

# グループ・アプローチ研修の実際例

## －教育相談事業をとおして－

教育相談課 教育相談主事 瀬戸 仁己

【要旨】 子どもたちの社会性の育成をめざして、さまざまな実践がなされている。教育センター学びの丘でも、その一環として「グループ・アプローチ」に関する研修講座を実施し、教員が学校現場で実施するための支援を行っている。

本稿では、研修講座と学校に出向き教職員を対象に筆者が実施したグループ・アプローチ研修（教育相談主事等派遣事業）をふり返り、その留意点などを示すことで、学校で教員が実践する際のガイダンスとなることを目指した。

【キーワード】 構成的グループエンカウンター、ラボラトリー方式の体験学習、研修講座、展開例、エクササイズの選択

### 1 はじめに

近年、学校現場に、人間関係をスムーズにしたり、深めたりするためのプログラムを開発し導入する動きが見られる。

かつて地域のコミュニティが機能していた頃、子どもたちは地域の大人や年上の子どもから、コミュニケーションのスキルや知恵を学んでいた。ところが、都市化や少子化の進行に伴い、子どもたちがこれらのスキルや知恵を学ぶ機会は少なくなってきた。相手の思いを適切に受け取ったり、自分の意志をうまく相手に伝えたりする知恵を身につけていないと、仲間とかかわる機会があっても、その場うまく参加することができない。そこで「コミュニケーションの力や知恵の習得」を目的とした様々な人間関係トレーニングが必要となり、学校現場に取り入れられるようになったと考える。

当教育センターにおいても、平成17年度より構成的グループエンカウンターやラボラトリー方式の人間関係トレーニングを取り入れた研修を実施してきた。ただし、構成的グループエンカウンターについては、それ以前に、教職員を対象としたカウンセリングワークショップ（教育相談研修）のなかで取り上げられていた経緯がある。

当教育センターの教育相談研修は、「和歌山方式」と称される教育相談システムを中心に展開してきた。これは、教職員を対象とした来談教育相談、研修講座、教育相談主事等派遣事業（教育相談主事が要請に応

じて、学校での現職教育や事例検討会等に出向く）の3つを柱としており、教職員の実践力の強化や学校の教育活動の支援をおこなう研修形態が特徴としてあげられる。以下に示すグループ・アプローチ研修も研修講座と教育相談主事等派遣事業で実施したものである。

本稿では、筆者が研修講座や学校長の要請で実施した演習をふり返ることで、教職員が学校現場において、児童生徒、保護者等を対象としたグループ・アプローチ演習を実施する際のガイダンスになればと考える。

### 2 グループ・アプローチ研修講座の1例

はじめにも述べたが、本県のグループ・アプローチ研修は構成的グループエンカウンターとラボラトリー方式の体験学習の手法を取り入れながらスタートした。

構成的グループエンカウンターはクライエント中心療法の創始者であるカール・ロジャーズたちが、カウンセラーを養成するために始めたエンカウンターグループをもとに國分らが開発したものである。一方、ラボラトリー方式の体験学習は、社会心理学のグループダイナミクス研究の創始者であるレビンたちが雇用機会均等法遵守をめざすリーダー養成を目的に始められたとされている。つまり、構成的グループエンカウンターはカウンセラー養成という点から治療的な関係指向（共感しあえる体験ができることを大切にしている）で、ラボラト

リー方式の体験学習はリーダー養成という点から体験から学ぶ教育指向（グループ体験から学ぶことを大切にしている）といわれている。

また、ラボラトリー方式の体験学習を経験した参加者から構成的グループエンカウンターとどう違うのかと尋ねられることがあるほど、両者の手法には類似点がある。しかし、「今日では、様々なアプローチが融合しながら広がっていることから、違いにこだわるより目の前の学習者にとって何が大切かを考えながら進めることが大切であるともいわれている」（※1）このことは、研修講座において、児童生徒の人間関係を構築するプログラムとしてこれらのアプローチが選択された理由の1つとしてあげられる。

