

ソジテツをやってみよう

人生・性別・性
にまつわる

自分の

// “これでいいんだ” //

を見つける



「あなたの」でもなく、「みんなの」でもなく、「**自分自身の**」

話すときのルール(6)

I(アイ/私)メッセージで
話す・問う

まとまっていなくていい、
生焼けのままでもいい

「正しく」なくていい

考えは変わっていい

結論を出さなくてもいい

黙っていてもいい

聞くときのルール(4)

相手の話・表現を
そのまま受けとる

人への評価・批判・
アドバイスは不要

「人は自分と違うからこそ、
気づきを与えてくれる」

聞いた話は
「ここだけの話」

「ふつう」は 何のためにある？

Why do we need "normal"?

世の中の「常識」は いつ変わる？

When does the world's "norms" change?

マイノリティとは 誰のこと？

Who are minorities?

「正しく」 いなければいけない？

Do you need to be "right"?

「自由に生きる」って どういうこと？

What does it mean to live freely?

「みんな」って、 だれのこと？

Who is "everyone"?

「大人」って どういう人のこと？

What kind of person is an "adult"?

いいこと、わるいことはどう やって決まるの？

How do people decide
what's right and what's wrong?

人とちがうことが よくない時ってどんなとき？

When is being different a bad thing?

ぜんぶ「ふつう」だと 幸せになれる？

If everything is "normal",
will that make us happy?

「本当の自分」は どこかにいる？

Does your "true self" exist somewhere?

自分が思うように 生きるとは、わがまま？

Is it selfish to live the way you like?

世の中の変化についていけないといけない？

Do we need to keep up with the changes in the world?

「男の子らしい」って どういうこと？

What does it mean to be "boyish"?

「女の子らしい」って どういうこと？

What does it mean to be "girlish"?

女の子/男の子 だから、
好きなものを好きって
言えないときがある？

Are there times when you can't say you like something
because you're a girl/boy?

「男を見せる」って どういうこと？

What does it mean
when people say, "Be a man!"?

母性は女性だけのもの？

Do only women have "maternal instincts"?

演じたくない（性別的）役割を 脱ぎ捨ててもいい？

Is it ok to stop playing your (gender) role
if you don't like it?

どんなしゅるいの 「好き」がある？

What kinds of "love" are there?

だれかに恋を しないといけない？

Do you need to be in love with someone?

相手にとって 理想の自分を演じるべき？

Do you need to be someone's ideal version of you?

誰をどう好きになるか 自分でコントロールできる？

Can you control who and how you fall in love with?

アイコンの解説

- **Essential**…根源的問い
- **General**…普遍的問い
- **Specific**…特化した問い（年齢別）

LIFE（人生）	Gender（性別）	Sexuality（性）
 …小学生以上向けの問い  …中高生以上向けの問い  …大人向けの問い		

大人（大学生以上）はすべての問いに向き合うことができます。
その年代のときの自分として考えても、今の自分として答えてもOKで、
ぜひ色々な視点から考えてみてください。

1問15-30分ほどを目安に、
はじめはEssentialやGeneralからトライしていくのがお勧めです。

追い哲集(01)

対話が停滞したときに思考を促進するために使える追加の問いです。ここに載っているものでも、話の流れでファシリテーターが思いついた疑問を投げかけるのもお勧めです。

Essential01 : 「ふつう」はなんのためにある？

「ふつう」って何のこと？ / 「ふつうでない」ってどういうこと？ / ふつうと常識って違う？ / 100年前と100年後の「ふつう」は違う？

General02 : 世の中の「常識」はいつ変わる？

常識が変わるのはなんのため？ / 変わらない常識があるとしたらどんなもの？ / 「常識」と「正義」は違う？ / 常識が変わるために必要なものがあるとしたら何？ / 常識を決めているのは誰？

General03 : マイノリティとは誰のこと？

マイノリティとは何？ / マイノリティでないというのはどういうこと？ / 100年前と100年後のマイノリティは違う？ / マイノリティとマジョリティはどう関係する？ / マイノリティに属していることはどうやって知る？

General04 : 「正しく」いなければいけない？

「正しい」とはどういうこと？ / 「正しくいる」と何が起きる？ / 「正しくない」と何が起きる？ / 正しくいるために必要なものがあるとしたら何？

General06 : 「自由に生きる」ってどういうこと？

「自由」であるとはどういうこと？ / 自由に生きたら何が起きる？ / 自由に生きるために必要なことがあるとしたら何？ / 自由に生きられない人がいるとしたら、どんな人？

小L01 : 「みんな」って、だれのこと？

「みんな」はなんのためにある？ / どこから「みんな」になる？ / 自分が「みんな」の中に入っているかどうかやって知る？ / 「みんな」の反対語は何？ / 100人いるとしたら何人が「みんな」？

