

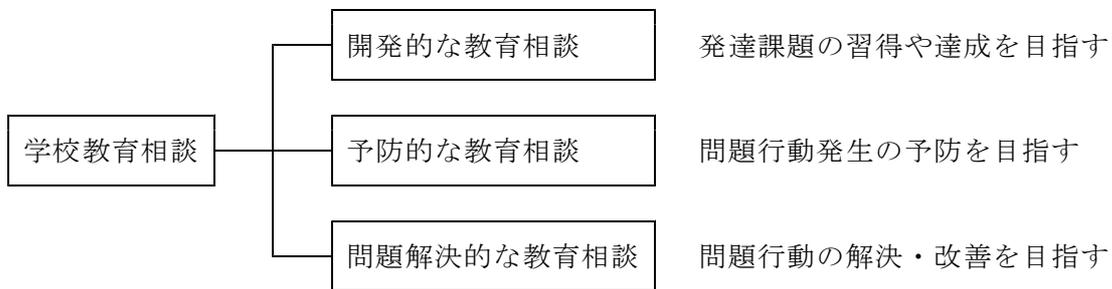
実施過程	実施内容・要点	時間 60分	プレゼン 進行者の主な指示例・発問例	*留意点 【 】内は使用する資料名
はじめに	<p>◎本校内研修の概略説明 ○ウォーミングアップ</p> <p>1 ねらいの確認 (1) 人間関係づくりを行う意義を理解する (2) 人間関係づくりを体験的に理解する</p>	5	<p>1 [説明] 今日「教育相談の手法を生かした学級の人間関係づくり」について研修します。 (指示) 研修の前にウォーミングアップをしましょう。「この色なーんだ！」です。私がこれからある色を言います。その色から連想するものを10秒でイメージしてください。10秒後に隣の人と何をイメージしたか伝え合ってください。では、始めます。「赤」。10秒たったので、何をイメージしたか隣の人と伝え合ってください。(約1分後)では、次の色からまた連想してみてください。「紫色」。10秒たったので隣の人と伝え合ってください。(約1分後)同じ色でも、先生方によっていろいろな連想をしておもしろかったですね。</p> <p>2 [説明] それでは研修に入っていきます。今日のねらいを確認します。今日のねらいは「開発的・予防的な教育相談の機能を生かし、学級の人間関係づくりを行う意義を理解する」「構成的グループエンカウターの演習を通して、教育相談の手法を用いた良好な人間関係づくりを体験的に理解する」の2つです。</p>	<p>*席は自由 *ミニエクササイズを通して自由に意見を言い合える雰囲気をつくる。</p> <p>【テキスト資料】 *学校の実態と関連づけて、本校内研修のねらいを説明する。(例:「人間関係が固定化しているのを解消したい」「人付き合いが苦手な子が多いので意図的に関わらせたい」等)</p>
I 説明	<p>2 学校教育相談の3つの機能の説明 ・学校教育相談 — 開発的な教育相談 - 予防的な教育相談 - 問題解決的な教育相談</p> <p>3 開発的・予防的な教育相談の大切さの説明 社会・環境の変化 ↓ (1) 自己肯定感の低さ、人とかかわる技能・社会性の未熟さ →問題発生、時間と労力の浪費 ↓ (2) 生活集団が機能しない状況 →個が育たない、学習が成立しにくい</p> <p>4 開発的・予防的な教育相談の手法と効果の説明 ・構成的グループエンカウンター・プロジェクトアドベンチャー ・ソーシャルスキルトレーニング・アサーショントレーニング ・ストレスマネジメント・アンガーマネジメント</p>	5	<p>3 [説明] 学校教育相談は、生徒が発達段階で習得すべき課題、例えば、積極性や勤勉性、集団生活への適応などの習得や達成を目指す「開発的な教育相談」、問題行動の予防を目指す「予防的な教育相談」、問題行動の解決・改善を目指す「問題解決的な教育相談」の3つに分けられます。問題解決的な教育相談だけでなく、開発的な教育相談、予防的な教育相談の側面に注目することが大切です。</p> <p>4 [説明] 昨今、少子化・核家族化、子どもの生活時間や遊びの空間、仲間の変化などにより、生徒には「自己肯定感の低さ、人とかかわる技能・社会性の未熟さ」などの傾向がみられます。また、それらの傾向は、いじめや非行の低年齢化など様々な問題行動につながっています。そして、その対応には多くの時間や労力を割かなければならない状況にあります。また、日本の学級集団は生活集団と学習集団の2つの側面を持っていますが、学級はかつてのように学級を組織・編成すれば生活集団として機能する状況ではありません。