次に、構成的グループエンカウンターやラボラトリー方式の体験学習で用いられているエクササイズや実習（構成的かラボラ

トリー方式かでエクササイズ・実習と呼び方は異なるが、以下エクササイズに統一して表記する）を活用して実施した研修講座の一例を紹介する。

### （1）受講者

公立小・中学校及び県立学校（市立高等学校を含む。）に勤務する教員（小学校10名、中学校11名、県立学校9名、計30名）

### （2）目的

ラボラトリー方式の体験学習、構成的グループエンカウンター等のグループアプローチに関する演習を通して、学級活動や学校行事等に活用できる集団技法を習得するとともに、児童生徒の心理的な発達を促すための実践的指導力を養う。

### （3）研修の展開例

主な内容・指示	留意点と配慮事項
<p>1 「命令ゲーム」（アイスブレイキング）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>みなさんに私の指示する動作をしてもらいます。ただし、ルールがひとつあります。例えば、右手を挙げてもらうときに、「命令します」とまず初めに言ったときだけ、上げてもらいます。「右手を上げてください」と言った時には、上げてはいけません。</li> </ul> <p>2 「同じ旗の下に集まれ」（グルーピング）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>自分の背中に貼られた同じ国旗の仲間を探して、グループを作りましょう。5種類の国旗があります。ただし、無言で仲間を見つけてください。</li> <li>グループができれば、今の活動で感じたことを話し合ってください。</li> </ul> <p>3 「双六トーク」</p> <p>〔参照：構成的グループエンカウンターミニエクササイズ50選中学校版 図書文化〕</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>スタート地点に各自の駒を置き、サイコロを振る順番を決めてください。</li> <li>順番に従って、サイコロを振ります。出た目の数だけ駒を進め、止まったところに書いてある内容について話してください。</li> <li>ゴールした人から終わりとなります。ただし、残りのマス目にぴったりの目が出ないとゴールできません。何度でも、ゴール近くで往復することになります。</li> <li>今の活動で感じたことや、グループのメンバーの発言を聞いて感じたことなどを話し合ってください。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ルール説明の前に、実際に手を挙げてもらったりしながら緊張をほぐす。</li> <li>男女比が偏らないようグループ分けをする。</li> <li>話し合った内容をインタビューする。</li> <li>言いたくないようなことはパスできる。</li> <li>グループの雰囲気を確認する。</li> <li>話し合った内容をインタビューする。</li> </ul>

<p>4 「まちがい探し」        [参照：たのしいグループワーク 遊戯社]        ・部屋の外に貼ってある絵を見に行ってもらいますが、前半10分間の絵と後半5分間の絵は少し内容が違っています。違いは10個あります。その10個の内、高得点と思われるものをグループで話し合っ7つ決めてもらいます。総合得点の高いチームが勝ちというゲームです。        ・細かな点があるので、ルールや進め方を書いた課題シートとルールシートを配ります。一緒に確認します。        ・ふり返しシートに記入してください。</p> <p>5 「まとめ」        ・全体の活動をふり返ります。</p>	<p>・活動の流れと時間配分を板書する。</p> <p>・話し合った内容をインタビューする。</p>
---	--

(4) エクササイズを選択について

今回の研修講座の目的は、構成的グループエンカウンターやラボラトリー方式の体験学習の演習を通して、グループ・アプローチの実施方法を理解するとともにその有効性を感じてもらおうことであった。

そもそもエンカウンター (encounter) とは、「出会い」という意味である。構成的グループエンカウンターは、人と人が出会い、活動をともしするなかで、自己理解、他者理解、自己受容、他者受容等を図ることが目的である。

今回の受講者は、和歌山県内の公立小・中・高等学校に勤務する教職員30名で、この講座を通じて初めて出会う人が多い。そこで、ねらいを、初めて出会い、ともに活動を進める中で、集団をどのように感じられるようになるか、関係性がどのように深まっていくのかを体験してもらおうこととした。そして、このねらいに合致したエクササイズを選択し、配列した。

関係性を深めていく過程において、他者理解、自己理解、自己受容、他者受容が促進され、信頼関係が構築されていくものと考えられる。

ア 「命令ゲーム」 (アイスブレイキング)

