分)	<p>○時間となり、開場 ○参加者の着席状況を確認しながら司会は適宜アナウンスを入れる。</p> <p>ファシリテーター： ※アナウンス※ 席は自由となっています。好きな席にお座りください。 開会は、00時（開演時間）を予定しております。 今しばらく、お待ちください。</p> <p>※適宜繰り返し</p>		
18:50	□注意事項のアナウンス (10分)	<p>○開会10分前になり、 ファシリテーターがステージに登壇し、参加者へ注意事項を説明</p> <p>ファシリテーター： ※アナウンス※ 開始10分前となりました。 開始前に、注意事項のご案内です。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 席は自由となっております。空いている席にお座りください。 ・ ワーク中は休憩時間が短いため、 お手洗いは事前にお済ませください。 <p>それでは、スタートまで今しばらくお待ちください。</p>		<p>【音響】 開場BGM</p> <p>【照明】 開場照明ON</p>

時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
19:00	■開園／冒頭説明 (30分)	<p>会場にBGMある場合、ボリューム調整 ○ファシリテーターは会場前に登場し挨拶。</p> <p>ファシリテーター： みなさん、こんにちは。今日は、他人に目標をたててもらおうワーク ショップ「タニモク」へお越しいただき、ありがとうございます。</p> <p>(スライド①へ変更) ワタクシ、本日の進行を務めさせていただきます、〇〇〇〇（ご自身の名前）です。</p> <p>(スライド②へ変更) そして、本日行う「タニモク」は、パーソルキャリア株式会社が提供するワークショップです。よろしくお願いいたします。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>注意点： 「タニモク」の商標は、パーソルキャリア株式会社にあります。 「タニモク」を行う際には、ワークショップメソッドの提供元がパーソルキャリア株式会社であることを参加者に必ず伝えてください</p> </div> <p>(スライド③へ変更) 今日は、みなさんに刺激的な対話を楽しんでいただけたらと思っています。</p> <p>(スライド④へ変更) 本日のテーマは、「目標設定」です。 まず「タニモク」のワークに入る前に、 「タニモク」がどんなワークなのかを、簡単に紹介をさせていただきます。</p>	<p><スライド①></p>  <p><スライド②></p> <p><スライド③></p>  <p><スライド④></p> 	<p>【音響】 会場BGM →スタートと同時に小さく</p> <p>【照明】 会場照明ON</p>

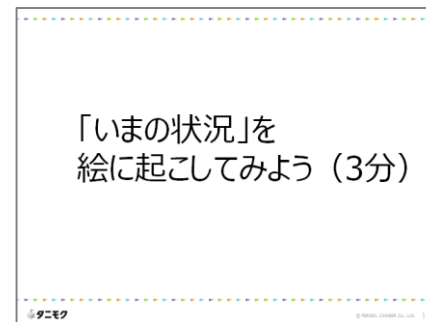
時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
		<p>(スライド⑤へ変更)</p> <p>「タニモク」は、4人1組で目標をたてあうワークショップです。 「タニモク」の特徴は、目標を他人に考えてもらうアプローチを用いることで、自分の頭では浮かばない新しい切り口を得られることです。</p> <p>まずは上の図をみてください。 ※上の図を指さす。 特定の状況に対して、自分の頭で考えていると、解決方法はいつも同じパターンになってしまいます。</p> <p>一方で、下の図をみてください。 特定の状況に対して、 「Aさんだったらどう考える？」というと、Aさんの答えが。 「Bさんだったらどう考える？」というと、Bさんの答えが。 「Cさんだったらどう考える？」というと、Cさんの答えが出てきます。 Aさんの答えとBさんの答えを組み合わせると、 思いもよらなかった答えや切り口を見つけられるかもしれない。</p> <p>実は、これはマーケッターや編集者が日常的に使っている方法で、特別なものではありません。この方法を「目標をたてる」ことに用いたのが、「タニモク」になります。</p> <p>(スライド⑥へ変更)</p> <p>あらためて本日の目的です。「他人に目標を考えてもらう」。 そして、自分だけでは気づかなかった目標の切り口を得ることです。 よく「他人に目標を決めてもらう」と誤解をされるのですが、 目標を決めるのは、自分自身です。 目標の切り口を得ることが、本日の目的になります。</p> <p>そして、メリットは3つ。 ※3つを読み上げる。</p>	<p><スライド⑤></p>  <p><スライド⑥></p> 	<p>【音響】 会場BGM</p> <p>【照明】 会場照明ON</p>