生活集団が機能しない状況が続くと、個が育ちません。また、学習が成立しにくくなることもあり、学力の向上も期待できないということにもつながっています。このように、問題の背景や学校の現状を考えると、問題が起こってから対応するのではなく、開発的・予防的な視点をもってすべての生徒や学級集団を育てていくことがとても重要になっているのです。(だから開発的・予防的な教育相談の理論と手法を生かして個や集団を育てていくことが大切なのです)</p> <p>5 [説明] 開発的・予防的な教育相談の手法は「構成的グループエンカウンター・プロジェクトアドベンチャー・ソーシャルスキルトレーニング・アサーショントレーニング・ストレスマネジメント・アンガーマネジメント」などがあり、それぞれの目的、効果があります。どれも望ましい人間関係などを形成するものとして役立つものです。今日は、この中のあたたかな人間関係を体験できる「構成的グループエンカウンター」を具体的に研修していきましょう。</p>	<p>【テキスト資料・参考資料】 *問題解決的な教育相談だけではなく、開発的・予防的な教育相談の側面にも注目させるため、次の説明でその重要性を強調する。</p> <p>*生徒の実態を例として挙げながら、生徒の傾向や対応の困難さを想起できるようにし、進行者の思いや研修の意図が伝わるようにしたい。 *日本の学級集団の特殊性、生活集団と学習効果の関わりについてふれる。</p> <p>*個人と集団の視点から人間関係づくりを行う必要性につなげて説明する。</p> <p>*ここでは活動名のみ紹介する。</p>
II 演習	<p>5 構成的グループエンカウンターについての説明 (1) 構成的グループエンカウンターとは 「構成的」→教師が、実施するエクササイズ、時間参加人数など約束事を決めて行うこと 「エンカウンター」→心と心のふれあい、本音と本音の交流 ⇒「自己開示」を大切にす</p> <p>(2) ねらい・目的 ・自己理解・他者理解・自己受容・自己主張・信頼体験・感受性の促進</p> <p>(3) 進め方 ・導入→ウォーミングアップ→インストラクション→エクササイズ→シェアリング(振り返り) ⇒人間関係の体験+振り返り =思考・感情・行動の修正・拡大</p> <p>(4) ルール・留意点 ①知ったことは他では話さない ②話したくないことは無理しなくてもよい ③参加したくないときは参加しなくてもよい ④実施は、教師の指示が通る学級であることが前提 ⑤エクササイズをうまくやらせようとしな ⑥悪ふざけしないで素直にフィードバックしあう ⑦心的ダメージを受けた生徒へのアフターケア</p> <p>6 構成的グループエンカウターの演習 (1) あなたは名探偵 (2) サイコロトーク (3) ○○○の言葉</p>	5	<p>6 [説明] 構成的グループエンカウンターとは、教師が、実施するエクササイズや時間、参加人数、その他約束事を決めて行い、集団場面での本音と本音の交流活動を通して、あたたかな裏腹のない人間関係を体験するものです。そのため、自分の気持ちや考えなどを自己開示したり、ありのままに話したりすることを大切にします。</p> <p>7 [説明] ねらいとしては、自己理解・他者理解・自己受容・自己主張・信頼体験・感受性の促進の6つがあげられ、最終的に、行動の変容と人間的な成長を目指します。</p> <p>8 [説明] 構成的グループエンカウンターは、まず導入からスタートし、ウォーミングアップ→インストラクション→エクササイズを行い、最後にはシェアリング(振り返り)を行います。