「命令します。右手をあげてください」のように、「右手をあげてください」の前に「命令します」と言った時だけその動作をするよう教示する。受講者

全員がルールを理解したことを確認後、「では、はじめたいと思います。その場に、起立してください」と言う。そうすると、間違えて早速起立する受講者が現れる。起立していない受講者を見て、「では、はじめます」という言葉に惑わされたことに気づき、会場に笑い声が生まれる。このエクササイズは、この後の活動はファシリテーター (指導者) の指示に従って活動すること、そして、あまり窮屈に考えすぎずゲーム的な要素も含んでいることを伝え、受講者の緊張を和らげるのが目的である。これにより、その後の活動を活発にし、メンバーの相互作用を促進するアイスブレイキングとなる。

イ 「同じ旗の下に集まれ」 (グルーピング：出会い)

受講者の背中に、5種類の国旗の中から1枚を貼る。受講者は自分の国旗が何かわからない。他者に教えてもらうのかあるいは教えるのか、積極的に動くのか受動的にふるまうのかなど様々な自己との出会いがある。

また、無言で行うため他者との結びつき方も制限される。それで、孤独感を味わう人もいる。それはちょうど新入学の時期に、友だちがまだできていないときの心理状態を想像させるかもしれない。そのようなときに、他者からの援助を受けることはどういうことなのかを考えるきっかけとなるかもしれない。このエクササイズは、出会いとは言葉を交わす以

前にはじまっているなど「出会い」の意味を考えさせることができる。

ウ 「双六トーク」(自己紹介：相互理解)

双六をしながら、好きな音楽、訪れたい場所など自身の興味、関心のあることながらを紹介するものである。ゲーム的な雰囲気の中、他者に遮られることなく順に自分の趣味・関心・体験を語り聞いてもらう体験を進める。お互いについての理解を深めるとともに、自らの思いを広げていく契機ともなる。このエクササイズは、自己紹介を通して相互理解へと進むエクササイズである。

エ 「まちがい探し」(協力：共同作業)

グループで、部屋の外に貼られた絵を順に1名ずつ見に行き10分間で覚える。次に、その絵とは10カ所のちがいのある絵を貼る。これを、前半とは異なるメンバーが見に行き、まちがいを見つける。

このエクササイズは、作戦タイムから始まる。誰が絵を見に行くのか、前半にするのか後半にするのか、見てきた絵を誰が描くのかと、お互いの意見を出し合いまとめていく作業をおこなう。作戦タイムの後、10カ所のちがいを見つけるという目的に向かって、グループ一丸となって作業をする。

活動する時に、自分がどのようにふるまうのかをふりかえることで自己理解が深まる。例えば、話し合いの中で、自分は意見を言う側なのかそれとも聞く側なのか、話をまとめるのかそれともその話ののっていきのかなど日常では意識しない自分の行動パターンが見えることも多い。しかし、このエクササイズは、自己理解を深めるよりは相互理解をしながらまちがいを10個見つけるという目的に向

かって、メンバーが協力していくエクササイズである。

以上のように、受講者に、はじめて出会い、ともに活動することをとおして、関係が深まる過程を体験してもらうためにエクササイズを選択し、配列した。

人と人がはじめて出会う場面では、言葉を交わす以前に、まず相手がどのような人物であるか想像する。次に、あいさつなどを交わしながら相手をより正確に理解することに努める。ある程度、相手のことがつかめると、より活発なコミュニケーションが図られるようになるという過程を経る。

上記の研修では、まず、言葉を使わず活動する「同じ旗の下に集まれ」を取り入れた。言葉を使わないことで、受講者は、それぞれの感情に一層意識を向ける。それにより、今までとは違う「出会い」を体験することになる。次に、双六をしながら、それぞれの興味・関心のあることなどを順に語り、徐々に相互理解を深める。最後に、協力することをねらいとしたエクササイズを選択することで、グループとしてのまとまりを感じる。このようにエクササイズを選択・配列し、それぞれについてふり返ることで自己や他者について理解を深めることができた。同時にメンバー間の関係が短時間に深まる過程を実感し、人間関係づくりにグループ・アプローチが有効であることを理解してもらえたと考える。

#### (5) エクササイズの進め方について

4つのエクササイズは、それぞれ次のように進めた。

ア インストラクション(教示)

実施するエクササイズのねらい、やり方、留意点、時間を説明する。

イ エクササイズ

各グループを回りながらルールが守られているか、グループのメンバーが活動にスムーズに入れているかなどをみるとともに、必要に応じて支援をおこなう。

ウ シェアリング(ふり返り)