時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
19:06		<p>(スライド⑦へ変更) それぞれの役割になります。</p> <p>参加者のみなさんは、オープンにざっくばらんに語り合ってください。 そして、相互作用によって互いの思考を深め、刺激しあい、 新たな発見を得ていただけたらと思います。</p> <p>そして、「タニモク」ワークの進行とプロセスのガイドを、 ファシリテーターの〇〇〇〇（ご自身の名前）が担当します。</p> <p>(スライド⑧へ変更) 本日の流れになります。 まず、「タニモク」の手順を説明します。 「いまの状況」の絵を描き、ワークの準備をします。</p> <p>そして、4人1組で「タニモク」のワークを行います。</p> <p>最後に、本日のまとめを行い、終了となります。 終了は、〇〇:〇〇を予定しています。</p> <p>(スライド⑨へ変更) では、さっそく手順の説明に移りたいと思います。</p>	<p><スライド⑦></p> <p><スライド⑧></p> <p><スライド⑨></p>	<p>【音響】 会場BGM</p> <p>【照明】 会場照明ON</p>



時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
		<p>(スライド⑩へ変更)</p> <p>まず、目標設定のおおまかな進め方を説明します。</p> <p>カフェスタイルのテーブルで4人1組で座ってください。</p> <p>※4人の場合は、以下の説明を入れる。 4人という人数は、話したいときに話せて、相手の話を聞くことに集中したいときに「間」がとれる「話す」と「聞く」のバランスのよい人数なんです。</p> <p>1人ずつ、自分の目標を30分でたてる。 本日は、4人一組なので、4ラウンド、ワークを行います。</p> <p>テーブルの上の紙に出たアイデアや感じたことを自由に書き込んでメモしておいてください。目標のネタになります。</p> <p>(スライド⑪へ変更)</p> <p>一人ひとりの時間の進め方になります。</p> <p>1. まず、目標をたててもらおうひとが「主人公」です。 主人公が、後程描く絵を用いて、ほかのひとに現状について簡単に説明してください。</p> <p>2. 主人公の説明が終わったら、ほかのひとは目標をたてるため、もっと知りたいことについて、主人公に質問を投げてください。 例えば、仕事内容、絵で気になった点などを深掘りしてください。</p> <p>1. の主人公の説明が時間より早く終わったら、すぐに2. に移って構いません。1. 2. 併せて13分と考えてください。</p>	<p><スライド⑩></p>  <p><スライド⑪></p> 	<p>【音響】 会場BGM</p> <p>【照明】 会場照明ON</p>



時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
		<p>主人公への質問が終わったら、 3. の主人公の目標をたてる番になります。</p> <p>主人公の目標をたててください。 ここは、文字でも、絵でも構いません。</p> <p>それと、目標を決めるのは主人公です。 大事なことは、切り口を見つけるキッカケをつくることです。 だから、「主観で」「無責任に」「大胆に」目標をたててみてください。 思い切りのよい大胆な目標の方が、主人公が新しい切り口を得やすくなります。目標に正解、不正解はありません！</p> <p>また目標は個々でたてるので、人数分の主人公の目標が出てきます。 共同作業をしないように気をつけてください。</p> <p>4. 主人公にたてた目標を伝えてください。 もし、時間内にたてたすべての目標のプレゼンテーションが 終わった場合は、主人公からぜひ質問を投げてください。</p> <p>「どうして、この目標をたててみたのですか？」 「目標とアクションについて、もう少し具体的に教えてください」</p> <p>など、たててもらった目標を深掘りしてみてください。 ほかのひとが目標をたてた背景、考えを深掘りしてみると、 新しい発見があるかもしれません。</p>		<p>【音響】 会場BGM</p> <p>【照明】 会場照明ON</p>