小L05 : 「大人」ってどういう人のこと？

「大人」の反対語は何？ / 「大人じゃない」大人ってどういう人？ / 「大人」と「子ども」の違いって？ / 「大人になる」って自分にとってどういうこと？

小L09 : いいこと、わるいことはどうやって決まるの？

良い・悪いはなんのためにある？ / いいこと・わるいことはいつも同じ？ / 良い・悪いを決めるのに必要なものがあるとしたら何？ / 良い・悪いを決めているのは誰？

追い哲集(02)

小L11： **人とちがうことがよくない時ってどんなとき？**

人と違うことが良い時ってどんな時？ / どんなときに「人と違う」とわかる？ / みんなが「同じ」だと何が起きる？ / 人と違う・同じだと、どんな気持ちになる？

中高 L01： **ぜんぶ「ふつう」だと幸せになれる？**

「ふつう」が良いときってどんなとき？ / 「ふつう」が良くないときってどんなとき？ / 「ふつう」と「幸せ」はどう関係する？

中高L02： **「本当の自分」はどこかにいる？**

「本当じゃない自分」っている？ / 「本当の自分」を知ることができるのはどんな状況？ / 「本当の自分」でいるために必要なことは何？ / 「本当の自分」でいたらorいなかったら、何が起きる？

大L01： **自分が思うように生きることは、わがまま？**

思うように生きるor生きないと、何が起る？ / 思うように生きている人って例えばどんな人？ / わがままだと、いいの？悪いの？ / 思うように生きるために必要なことがあるとしたら何？

大L06： **世の中の変化についていけないといけない？**

世の中の変化についていくorいけないと何が起る？ / どういうとき「変化」は起きる？ / 「変化」しないものはある？ / 変化についていくために必要なものがあるとしたら何？

小G01： **「男の子らしい」ってどういうこと？**

「男の子らしくない」ってどういうこと？ / 男の子らしくいたら何が起る？ / 男の子らしくあるために必要なことがあるとしたら何？ / 100年前と100年後で男の子らしさって変わる？

小G02： **「女の子らしい」ってどういうこと？**

「女の子らしくない」ってどういうこと？ / 女の子らしくいたら何が起る？ / 女の子らしくあるために必要なことがあるとしたら何？ / 100年前と100年後で女の子らしさって変わる？

小G15： **女の子/男の子 だから、好きなものを好きって言えないときがある？**

好きなものを好きって言えるとしたらどんなとき？ / 好きなものを好きって言えないと、何が起る？ / 好きなものを好きって言える人は例えばどんな人？

追い哲集(03)

中高G01：**なぜ「男子」「女子」で分けられている？**

分けられているとor分けられていないとどうなる？ / 100年前と100年後の世界では何か変わる？ / 「男子」「女子」で分けないことがあるとしたら、何が必要？ / 分けられていない状況はある？

中高G08：**「男を見せる」ってどういうこと？**

「男を見せない」ってどういうこと？ / 「男を見せる」と何が起る？ / 「男を見せる」ために必要なことがあるとしたら何？ / 「男」とはどのような意味？ / 100年前と100年後の世界では何か変わる？ / 国や地域、文化、宗教などで違いはある？

大G09：**母性は女性だけのもの？**

「母性」って何？ / 母性と女性はどう関係する？ / 100年前と100年後の世界では何か変わる？ / 国や地域、文化、宗教などで違いはある？

大G11：**演じたくない（性別的）役割を脱ぎ捨ててもいい？**

役割を演じるとor演じないと何が起る？ / 脱ぎ捨てるために必要なことがあるとしたら何？ / 変わらない役割ってある？ / 国や地域、文化、宗教などで役割に違いはある？

小S03：**どんなしゅるいの「好き」がある？**

どんなときに「好き」を使う？ / 「好き」ってどういうこと？ / 「好き」にはどんな違いがある？

小S05：**だれかに恋をしないといけない？**

「恋する」ってどういうこと？ / 恋をするとorしないと何が起る？ / 恋をするために必要なことがあるとしたら何？

中高S10：**相手にとって理想の自分を演じるべき？**

どんな「相手」が考えられる？ / 理想の自分ってどういうこと？ / 理想の自分を演じたら何が起る？

中高S15：**誰をどう好きになるか自分でコントロールできる？**

コントロールできるとしたらどんな状況？ / コントロールできたら何が起る？ / 心と体ではコントロールの仕方が変わる？

ソジテツカードセット

人生・性別・性にまつわる
「自分の“これでいいんだ”を見つける」ための哲学対話カードセット



- ・105枚のカード（印刷物・発送）
- ・ファシリテーションガイドブックpdf（44P、購入後ダウンロード）
- ・オンライン用ソジテツpdf（24問、当pdfに該当）
- ・他教材（順次ダウンロード可）

のついたフルセット。

特に、大人を含む少人数の単数-複数グループで哲対話を行いたい方におすすめです。（プランにより40名まで対応可能）
カードにはユニークなイラスト付。体験後にご購入いただけます。

ネットショップへ