活動を通じて、各自が気づいたことや意見交流がグループでどのように進められているか、どのような内容が話されているかなどの把握する。必要に応じて支援をおこなう。

エ まとめ

グループで話し合った内容を発表やインタビュー形式などでコメントを入れながらまとめる。

このような流れに沿って各エクササイズを進めた。この進め方は、構成的グループエンカウンターとラボラトリー方式の体験学習の両方とも、ほぼ同じである。

エクササイズを進める上で、特に重要な点は、何のためにするのかという意味づけをはっきりとインストラクションすることである。それにより、興味・関心をもって積極的（開放的）にエクササイズに取り組むことができる。また、活動の目標を明確にすることで、より焦点化した気づきにつながる。これにより、シェアリングの際に、自分や他者への気づきを広げることができる考える。

たとえば、「双六トーク」を始めるときに、「これからの活動は、グループで行っていきます。しかし、みなさんのなかには、今日、はじめてお目にかかるという方がたくさんおられると思います。グループで活動を進めていく上で、お互いのことをある程度知っておくと活動がスムーズに進みます。この方は、話を進めるのがうまい。あるいは絵を描くのがうまいとか知っておくと活動がスムーズに進んでいきます。そのために、お互いについて、知っていただく必要があります。それぞれ自己紹介していただくという方法もありますが、双六をしながらそのマス目に書かれたことについて、話すという方法で、お互い知り合っていただ

ければと思います。お互い知り合っていくということは、どういうことなのかのを感じながら双六を楽しんでください」とインストラクションする。このことで、双六のマス目にかかれた項目について話す時、心の動きにも目を向けやすくなる。そして、シェアリングの時に、「順に発表する中で、どのようなことを感じましたか」あるいは、「双六をはじめた最初と最後では気持ちに変化がありましたか」などと問いかけ、話し合ってもらったり、ふり返りシートに記入してもらったりした。

このように、活動の目標を明確にインストラクションすることで、シェアリング時に焦点化した気づき、自己や他者への深い理解を生むことにつながると考える。

「同じ旗の下」では「出会う」ということについて、「まちがい探し」では「協力する」ということについて、インストラクションし、シェアリングをするという流れで進めた。

この流れが、体験を通じて得た気づきを生かし、ねらいや目標を達成するための学習形態の特徴のひとつであるといえる。

## （6）受講者のアンケートから

（自由記述）

◇双六をつかった自己紹介は、初対面の人に自分の内面を話すのに少し抵抗があった。まちがい探しではチームで一緒に見に行くことができたので安心感があった。抵抗感を感じたり、安心感を感じたりするこの心の動きを感じるのが大切だと思った。

◇全く知らないメンバーの中で、「活動」を通してお互いを知り協力していくことができたので楽しかった。新しいクラスでの生徒の気持ちがよく分かった。

◇高校に入学してすぐの生徒たちにそのまま活用できる内容であった。来年度の宿泊研修に取り入れてみたい。

◇グループ分けや自己紹介、まちがい探し等、実際に自分で体験してみてイメージが湧いてきました。

◇グループアプローチの具体的な取組とポイントを教えていただけたので良かった。大人でも夢中で楽しめる活動であったので子どもたちも喜ぶのではないかと思います。子どもたちの相互理解に役立てたいと思います。

◇グループ分けからはじまり、いろいろな手法を学ぶことができました。実際、自分が活用できるかなと考えるとまだ少し不安が残ります。難しく考えず、子どもたちと一緒にやってもいいなと思います。

◇グループ分けや双六を利用した自己紹介、まちがい探しなど楽しく（？）することができました。活動を通して、仲間意識を持つことができたと思います。日々の学習にも取り入れたいと思いました。

◇子ども同士のコミュニケーションが少なくなっているように感じるので、今回のような話し合いを楽しくできるような活動を授業に取り入れていければと思います。

◇双六ゲームやまちがい探しをすることで互いの交流を深めることができ、良かった。学級で役立てていきたい。また、活動をふり返ることの大切さも分かった。

◇互いのことを知り合う中で、自分のことを話すことへのためらいと理解を得られたときの安心を味わうことができた。また、他者において、見た目と違う内面についても少しわかり、コミュニケーションによりお互いに深く知ることができることを強く感じた。