時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
		<p>(スライド⑫へ変更)</p> <p>目標をたてるときのTIPSです。 他人の目標を考えるときは、定量的な指標に落とす必要はありません。ざっくりで十分です。例えば、もし営業の方がいて、「目標は、営業成績〇〇〇%アップです」となると、いつもの目標設定といっしょになっちゃいますよね。ここは切り口を得る場なので、数字はほどほどで、大丈夫です。</p> <p>2つ目は、【主人公】による自分の説明はさらっと話し、その後の質疑応答に重点を置いてください。自分のことを話し始めると気持ちよくなり、ずっとしゃべってしまう方がいます。ここはぜひ質問を多く受けることを意識してください。質問を多く受けることで、考えを整理できますし、自分が思ってもみなかった観点に気づくことがあります。</p> <p>3つ目は、仕事の話だけでなく、プライベートの話もしてみてください。はたらくことは、生活の一部です。例えば、お子さんがいたら、はたらくことにも大きく影響しますよね。これは目標にも影響してきます。もちろん、プライベートの話をすることは必須ではありませんが、可能な限りテーブルの方に伝えてみると、目標の切り口の話題が広がるかもしれません。</p> <p>そして、4つ目。ここがいちばん重要です。【主人公】へのプレゼンの際には、「私が●●さんだったら…」と枕詞をつけてください。もし、この「私が●●さんだったら…」を枕詞にしないと、主人公に対して</p> <p>「〇〇（主人公）は、△△すべき」 「〇〇（主人公）は、□□□した方がいい」</p> <p>とアドバイスをする場が変わってしまいます。でも、</p> <p>「私が●●さんだったら、△△って考えるなあ」 「私が●●さんだったら、□□□って行動してみるなあ」</p> <p>と話しをすると、価値観の押しつけにならず、主人公の選択肢を増やす手助けになります。ここは、目標の切り口を得る場です。アドバイスする場ではありません。枕詞に「私が●●さんだったら…」を忘れないでください。</p>	<p><スライド⑫></p> <hr/> <p><u>(参考) Tips</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● 他人の目標を考えると、定量的な指標に落とすなどはありません。ざっくりで十分です。 ● 【主人公】による自分の説明は、さらっと話し、その後の質疑応答に重点を置いてください。 ● 仕事の話だけでなく、プライベートの話もすると、目標設定の話題が膨らみます。 ● 【主人公】へのプレゼンの際には、「私が●●さんだったら…」と枕詞をつけてください。 <hr/> <p>タニモク <small>© PERSOL CAREER CO., LTD. 12</small></p>	<p>【音響】 会場BGM</p> <p>【照明】 会場照明ON</p>

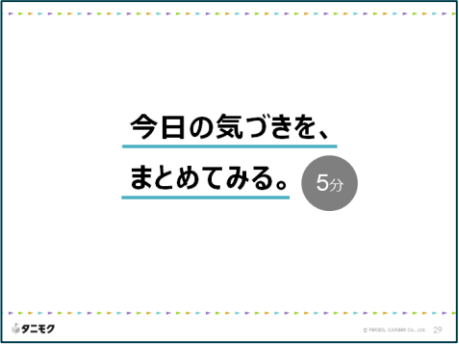
時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
19:16		<p>「タニモク」の流れ、TIPSは、テーブルにそれぞれ配付しているので、忘れないでください。</p> <p>ここまでの説明で、わからないことがある方はいらっしゃいますか？ （改めて参加者に疑問点がないか確認し、質問を受ける）</p> <p>もし、ワークしている間に疑問点、進め方がわからない方がいましたら、手を挙げて、ファシリテーターに質問してください。</p> <p>では、さっそく「タニモク」をはじめる準備をしましょう。</p> <p>（スライド⑬へ変更）</p> <p>まず、いまの状況を絵におこしてみようというワークをします。 文字ではなく、絵にする理由は、ほかの方が質問しやすくなること。 また、状況の全体像を他の人に伝えやすくすることです。</p> <p>実際に、絵におこしてみるとこんな感じになります。</p>	<p><スライド⑬></p> 	<p>【音響】 会場BGM</p> <p>【照明】 会場照明ON</p>