導入では、事前に生徒に簡単な内容の伝達をし、ウォーミングアップを行います。インストラクションでは、エクササイズの目的・内容を説明し、その後、エクササイズを実施します。そしてシェアリングを必ず行い、エクササイズを通して感じたこと・気付いたことを分かち合います。エクササイズを通して人間関係を体験し、シェアリングを通して体験を振り返ることによって、自分の思考・感情・行動を修正したり広げたりしていくということです。</p> <p>9 [説明] 構成的グループエンカウターのルールと留意点について説明します。ルールには、エクササイズやシェアリングを通して知ったことは他では話さない、どうしても話したくないことは無理に話さなくてもよい、どうしても参加したくないときは参加しなくてもよいなどがあります。留意点には、教師の指示が通る学級で実施する、エクササイズをうまくやらせようとしな、悪ふざけしないで互いに素直にフィードバックしあうよう促す、心的ダメージを受けた生徒へのフォロー、アフターケアを怠らないなどがあります。なお、ルールや実施上の留意点の詳細については、参考資料の2～3ページを見てください。</p> <p>10 (指示) これから実際に構成的グループエンカウターを体験していきましょう。 ↓ 8 (以下、演習進行案を参照) (スライド8を提示しておく、進め方を確認しながら演習できる)</p>	<p>【テキスト資料・参考資料】</p> <p>*ウォーミングアップを例に話すとよい。</p> <p>*エクササイズはゲームではないことを強調しシェアリングを必ず行うことを確認する。 *ワンネス→ウイネス→アイネスの順の構成がよいこともふれる。</p> <p>【演習進行案】</p>
III まとめ	<p>◎ 活動の振り返り</p> <p>◎ 進行者のまとめ 構成的グループエンカウンターなどの(開発的・予防的)な教育相談の手法を活用 + 人間関係の(体験)と(振り返り)の実施、積み重ね ↓ 好ましい人間関係が醸成 個の成長、集団の高まり</p>	5	<p>《発問》今日の演習はいかがだったでしょうか。演習全体を通しての感想を発表してください。発表の感想にあったように、つながりを感じたり、相手や自分のことを理解できたなどという感じを他の先生方ももたれたでしょうか。生徒もこのような体験ができるといいですね。</p> <p>11 (指示) 今日のまとめです。テキストのまとめの()に今日のキーワードを入れて確認してください。(1分程度時間を取る)</p> <p>[説明] 現代の子どもは社会・環境の変化の中、様々な問題を抱えています。このような状況の中、今回の構成的グループエンカウンターに代表される開発的・予防的な教育相談の手法を活用し、(先生方が実感されたように)自分の思考や感情・行動を修正・拡大していけるような人間関係を体験することができれば、生徒の自己肯定感が高められたり、人と関わる技能、社会性が育成されることが期待されます。ぜひ、積極的に開発的・予防的な取り組みをし、生徒を、集団を育てていきましょう。</p> <p>(称賛) 今日は、先生方の熱心な取り組みがたいへん印象に残りました。ありがとうございました。</p>	<p>*数名に研修の感想を自由に発表してもらおう。</p> <p>【テキスト資料】 *先生方の実感を通して、開発的・予防的な教育相談の手法による人間関係づくりが有効であることをまとめていく。</p>