◇グループアプローチの話が演習をすることでより理解することができました。まちがい探しでは、ひとつのことをみんなで行っている一体感が感じられました。何らかの形で是非活用してみたいと思いました。

◇国旗をつかったグループ分け、双六をつかった自己紹介は導入として有効だと感じました。まちがい探しについてもゲーム性が高く生徒の関心を高めるいい教材だと思いました。また、ふり返りシートで項目を示して考えさせることで、自己理解や関係づくりができると思いました。

◇体験すると、実際に生徒とするときの構想を練りやすかった。

◇双六ゲームなど楽しくできるため、早く順番が回ってこないかなと思い、積極的に自分のことを話していた。子どもたちもこのような内容であれば、積極的に参加するように思います。

### 3 教育相談主事等派遣事業の1例

次に、教育相談主事が、学校長の要請で学校に出向きグループ・アプローチ研修を実施した例を示す。学校での研修には、教育相談主事が教職員を対象に実施する場合と児童生徒を対象に実施し教職員が参観する形態がある。以下、教職員を対象に実施した研修例を提示する。

#### (2) 目的

- ・グループ・アプローチの手法を理解するとともに、グループワークを行うための、基礎的な知識を身につける。
- ・実習を通して、他者との関係の中で起こるプロセス（自分や他者の動き、コミュニケーション、意思決定、リーダーシップなど）に気づく。

#### (1) 対象

中学校教職員15名

#### (3) 研修の展開例

主な内容・指示	留意点と配慮事項
1 「何番目にする」 (導入) ・ 5人で順番にみんなの前でスピーチしなけりばならなくなつた場合、あなたは、何番目を選ぶか考へて下さい。 ・ 1番を選んだ人から順に5番を選んだ人まで、手を上げてもらいます。誰が、どの番号を選んでいたかを確認してください。 ・ 1番を選んだ人から、なぜその順番を選んだのか発表してもらいます。	・ 誰が何番を選ぶのかも少し考へておいてもらおう。  ・ 判断基準は人それぞれ違ひがあることを確認する。 ・ グループの雰囲気を確認。
2 グループ分け ・ 男性と女性の人数が偏らないように、5人一組のグループに分かれて、お互いがよく見えるように机を囲んで座ってください。	
3 「クルーザー物語」 (相互理解)	

<p>[参照：人間関係づくりトレーニング 金子書房]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・この物語には、5人の登場人物が出てきます。これらの人物を好感の持てる順に、1, 2～5と番号を付けてください。誰とも相談することなく、まずはひとりで付けてください。</li> <li>・グループで順番をお互いに発表してください。</li> <li>・グループで話し合っ、グループとしての順位付けをしてください。</li> <li>・グループごとに発表してもらいます。順番を決めるときに、どの順位で難しかったとか、その理由なども少し触れながら発表してください。</li> <li>・ふりかえりシートに記入する。</li> </ul> <p>4 まとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループで話し合った内容をインタビュー形式で発表してもらいコメントを入れながらまとめる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・必ず1～5の順位をつける。</li> <li>・相談しないように念を押す。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・話し合った内容をインタビューする。</li> </ul>
---	--

#### (4) エクササイズの実施について

児童生徒の人間関係づくりを進めるために、グループ・アプローチの手法を取り入れたいと考えているが、どのようなものであるのかを体験を通して研修を深めたい、という派遣依頼を学校長より受けることがある。今回の展開例もそのような依頼を受け実施したものである。

研修講座の場合、異なる学校に勤務する者が講座を機にまさに出会うという場面が設定される。しかし、学校で実施する場合、対象者は日頃活動をともにする教職員である。この場合、どのような出会いを設定するかが、グループ・アプローチ研修の効果に大きく影響する。

エンカウンターグループを実施する際、グループを性、職業、年齢、地域など異質なメンバーで構成するのが原則であると言われている。これは、異質であることで、価値観などの相違が顕著になり、メンバー間の相互作用が起こりやすくなるためとされている。

教職員集団として活動をともにする場合、同一の目標に向かって協力することが求められる。したがって、学校には「他のメンバーと同じであること」が求められる雰囲気がある。今回は、メンバーの相互作用を促進するために「他のメンバーと異なる」体験ができるエクササイズを選択した。