時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
19:22		<p>(スライド⑰へ変更) (全員が手にとったことを確認して) では、さっそくワークをはじめます。状況を絵におこしてください。どうぞ。</p> <p>(絵を描き終えていることを確認したら) 全員、描けましたか？ (問題なさそうなことを確認して)</p> <p>(スライド⑱へ変更) みなさん描けたようなので、「タニモク」をスタートします。</p>	<p><スライド⑰></p>  <p><スライド⑱></p> 	<p>【音響】 会場BGM</p> <p>【照明】 会場照明ON</p>

時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
		<p>===ラウンド1：1人目 (スライド⑱へ変更) ※1人目のスライドを写す。 では、テーブルで一人目の「主人公」を決めてください。「主人公」が決まったら、手を挙げてファシリテーターに伝えてください。全テーブルの「主人公」が決まったら、一斉にスタートします。</p> <p>※全テーブルの「主人公」が決まったらことを確認して：</p> <p>全テーブルの準備ができたようなので、スタートしてください！</p> <p>(ファシリテーターは、時間経過を逐一参加者に伝える)</p> <p>今、〇分たちました。残り〇分です。</p> <p>(スライド㉔へ変更) 1. の時間が終わったので、主人公は質問を多く受けてください。</p> <p>(目標をたてるための情報を引きだすよう、声掛けする) ほかのひとは、目標をたてるために知りたいことをどんどん質問して、聞いてみてください。</p>	<p><スライド⑱></p>  <p><スライド㉔></p> 	<p>【音響】 会場BGM</p> <p>【照明】 会場照明ON</p>

時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
		<p>(スライド②①へ変更)</p> <p>では、時間になったので、ほかの人は主人公の目標をたててください。たてた目標は、テーブルにあるA4の紙に書いてください。文字でも絵でも大丈夫です。</p> <p>目標を紙に書く前に、まず「私が〇〇（主人公の名前）さんだったら」と書いてください。その後、目標や目標を達成するためのアクションを具体的にまとめてください。では、〇分目標をたててください。スタート。</p> <div> <p>ポイント： 紙には、「私が〇〇（主人公の名前）さんだったら」と書いてから、目標を書くように伝える。</p> </div> <p>(目標をたてるときに声掛け)</p> <p>主人公の目標をたてるときに、手が止まってしまう方は、主人公のことを思いすぎてしまっています。目標をたてことに正解も不正解もありません。「主観で」「無責任に」「大胆に」目標をたててください。</p> <div> <p>ポイント： 「主観で」「無責任に」「大胆に」を強調して伝える。 手が止まりがちな方の手が動き出すことを確認する。</p> </div> <p>(目標をたてる時間が終わったら) (スライド②②へ変更)</p> <p>時間になったので、手をとめてください。 では、主人公にご自身がたてた目標をプレゼンしてください。「私が●、●さんだったら…」を枕詞につけることを忘れないでください。順番はどなたからでも問題ありません。どうぞ。</p> <div> <p>ポイント： 「私が〇〇さんだったら…」をつけることを繰り返し伝える。 これを怠ると「相談会」になりがちなので、注意してください。</p> </div>	<p><スライド②①></p>  <p><スライド②②></p> 	<p>【音響】 会場BGM</p> <p>【照明】 会場照明ON</p>