「学級の人間関係づくり—構成的グループエンカウンター—」

1 研修のねらい

- (1) 開発的・予防的な教育相談の機能を生かして学級の人間関係づくりを行う意義を理解する。
- (2) 構成的グループエンカウターの演習を通して、教育相談的手法を用いた良好な人間関係づくりを体験的に理解する。

2 学校教育相談の3つの機能



3 今なぜ、開発的・予防的な教育相談が大切なのか？

- (1) 自己肯定感の低さ、人と関わる技能・社会性の未熟さ
→問題の発生、対応に多くの時間と労力
- (2) 生活集団が機能しない状況
→個が育たない、学習が成立しにくい

4 開発的・予防的な教育相談的手法と効果

活動名	目的
構成的グループエンカウンター	集団場面での本音と本音の交流活動を通して、あたたかな、裏腹のない人間関係を体験する。
プロジェクトアドベンチャー	グループ活動を通して、チームワーク、自己・他者への気付きを深め、信頼関係を構築する。
ソーシャルスキルトレーニング	様々な場面を想定した体験を通して、良好な人間関係づくりを保つための知識・技術・コツを身につける。
アサーショントレーニング	様々な場面を想定した体験を通して、自分も相手も大切にしたい自己表現を身につける。
ストレスマネジメント	ストレスを軽減し、心身の健康を保ち、各人の本来の能力を十分に発揮できるようにする。
アンガーマネジメント	自分の怒りに対する理解を深め、適切な表現方法を身につけることで、衝動的な行動を予防する。

5 構成的グループエンカウンター

(1) 構成的グループエンカウンターとは

「構成的」とは、リーダー（教師）が、実施するエクササイズ、時間、参加人数、その他約束事を決めて行うということ。

「エンカウンター」とは、『心と心のふれあい』であり、『本音と本音の交流』である。



構成的グループエンカウンターが最も大切にすることは、「自己開示」

(2) ねらい・目的

- ① 自己理解：自分の気持ちや本音に気付く
- ② 他者理解：他者の気持ちを知り受け入れる
- ③ 自己受容：自分の気持ちや本音を受け入れる
- ④ 自己主張：自分の気持ちや考えを主張する
- ⑤ 信頼体験：信頼にかかわる葛藤や責任を味わう
- ⑥ 感受性の促進：他者の気持ちを感じ取ったり、自分の思いの伝わり方を知る

(3) 進め方

導入→ウォーミングアップ→インストラクション→エクササイズ→シェアリング（振り返り）

※ 人間関係の体験 + 振り返り = 思考・感情・行動の修正・拡大

(4) ルール・留意点

- ① 参加できない、話せない生徒に対しては、強制しない
- ② 実施については、教師の指示が通る学級であることが前提である
- ③ エクササイズをうまくやらせようとしない
- ④ 悪ふざけしないで素直にフィードバックしあう
- ⑤ 心的ダメージを受けた生徒へのアフターケアを行う

6 構成的グループエンカウターの演習

- (1) あなたは名探偵
- (2) サイコロトーキング
- (3) ○○○の言葉

7 まとめ

<p>構成的グループエンカウンターなどの （ 開発的 ・ 予防的 ）な教育相談の手法を活用 + 人間関係の（ 体験 ）と（ 振り返り ）を積み重ねることで ↓ ○ 個 の 成長（自己肯定感、人とかかわる技能・社会性の高まり） ○ 集団の高まり（親和感に満ちた生活集団→学習集団として機能） ※ 教師と生徒の信頼関係及び生徒理解の深まり</p>

学級の間人間関係づくり—構成的グループエンカウンター—

構成的グループエンカウンター

(structured group encounter ; 略称SGE)

1 構成的グループエンカウンターとは

(1) 「構成的」とは

リーダー（教師）が、実施するエクササイズ、時間、参加人数、その他約束事を決めて行うということ。

(2) 「エンカウンター」とは

「エンカウンター」とは、『心と心のふれあい』であり、『本音と本音の交流』である。肯定的なあたたかい雰囲気の集団を作るための開発的カウンセリング、サイコエジュケーション（心理教育）の一技法として学校や職場で広く普及しつつあるものである。

2 構成的グループエンカウンターが最も大切にすること

「自己開示」

(1) 自分に関する事実を話す

(2) 自分の感情を話す

(3) 自分の価値観・考えを話す

} 他者との関係性を築いていく上でベースとなる。

3 構成的グループエンカウンターのねらい・目的

自己理解、他者理解、自己受容、自己主張、信頼体験、感受性の促進を通して、行動の変容と人間的な成長を目指す。

例えば……

- ・自分の意見を言えなかった生徒が言えるようになる。
- ・自己中心だった生徒が、少しは他者のことも考えられるようになる。
- ・自分のことが嫌いな生徒が、少しは自分のことが好きになる。
- ・今まで自分一人で生きてきたように感じていた生徒が、他者の支えのおかげで生きていることに気付く。
- ・「人に甘えるのは悪いことだ」と甘え欲求を抑圧してきた生徒が、少しずつ人に甘えられるようになる。
- ・「辛いのは自分だけではないのだから、弱音を吐いてはいけない」と思っている生徒が、信頼できる仲間との出会いを通して、弱音を吐けるようになる。 等々