##### ア 「何番目にする」 (導入)

5人で順番にスピーチしなければならなくなった場合に、1番から5番のうち

で何番目を選ぶかということを考えてもらう。

次に、選んだ番号を確認した後、なぜ、その順番を選んだかについて発表してもらう。順番を選ぶ場合、なぜその順番を選んだかという判断基準(価値観)があると確認することで、次のエクササイズへの導入とする。

##### イ 「クルーザー物語」 (相互理解)

突然の暴風雨に見舞われた2艇のクルーザーが無人島に避難する。1艇には、若い女性とそのフィアンセ、もう1艇にはヨットマンと老人が乗っていた。フィアンセが高熱にうなされ、今すぐにでも医者のところまで連れて行かなければならない。そんな時、ヨットマンが思いもよらない条件付きの提案をする。困り果てた若い女性は、老人に相談するが、自分の心に問いかけて自分で決めるのがいいと言われる。悩み苦しんだ末、その条件を受け入れ無事医者のところまで暴風雨の中、ヨットマンに連れて行ってもらった。医者の懸命な治療で無事フィアンセは回復する。ことの成り行きをフィアンセに伝えるべきか若い女性は迷ったが、伝えることにした。それを聞いたフィアンセは怒り狂い、彼女を追い払ってしまう。呆然と浜辺に立つ若い女性のところに、医者がやって来る。彼女から事情を聞いた医者は、フィアンセへの説明を約束しながら彼女の肩に手をかけるという内容である。

この話に登場する5人の人物について、

それぞれの判断基準にしたがって好感が持てる順に1番から5番まで順位をつけてもらい発表し合う。

次に、グループとしての順位を決めてもらう。この時に、多数決によらず、納得がいくまでよく話し合っただけで結論を出してもらおう。最後に、各グループの順位を発表してもらおう。

このエクササイズの中で、それぞれのメンバーがつけた順位やその理由などを聴く中で、価値観の相違を気づくことができる。また、グループとしての順位を決める過程で、価値観が違うメンバーが、それぞれ自分の考えや理由を率直に話したり聴いたりしながら、相互理解や意思決定とはどういうことなのかに気づくことができる。先に述べた、「他のメンバーと異なる」ことに会う体験である。

教職員は、職員会議で教科指導や生徒指導について話し合う。議題に上がる事案は現実問題であり、いろいろな問題が絡み合い思い切った意見を述べることで

難しいことが多い。しかし、このエクササイズで登場人物の誰を何番にしようが、現実問題に影響がでることはない。だから、グループのメンバーは思いきって自分の考えを述べることができ、普段あまり表明されなかった内容が語られることもある。このことにより、また新たな自己や他者と出会うことができると考えた。

グループ・アプローチのエクササイズには、日常と少し離れた内容の活動が含まれることが多い。それにより活動が促進され、より多くの気づきを得るという仕掛けがある。今回の「クルーザー物語」にもこの仕掛けがあり、普段とは違う活発な自己開示がなされた。参加した教職員にグループ・アプローチの有効性を実感してもらうのに適していると考え、このエクササイズを選択し実施した。

#### (5) 教職員のアンケートから

(自由記述)

◇人それぞれの考え方が違うことがわかった。自分の思いを言える時と遠慮して言えないときがあった。共通理解を図るには、話し合うことだった。人の意見を聞くことで、自分の考えに変化が見られる部分もあった。

◇前に聞いたことがある話であったが、これほど議論したのは初めてで、人の話を聞くことの大切さや、それぞれの意見にはそれなりの根拠があることが実感できた。

◇人によって登場人物のとらえ方が違うのがおもしろかった。経験が人に与える影響が大きいことにびっくりした。

◇内容は刺激的な話であった。しかし、またそれ故に話が盛り上がるのであろう。

◇私たち職員でやってみてもいろいろ意見が出て、とても楽しく過ごせる。言いたい放題言えたのが印象的であった。

◇一人ひとりの考え方、ものの見方の違いがあり、おもしろいなと思った。グループでまとめていく中でも、個々の意見があって想像力が豊かになり楽しい時間だった。

◇生活環境、年齢、性別等々により考え方に違いがあり、一人ひとりの意見（考え方）が発表でき有意義なひとときを過ごせました。

◇自分の価値観と他の人の価値観の違いに気づいた。また、人の考えを聞きながら「そういう考え方もあるんだな」と自分の視野を広げることができたように思います。

#### 4 グループ・アプローチを学校で進める上で

ここまで、研修講座や学校での教職員対象のグループ・アプローチ研修の展開例について述べてきた。これまでも触れたことだが、構成的グループエンカウンターやラボラトリー方式の体験学習を進める上で、筆者は「出会い」の演出を大切にしてきた。