時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
		<p>(時間になったら)</p> <p>時間になったので、ストップしてください。 それぞれがたてた目標は、ぜひ主人公にプレゼントしてください。</p> <div> <p>ポイント： (時間になったら、照明を数秒落とす) 照明が落とされ、会話が徐々に収まるまで待つ。 収まったら、照明を再度点ける。</p> <p>会話が盛り上がっているときに、ファシリテーターが「ストップ！」と大声をかけてしまうと場の雰囲気が壊れてしまいます。そのため、ワーク終了の時間になったら、照明を消してお知らせするので、そこでワークを終わりにするようご協力をお願いします。</p> </div> <p>(1回目のワークが終わったら、疑問点を洗い出す)</p> <p>1回「タニモク」を行ってみて、わからないことがありましたか？ どうでしょう？</p> <p>(質問があったら、回答する)</p> <p>大事なTIPSの再確認をさせてください。</p> <p>1. 目標は「主観で」「無責任に」「大胆に」たててください。正解も不正解もないので、相手の反応を気にせず、目標をたててください。</p> <p>2. 主人公に目標をプレゼンするときに、「私が●●さんだったら…」を忘れないでください。経験が豊富な方ほど、アドバイスをしたくなりますが、ここは目標の選択肢を得る場なので、それはNGです。 「私が●●だったら、こう考えるなあ」「こう行動するかも」と選択肢を増やす話し方をしてください。そうすると価値観の押しつけになります。</p>		<p>【音響】 会場BGM</p> <p>【照明】 (ワーク終了) 会場照明OFF ↓ (静まったら) 会場照明ON</p>

時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
19:55		<p>===ラウンド2：2人目</p> <p>では、二人目に移りたいと思います。二人目の方が決まったら、手を挙げてお知らせください。全テーブルが決まったら、ワークに移ります。</p> <p>(全テーブルが決まったことを確認して)</p> <p>では、全テーブルの主人公が決まったので、スタートしてください！</p> <p>===ラウンド3、4は、ラウンドの内容を繰り返す</p> <p>※ラウンドの中で、「私が●●さんだったら」を忘れないように、何度も声掛けを行う。</p>		
21:40		<p>(全4ラウンドが終わって)</p> <p>4ラウンドがすべて終了しました。みなさん、お疲れ様でした。みなさん、「タニモク」を楽しんでいただけましたか。</p> <p>実はここからが「タニモク」の大切なワークになります。</p> <p>(スライド②③へ変更) ※別のスタッフが「目標設定シート」を配る</p> <p>それは、今日の気づきのまとめてみることです。</p> <p>今日は、「タニモク」を通してたくさんの選択肢を得ることができたと思います。しかし、目標をたて、行動に移すために、目標と行動をまとめる必要があります。忘れないうちに、言語化しようというのが最後のワークです。</p> <p>今日の「タニモク」の中で、ほかの方がたてた目標と行動が参考になったかもしれません。また、自分でも考えていたことを他の人に指摘されて、目標（行動）の優先順位を考えなおした方がいいという気づきがあったかもしれません。そして、最初に「主観で」「無責任に」「大胆に」主人公の目標をたててと伝えましたよね。実は、自分がほかの方の目標をたてているときに「相手の目標と行動だけど、自分にも言えるよなあ」ってことがたくさんあったと思います。ぜひ、その気づきを忘れないうちに言語化しておきましょう。</p>	<p><スライド②③></p> 	<p>【音響】 会場BGM</p> <p>【照明】 会場照明ON</p>

時間	項目・ステージ	進行内容	映像	音響・照明
21:55		<p>(スライド②⑥へ変更)</p> <p>まずたてた目標は、宣言しましょう。目標達成には、自分自身だけではかなわないこともあるかもしれません。掲げた目標を宣言すれば、支援者が出てくるかもしれません。周りの方が応援者になってくれるかもしれません。宣言してみましょう。</p> <p>二つ目は、振り返りです。目標をたてただけではなにひとつ前進していません。たてた目標と行動を実行できたのか、振り返りを行ってください。「タニモク」でおススメしているのは、テーブルがいっしょになったことも何かの縁なので、テーブルの人同士で後日、振り返り会を行うことです。よかったら3か月後、半年後にランチや呑み会など、会う約束をして、今日たてた目標を振り返る機会をつくってみてください。</p> <p>いかがだったでしょうか。 (最後にファシリテーターからまとめのひとことで締める)</p>	<p><スライド②⑥></p>	<p>【音響】 会場BGM</p> <p>【照明】 会場照明ON</p>
終了 22:00				