①自己理解；「今、ここで」の自分自身の気持ちや本音に気付く。

②他者理解；他者の気持ちや本音を知り、受け入れる。

③自己受容；「今、ここで」の自分自身の気持ちや本音を受け入れる。

④自己主張；自分の気持ちや考え、意見を主張する。

⑤信頼体験；他者を信頼しようとするときの葛藤や、他者から信頼されたときの責任の重さを味わう。

⑥感受性の促進；他者の気持ちを感じ取ったり、自分の思いがどのように他者に伝わるのかを知る。

4 構成的グループエンカウターの進め方（手順）

- (1) 事前に生徒に簡単な内容の伝達をする。
- (2) ウォーミングアップを行う。
- (3) エクササイズの目的・内容を説明する（インストラクション）。
- (4) エクササイズを実施する。
- (5) シェアリングをする（エクササイズを通して、感じたこと・気付いたことを分かち合う）。

* 40～50分で一つのエクササイズを行う場合は、この手順を進める。短時間でを行うエクササイズをいくつか続けて実施する場合、(2)を省略することもできる。どのような場合でも(5)は必ず行う。これを行わないと、ただの「ゲーム」になってしまう（深まりがなくなってしまう）。

5 エクササイズとは

心理面の発達を促す達成課題のこと

- * 「エクササイズ」≠「ゲーム」
「ゲーム」……………楽しむための一つの方法
「エクササイズ」……………心理面の発達を促す達成課題

6 エクササイズの構成

- (1) ワンネス……相手との一体感を求める体験（「あなたのことを知りたい」）
- (2) ウイネス……相手の足しになることを何かする体験（「私はあなたの味方です」）
- (3) アイネス……「私には私の考えがある」と自分の考えを開けっぴろげに打ち出す体験

* 年度初めは「ワンネス」に関するエクササイズを、学校生活や新しい学級等に慣れてきたら「ウイネス」に関するエクササイズを、クラス内の人間関係が良好で（学級内にルールが定着していて）、さらにワンランク上をめざす段階にまでクラスの雰囲気が高まってきたら「アイネス」に関するエクササイズを実施する、というような流れが基本的である。

7 構成的グループエンカウターにおけるルール

- (1) ここで知ったことは他では話さない（注；内容にもよる）。
- (2) どうしても話したくないことは無理に話さなくてよい。
- (3) どうしても参加したくないときは参加しなくてよい。

* (3)が通常の授業等との大きな違い。参加したがる生徒（エクササイズに抵抗を示す生徒）へは、以下のように対応することが基本である。

- ・自分の意志を表明できたことを認める。
- ・エクササイズに参加しなくても、何かの役割を担当させる。
- ・本人の了承を得て、「参加したくない」理由を開示させる（紹介する）。
- ・抵抗に気づかせる。
- ・行動のパターンに気づかせる。
- ・同じような感情を抱いた生徒がいらないか確認し、そのことに関するシェアリングを行い、自己理解・他者理解・自己受容・他者受容につなげる。 等々

8 実施上の留意点

- (1) 教師も積極的に参加し、自己開示する。
- (2) エクササイズをうまくやらせようとしない。感じたことを重視する。
 - * 教師の多くは、エクササイズを「やらせよう」としてしまうため、生徒にきちんと「取り組ませる」ことにエネルギーを費やしてしまう。エネルギーを費やす部分は「いかにして生徒に気付きを促すか」の部分である。
- (3) 特定のペアでの活動にならないようにする。
- (4) 悪ふざけしないで、互いに素直にフィードバックしあうよう促す。
 - * ルールの乱れた学級集団に対して構成的グループエンカウンターを実施すると、エクササイズやシェアリングの最中、同級生から嫌なことを言われたり、不快な対応をされたりすることで傷つく生徒が出てきたり、クラス全体が落ち着かない雰囲気になったりと、クラスの状態が構成的グループエンカウンターを実施する前よりもさらに悪化することがある。