エンカウンターとは、「出会い」という意味であり、ラボラトリーとは「自分が自分のことをいろいろ試してみる（実験してみる）場」という意味である。グループ・アプローチとは、エクササイズのなかで、参加者が活動をともしることによって、自分自身のことや他者のこと、あるいはグループ全体のありようなどについて、新たな気づき

(出会い) や再発見をまさにその活動を通して実感する学習である。アンケートに「人それぞれの考え方が違うことがわかった」「人の話を聞くことの大切さや、それぞれの意見にはそれなりの根拠があることが実感できた」という記述がある。この記述内容は、エクササイズをする以前から知的に理解していたことであろう。しかし、このエクササイズを通して、参加者は、いわば知的な理解から自身の実感をともなった新鮮な気づきとなっている。これが、グループ・アプローチでいう「出会い」である。國分は「感情を伴った気づきこそ真の認識である」(※2)とこの出会いの意味を述べている。

このような出会いをいつ、どのように演出していくかが、グループ・アプローチを進める上でのポイントになると考える。

エクササイズには、演出がすでに含まれている。「クルーザー物語」では、現実でない暴風雨に見舞われた5人の登場人物という場面設定(演出)が含まれている。この現実と離れた場面設定は、いわば遊び的な要素をもたらすこととなる。遊びは、人びとの表現を喚起し、さまざまな気づきを生むのである。心理療法において、遊戯療法や箱庭などがもちいられるのも、現実とは違った場面設定がもたらす演出といえるのではないだろうか。そして、この演出のなかで、自己理解や他者理解等々が深まるのである。

次に、そのような演出を含んだエクササイズを(1)どのように選択し、(2)いつ、どれぐらい実施するかについて述べてみたい。

### (1) エクササイズを選択

グループ・アプローチのエクササイズには、自己理解、他者理解、信頼体験等々のねらいが設定されている。エクササイズを実施する対象や時期により、実施する側の目的に合致したものを選択するのは当然のことである。

このとき、エクササイズを行うグループの人間関係を考慮する必要がある。人間関係ができていないときには、抵抗感も多く自己開示がなされにくい。したがって、お互いをよく知り、認め合うエクササイズを実施して受容的な人間関係を作り、その上に自己理解や他者理解などを深めるエクササイズを、次に、自己や

集団を高めるエクササイズを選択していくことになる。先に提示したグループ・アプローチ研修講座の展開例は、この流れを意識して実施したものである。

学校現場で実施する場合、中高生では自己意識が強くなり自己開示が難しくなる時期がある。このような時、ゲーム性の高いものからスタートし徐々により深い内容に進んでいくなど配置の工夫が必要となるが、基本的には、受容的な人間関係を作った上で深い内容のエクササイズを選んでいくことになる。また、ラボラトリー方式の体験学習には、情報カードなどを使って活動をより具体的なものにし、容易に表現することができるエクササイズも多い。このことから、ラボラトリー方式の体験学習からはじめ、徐々に構成的グループエンカウンターを取り入れるといった方法もある。

### (2) エクササイズをいつ、どれぐらい実施するか

構成的グループエンカウンターやラボラトリー方式の体験学習は、受容的な関係の中で進められることで、活動や表現が促進されより多くの気づきや学びが得られると述べた。そのためには、いかに受容的な関係を作るかが大切になってくる。人は、お互いのことをよく知らないとき、まず、相手のことを理解しようと努める。相手のことがある程度つかめるまでは、思い切った発言や行動は控えられるものである。言い換えれば、それは受容的・肯定的な一面を持ったときと言えるかもしれない。学校で言えば年度当初の早い時期にあたり、その時期に出会いのエクササイズなどで受容的・肯定的な学級集団づくりを始めるのが効果的であると考えられる。そして、受容的・肯定的な学級集団が築かれるにつれて、自己理解や他者理解を深め、さらに自己や集団を高めるエクササイズを進めていく。つまり集団の成長に沿ってエクササイズを選択し進めていくことが必要なのである。

