

ツール 56：内省

このツールの目的

ポジティブな変化のための新たな可能性を拓き、それを実現するための参加者のコミットメントを強化する。

このツールを使うタイミング

コミットメントのフェーズで、意思決定を行わねばならず、取るべきアクションについての合意が必要なタイミング。

内省の活用法

MSPにおける学びのプロセスに、内省を明示的に統合することで、明確な目的のある変化が起こる可能性を高められる。MSPにおける学びのプロセスの一環として内省を行うと、学びがより明確になり、より上手く言葉にできるようになる。そうすることで、複雑な状況の中で明確な目的のある変化を起こすのに役立つのである。

目的をもって内省を活用するメリットは2つある：1つは、個々の参加者が、それまでに培ってきた自身の洞察について、より深い理解に至れるようになることである。そして2つ目は、MSPにおいては1つ目と同様に重要なことであるが、内省により、あるメンバーが培った洞察が、グループや会議参加者の間で共有され、検証されるようになることである。

ポジティブな変化についての新たな可能性を理解するには、さまざまなステークホルダーが、お互いの経験から共に学ぶことが必要だ。そのグループの取り組みや、それを自分の日々の仕事につなげることができれば、ステークホルダーのコミットメントもまた強まる。これは、意思決定を行わなければならない際や、取るべきアクションについて合意が必要な場合には、特に重要なものとなる。個人ワークとして行うかグループとして行うかにかかわらず、内省は、洞察を高めるために用いることもできる。

CDIの経験上、プロセスの設計や実施において、MSPのファシリテーターが、意識して内省的な学びのセッションやツールを用いるようにすることが重要となる。これをサポートするため、CDIは25の内省ツールについてのガイドラインを掲載したファシリテーターおよびトレーナー向けマニュアルを発行している。このマニュアルのダウンロード(無料)は[こちら](#)から。

このマニュアルでは、以下のツールを扱っている：

1. 順位付けの内省 (Grading reflection)
2. 内省ボール (Reflection ball)
3. コルブの経験学習サイクル (Kolb learning cycle)
4. 洗濯物干し (Hang out the laundry)
5. ペアになってのインタビュー (Interviews in pairs)
6. コラージュ/リッチピクチャー (Collage/rich picture)
7. 内省カード&ネットワーキング (Reflection cards & networking)
8. ムードと学びのメーター (Mood and lessons learned meter)
9. ステートメントについてのディベート (Debating statements)
10. 俳句を詠む (Write a haiku)
11. 画像やポストカードを使った内省 (Reflection with images/postcards)
12. 屋外のオブジェクトやシンボル探し (Find an object/symbol outside)
13. マーゴリスの車輪 (Margolis wheel)
14. ポスター・ギャラリー (Gallery of posters)
15. ディベートのラウンド (Debating rounds)
16. 内省の詩または歌 (Reflection poem or song)
17. ハイタッチ - 未来への希望 (High five - desire for the future)
18. スヌーピー (Snoopy)

19. クイズ (Quiz)
20. トーキングスティック (Talking stick)
21. リフレクション (内省) コミッティ (Reflection committee)
22. スピードデート (Speed dating)
23. 上司に説明するとすれば (If you had to explain to your boss)
24. フリーライティング (Free writing)
25. 協働して質問に答える (Collaboratively answering questions)

各ツールは、それぞれ15分から45分程度かかる。

さらに知りたい方は：

Gordijn, F. & Helder, J. (CDI) (2013). Reflective learning for purposeful change: making learning more explicit in multi-stakeholder processes. Knowledge Management for Development Journal 9(3): 32-46.
<http://journal.km4dev.org/>

Gordijn, F., Helder, J. & Ernstman, N. (CDI) (2012). Reflection Methods: Tools to Make Learning More Explicit - Manual for Facilitators and Trainers. <http://edepot.wur.nl/222693>

内省カードの使い方については、CDIの3分間動画を参照のこと：<https://youtu.be/EXsnlYl5B94>