構成的グループエンカウンターは「開発的カウンセリングの一技法」であり、「問題解決的カウンセリング（例 学級崩壊からの立て直し等）」として活用するには、豊富な経験と高度な技能が要求される。経験の浅い教師は、あくまでも「開発的カウンセリングの一技法」としてエンカウンターを活用することが望ましい。
- (5) 心的ダメージを受けた生徒へのフォロー、アフターケアを怠らない。
 - * 従って、構成的グループエンカウンターを実施する教師には、教育相談的な知識・技能が欠かせない。リーダーにその知識・技能がない場合、知識・技能のある他の先生方に応援を頼むとよい。
- (6) 生徒の実態に応じて、適宜展開の方法を考えていく。

あなたは名探偵－教職員バージョン－

氏名（ ）

下記の項目から条件を満たす人を探して、氏名を記入しましょう。

（※ 氏名を記入できるのは一人1項目のみです。）

質問項目	氏名
1 出身地が会津である	
2 出身地が中通りである	
3 出身地が浜通りである	
4 出身地が福島県外である	
5 初任地が会津である	
6 初任地が中通りである	
7 初任地が浜通りである	
8 初任地が福島県外である	
9 血液型がA型である	
10 血液型がB型である	
11 血液型がAB型である	
12 血液型がO型である	
13 ラーメンを食べるなら醤油味である	
14 ラーメンを食べるなら味噌味である	
15 ラーメンを食べるなら塩味である	
16 ラーメンを食べるなら豚骨味である	
17 自分は理科系だと思う	
18 自分は文科系だと思う	
19 自分は体育系だと思う	
20 自分は芸術系だと思う	
21 長男である	
22 長女である	
23 習い事をしている	
24 通勤に片道1時間以上かかる	
25 ペットを飼っている	
26 何か段位をもっている	
27 学生時代に部活動で全国大会に出たことがある	
28 海外に旅行に行ったことがある	
29 宝くじで1万円以上当たったことがある	
30 今、幸せである	

あなたは名探偵—生徒バージョン—

氏名（ ）

下記の質問に合う人を探して、氏名を記入しましょう。

（※ 氏名を記入できるのは一人1項目のみです。）

質問項目	氏名
1 文化部に入部した	
2 運動部に入部した	
3 通学に片道1時間以上かかる	
4 中学校時代は3年間無欠席だった	
5 血液型がB型である	
6 血液型がAB型である	
7 血液型がO型である	
8 血液型がA型である	
9 長男である	
10 長女である	
11 得意教科が国語または社会または英語である	
12 得意教科が保健体育または家庭である	
13 得意教科が音楽または美術である	
14 得意教科が数学または理科である	
15 ラーメンを食べるなら「しお味」である	
16 ラーメンを食べるなら「とんこつ味」である	
17 ラーメンを食べるなら「みそ味」である	
18 ラーメンを食べるなら「しょうゆ味」である	
19 ペットを飼っている	
20 自分一人だけで旅行に行ったことがある	
21 磐梯山（ばんだいさん）に登ったことがある	
22 マリインタワーに昇ったことがある	
23 スカイツリーに昇ったことがある	
24 ピアノを弾（ひ）くことができる	
25 自分一人でカレーライスを作ることができる	
26 走るのが好きである	
27 星を観るのが好きである	
28 抽選で3等賞以上に当たったことがある	
29 何か段位（だんい）をもっている	
30 今、幸せである	

サイコロトークングー教職員バージョンー

ワークシート①

- 1 社長 or 副社長
- 2 インドア or アウトドア
- 3 犬 or 猫
- 4 理系 or 文系
- 5 愛情 or お金
- 6 一戸建て or マンション

ワークシート②

- 1 最近、うれしかったこと
- 2 最近、つらかったこと
- 3 だいたい毎日好んですること
- 4 宝くじで100万円当たったら
- 5 小さかった頃の思い出を一つ
- 6 退職後の夢

サイコロトークングー生徒バージョンー

ワークシート①

- 1 社長 or 副社長
- 2 歌手 or スポーツ選手
- 3 犬 or 猫
- 4 飛行機で旅行 or 船で旅行
- 5 ドラマ or クイズ番組
- 6 国内旅行 or 海外旅行