例えば、1学期は受容的・肯定的な関係づくりを、2学期は、自己や他者への理解や肯定感を高めていくことを目標にする。そして、3学期は、自己理解や他者理解にもとづいて、自己や集団を生かす方向を考えていくというように年間を通じて計画的に実施することが効果的で

ある。

先に、これらのグループ・アプローチは出会いのときに実施することが効果的であると述べた。この出会いは、人と人が出会うことだけではない。中学校や高校などで進路選択ということにはじめて出会う。あるいは、宿泊行事などいつもの学校生活とは異なる行事との出会いがある。このような出会いの時に、集団の成長の度合いによって、エクササイズを選択し実施することもできる。年間を通じた実施はより効果的であると言えるが、たとえ1回であっても、子どもたちにとってそれまでとは違う出会い（気づき）ができれば、それ以降の生活に意味あるものとなるであろうと考える。

## 5 おわりに

筆者は、研修講座や学校に出向き構成的グループエンカウンターやラボラトリー方式の体験学習を教職員対象に実施してきた。事後のアンケートでは、「子ども同士のコミュニケーションが少なくなっているように感じるので、今回のような話し合いを楽しくできるような活動を授業に取り入れていければと思います」など、これらのグループ・アプローチが、子どもたちの人間関係づくりに有効であるとの意見が多数寄せられている。事実、これらのアプローチに関する調査研究においても、質問紙や参加者の自由回答から有効性が多数論じられているのは周知のとおりである。

しかし、実際に学校で実施してみると、児童生徒にやる気がなかつたり、ルールを無視したりとエクササイズに対して抵抗を示し活動がスムーズに行われない場合がある。このことについては、指導者側の問題であるとは一概に言えない。教科学習において、効果的と思われる教授方法が一部の児童生徒にうまく機能せず別の教授法を使うことがあるのと同様である。グループ・アプローチの中には、構成的グループエンカウンターやラボラトリー方式の体験学習の他に様々なアプローチがある。そして、構成的グループエンカウンターは、共感しあえる体験を大切にしているという特徴があるように、それぞれのアプローチはそれぞれの特色を持っている。児童生徒の実態に応じて、様々なアプローチを取り入れながら児童生徒の人間関係づくりを進めてい

くことが今後の課題のひとつである。

参加者の多くが「グループ・アプローチについて、講義だけではなく演習をすることでより理解が深まりました」などと体験を通して実施方法を身につける必要性について感想を述べている。このことから演習による新しいアプローチを取り入れた研修を充実させていく必要性を再確認した。

### <引用文献>

- ※1 南山大学教育推進G P 『教え学び支え合う教育現場間の連携づくりーラボラトリー方式の体験学習を核とした2つの連携プロジェクトー中間報告書ファシリテーターガイドブック』南山大学教育推進G P (2008)
- ※2 國分康孝監修『エンカウンターで学級が変わる Part3中学校編』明治図書(2006)

### <参考文献>

- ・古澤克彦『構成的グループエンカウンターミニエクササイズ50選中学校版』明治図書(2001)
- ・國分康孝監修『エンカウンターで学級が変わる高等学校編』図書文化(2002)
- ・星野欣生『人間関係づくりトレーニング』金子書房(2003)
- ・大阪グループワーク研究会『たのしいグループワーク』遊戯社(2004)
- ・愛知県総合教育センター相談部教育相談研究室「予防開発的教育相談の推進に関する研究ー行事をいかすグループ・アプローチの取組を中心としてー研究実践報告書・エクササイズ集」平成16年度教育研究調査事業(2004)
- ・戸田まり「学校で実施する社会性および人間関係の学習プログラム」北海道教育大学『北海道教育大学紀要教育科学編 第57巻第1号』pp. 123-133(2006)
- ・津村俊充 南山大学教員養成G P代表『豊かで潤いのある学びを育むためにーラボラトリー方式の体験学習を通じた豊かな人間関係構築を目指してー』南山大学教育推進G P (2007)
- ・南山大学教育推進G P 『教え学び支え合う教育現場の連携づくりーラボラトリー方式の体験学習を核とした2つの連携プロジェクトー中間報告書ファシリテーターガイドブック』南山大学教育推進G P (2008)