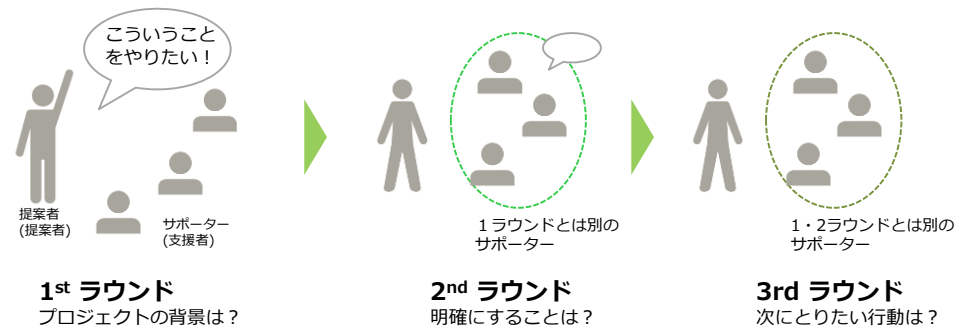


プロアクション・カフェを開催しよう！



プロアクション・カフェとは？

プロアクションカフェとは、誰かの力を借りて「次の一歩」や「具体的なアクション」を生み出したい時に使われる対話法です。参加者はプロジェクト提案者、サポーター（支援者）のどちらかになり、3ラウンド対話を重ね、提案者のプロジェクトを発展させていきます。



どんなときに実施するの？

対話の場やセッションが、拡散→混沌と広がり、個人の中に生まれたアイデアを具現化し、前進させたいときに行います。一般的に場が収束に向かうときに使用される手法です。

どんなプロジェクトを提案すればいい？

他の人の力を借りて、自分が本気で前に進めたいものを提案してもらおうにします。(その人自身のこと(例: どうすればもっと行動的な自分になれるか?) やただ第三者の意見が欲しいだけの比較的簡単なもの(例: XX旅行計画)はNG)

ホストするときのポイントは？

テーマオーナーの主体性をきちんと見極めること、話し合いをするときなるべくテーマにフォーカスして話せるようにすること(プロジェクトの内容説明で終わらないように気をつけましょう。)

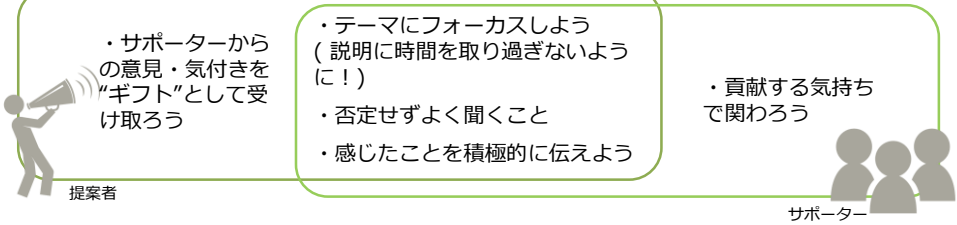
プロアクション・カフェの手順

- 1. 導入 & 提案者を決める**
- 全員で車座になり、流れやタイムラインの説明
 - 問い**を共有し、先着順で提案者を募る
 - グランドルールの共有

- 【1st ラウンド】**
- 提案者に、サポーターが3~4人ついてグループになる
 - 問い「このプロジェクトの背景・想い(なぜ始めようと思ったのか)は何ですか」(What is the quest behind the question?) で対話
 - 終わったら提案者とサポーターは、それぞれ下記を行なう
- 提案者：対話を終えて自分の気付きや気持ちを内省し、書き留める。次のラウンドのサポーターに今のラウンドの内容を共有できるようにまとめる。
- サポーター：気づきや意見、貢献できることなどを付箋に書く(まとめて提案者に渡します)
- 上記をサポーターを毎回入れ替えて3ラウンド行なう。
- 【2ndラウンドの問い】**
「プロジェクトを進めるために、より明確にすべきこと、足りないことは何ですか」(What am I missing?)
- 【3rd ラウンドの問い】**
「次にとりたい行動は何ですか?どんな支援が必要ですか?」(What next step will take? What help do I need?)
- *プロアクションカフェの問いは様々な訳し方があるため、この資料には本来の問い(英語)も合わせて記載しています。

- 3. 成果の共有**
- 再び全員で車座になり、提案者の人が内容の共有や行なうことの宣言などを発表する

グランドルール



ベーシックな問いは「**今みんなの力を借りて、本気で、前進させたいプロジェクトはなんですか?**」です。

必要に応じてアレンジしたり、問いを事前に共有しておくなどの準備をしましょう。

対話は模造紙などを使って自由に行います。(必要に応じて模造紙は提案者が持ち帰ります)

提案者の人はラウンドの間に気づいたこと、覚えておきたいことを書き留めます。

お茶やお菓子などを出し、対話の質がなるべく下がらないようにしましょう