ワークシート②

- 1 最近、うれしかったこと
- 2 好きな食べ物
- 3 尊敬する人
- 4 宝くじで100万円当たったら
- 5 小・中学校での思い出を一つ
- 6 ドラえもんのポケットから出してほしい道具は

「あなたは名探偵」

～お互いに楽しく知り合う～

〈準備物〉

- ・演習資料（あなたは名探偵）
- ・筆記用具

- ・インストラクション 2分
- ・エクササイズ 8分
- ・シェアリング 2分

インストラクション

- ・「このエクササイズはたくさんの人と楽しく交流するエクササイズです」
- ・「このエクササイズのねらいは、『お互いに楽しく知り合う』です」



エクササイズ

- ・「『あなたは名探偵』シートに、自分の名前を書いてください」
- ・「教室内を自由に歩き回り、近くの人と2人組になってください」
- ・「初めに自己紹介（自分の氏名）をして、ジャンケンをします。」
- ・「ジャンケンに勝った人が先に質問をします。質問は、シートの中から相手に合っていると思うものを選び、相手に当てはまるまで続けます」
- ・「質問が相手に当てはまったら、自分のシートの質問項目の氏名欄に相手の氏名を記入します」
- ・「次にジャンケンで負けた人が質問し、相手に当てはまったら氏名を記入します」
- ・「その後『ありがとうございました。』と言って別れ、また教室内を自由に歩き回り、新しい人と2人組になります。自己紹介から始め、ジャンケン、質問、氏名の記入という順にエクササイズを繰り返します」



シェアリング

- ・「はい、そこまで」
- ・「やってみて感じたこと、気付いたことを発表してください」

→〈例〉（研修者）「職員室で隣に座っている先生の新たな面を知ることができました」
 （進行者）「そうですね。ちょっとした話題でもお互いの関係が深まりますね」
 「このエクササイズを生徒に実施する場合は、別紙の生徒バージョンを参考にして生徒が楽しく活動できる演習用紙を作成してみてください」

実施上の留意点

- (1) 演習資料（あなたは名探偵）の質問項目は参加者が答えやすい内容にする。
- (2) エクササイズが苦手な生徒がいる場合には、教員はその生徒に関わったり、生徒同士の出会いをつないだりする。

「サイコロトーキング」

～お互いに楽しく知り合う～

〈準備物〉

- ・演習シート（サイコロトーキング用）
- ・サイコロ（班数分）
- ・3～5人組になっておく。

・インストラクション	2分
・エクササイズ	10分
・シェアリング	2分

インストラクション

- ・「このエクササイズはサイコロを振って出た目の数に合わせて、ワークシートに書いてある項目について楽しみながら話をするエクササイズです。また、比較的気軽に話せる話題を通して、お互いのリレーション（関係）づくりをするエクササイズです」
- ・「このエクササイズのねらいは、『お互いに楽しく知り合う』、『お互いに話しやすくなる』です」



エクササイズ

- ・「輪になって着席し、サイコロを振る人を決めてください」
- ・「サイコロを振って出た目の数に書いてある項目について話してください」
- ・「次の方は同様にサイコロを振って出た目の数に書いてある項目について話してください」
- ・「まずはワークシート①で話してください。項目の中の一方を選び、その選んだ理由を簡潔に話してもらいます。時間は5分間です」
- （5分後）
- ・「次に、同じようにしてワークシート②で話してください。項目の質問について、簡潔に話してもらいます。時間は5分間です」



シェアリング

- ・「はい、そこまで」
 - ・「やってみて感じたこと、気付いたことを発表してください」
- 例 （研修者）「同じ項目でも、それぞれの先生の個性が出ておもしろかったです」
 （進行者）「そうですね。お互いに楽しみながら話していくことで自己開示しやすくなりましたね」
- 「このエクササイズは、学年・学期の始めの時にSHRなどで1週間程度、毎回メンバーを入れ替えながら実践すると、比較的短期間でたくさんの級友と知り合うことができます。別紙の生徒バージョンを参考に実践してみてください」

実施上の留意点

- (1) 2巡目以降は同じ目が出たらサイコロを振り直す。
- (2) 聴く側は、話をしている人が話しやすいように質問はせずに、うなずきながら話を聴く。

「〇〇〇の言葉」!

～グループのメンバーと力を合わせる～

〈準備物〉

- ・カード2種類（A・B）を班数分（封筒に入れて準備）
- ※ カードはA4版で文字ポイントを500で作成するとよい

- ・4～8人組になっておく

・インストラクション	2分
・エクササイズ	8分
・シェアリング	2分

インストラクション

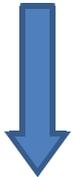
- ・「このエクササイズは“グループ全員で力を合わせて”、有名な言葉（私の言葉・名言）を完成していきます」
- ・「有名な言葉は、一文字ずつ切り離して大きなカードにしてあります。このカードを床に置き、グループ全員で力を合わせて並び替えてひとつながりの言葉にしています」
- ・「Aのカードから始めます。完成したら私を呼んでください。正解かどうか確認します」
- ・「正解だったら、Bのカードにチャレンジしてください。2つ完成したら終了です」
- ・「8分間行います」



- ※ カードは、各班にA・Bを一度に渡す
- ※ 班の間隔をできるだけとるようにする

エクササイズ

- ・「注意することは、隣のグループを見ないで頑張ることです。では始めましょう」



カードA「健康は第一の富である。」(エマーソン)
 カードB「努力する人は希望を語り、怠ける人は不満を語る。」(井上靖)

- ・正解を進行者に確認してもらったら、次の言葉に挑戦する

シェアリング

- ・「はい、そこまで」
 - ・「やってみて感じたこと、気付いたことを発表してください」
- 〈例〉(研修者)「いつもとは違う一体感が持てたことに気がきました」
 (進行者)「そうですね。みんなで力を合わせることのすばらしさを再認識したのですね」
 「このエクササイズは年度はじめに、HR担当が自分のHRづくりの願いを適度な長さの言葉にして、「〇〇〇の言葉」として生徒たちに実施することで、生徒たちにその言葉が印象深く残るという効果があります。また、協力して取り組む生徒たちのその姿勢を褒めてあげることができます」

実施上の留意点

- (1) 恥ずかしがっている生徒、やり方の分からない生徒、脱線している生徒がいた場合は、励まし、支援を行う。また、一部の生徒で実施している場合は、全員で協力して行うように声をかける。
- (2) 感想発表後、以下のように話すと効果的である。
 - ・「これからいろんなことがあると思うけど、今みんなでそろえた言葉一つ一つを大切にしながら学級をつくっていきましょう」
- (3) 設定した時間内に並び替えることができなかった場合は、真剣に取り組んでいた姿や互いに協力し合っていた様子について称賛の言葉をかける。
- (4) 言葉は、生徒の実態に合わせてたり、担任の思いを込めたりして内容や文字数を考える。
 (ひらがなのみの言葉は難しい)

〈参考文献一覧〉

- ◇ 生きる力を育てる授業実践プログラム 小学校編 福島県教育センター教育相談チーム
(2003年)
- ◇ 生きる力を育てる授業実践プログラム 中学校編 福島県教育センター教育相談チーム
(2003年)
- ◇ エンカウンターで学級が変わる 中学校編 國分康孝監修
(1996年 図書文化)
- ◇ エンカウンターで学級が変わるショートエクササイズ集 國分康孝監修
(1999年 図書文化)
- ◇ エンカウンターで学級が変わるショートエクササイズ集 Part 2 國分康孝監修
(2001年 図書文化)
- ◇ 構成的グループエンカウンター事典 國分康孝総編集
(2004年 図書文化)
- ◇ エンカウンターとは何か 國分康孝他共著
(2000年 図書文化)
- ◇ エンカウンタースキルアップ 國分康孝他共著
(2001年 図書文化)
- ◇ 構成的グループ・エンカウンター 片野智治
(2003年 駿河台出版)
- ◇ 構成的グループ・エンカウンターの原理と進め方 國分康孝・片野智治
(2001年 誠信書房)