

平成 20 年度

自然体験活動等長期研修

# 研修報告書



研究課題

よりよい人間関係をつくるためのファシリテーション  
- 様々な体験学習を通して -

美祢市立嘉万小学校

教諭 齊藤素子

(平成 20 年度自然体験活動等長期研修教員)

# よりよい人間関係をつくるためのファシリテーション - 様々な体験学習を通して -

美祿市立嘉万小学校 教諭 齊藤 素子

## 1 研究の意図

### (1) 社会環境の変化

現代の子どもたちを取り巻く社会環境は、都市化や少子化、経済的な格差の拡大などにより大きく変化している。また、両親が共働きの家庭の増加や核家族化の進行といった家族の形態の変化、パソコンや携帯電話の普及といった情報の氾濫などが、子どもたちの成長に大きな影響を与えている。

### (2) 子どもたちの実態

社会環境が大きく変化する中で、子どもたちは、戸外での遊びが減り、部屋の中で他者から与えられたゲームやマンガ等で過ごすことが多くなった。また、友達と交わりながら体の様々な機能を使って遊んだり触れ合ったりすることが少なくなった。かつては、みんなで群れて遊んだり、異学年の子どもたち同士で遊んだりすることも多かった。子どもたちの学力の低下や体力の低下等が教育の大きな課題となっているが、この背景に子どもたちの体験活動が不足しているという実態がある。

### (3) 求められる体験学習

「学習指導要領等の改善について」(答申)は、道徳教育の充実の項目で、「自らを律しつつ、他者と共に協調し、他人を思いやる心や感動する心などの豊かな人間性をはぐくむことは学校教育の基本である。」と述べ、また、「異年齢の子どもたちとの交流の場や自然体験等の体験活動の減少などを背景として、生命尊重の心や自尊感情が乏しいこと、基本的な生活習慣の確立が不十分、規範意識の低下、人間関係を築く力や集団活動を通じた社会性の育成が不十分などといった指摘がなされている。」と記している。

こうした現状を受け、中央教育審議会答申や新学習指導要領の中でも、体験学習の必要性が取り上げられているが、体験活動が不足している子どもたちには、体験の機会や場所、方法などを意図的、計画的、継続的、組織的に提供する必要が生じている。

山口県教育委員会が行っている自然体験活動の「心の冒険サマースクール」、身近な子どもたち同士のより良い人間関係づくりをめざす AFPY (Adventure Friendship Program in Yamaguchi) の活動、森のチャレンジコースを使って行う課題解決プログラムなどは、こうした要請に即した体験活動である。

また、「ほっとひといき in 十種ヶ峰」は、不登校傾向にある児童生徒が次のステップに踏み出すためのきっかけとなる場や機会を充実させるために、感動を伴う体験活動を展開し、子どもの自信と社会性の回復を支援する活動である。

### (4) 研究仮説

私は、2003年8月に13泊14日の自然体験活動の指導者研修会に参加し、研修する機会を得た。初めての体験ゆえに「二週間という長い期間、雨や風から守られ、安心して寝ることができる家があるわけではなく、自然の木々や動物たちと隣りあわせで過ごせるのだろうか、なに

より初めて会う人たちとうまくやっていけるのだろうか。」と思った。研修の中で、些細なできごとや思うとおりにコントロールできない自分自身に腹を立て、くり返し人とぶつかりながら話し合いを重ねて過ごした。この体験を通して、仲間がいるありがたさや仲間がいるからこそ可能なことがあると知った。また、人とのかかわりを通して、自分の新たな面を発見することもできた。この貴重な自然体験の良さを子どもたちにもぜひ伝えていきたいと思った。

加えて、森のチャレンジコースと AFPY の活動について学ぶ機会があり、これらの教育手法を用いれば私自身が指導者研修会で体験したことは、学校現場で再現が可能であることを認識した。その後、AFPY の理念や活動を取り入れた教育活動を学校で行った。特に子どもたちの自主的な活動や、課題解決的な活動を仕組むことを心がけながら学級経営を展開した。

人間関係づくりを意識した授業を進める中で、子どもたちの状況を見ながら子どもたちに言葉かけをするとき、かける言葉によって、子どもたちの雰囲気が変わっていく様子を強く感じたのである。

そこで、子どもたちとのかかわりにおいて、一人ひとりまたはグループの変容が、子どもたちの前に立つ指導者や教師の働きかけ、すなわちファシリテーションによって大きく変化するとすれば、学習を進める際に、指導者としてのかかわり方と子ども同士のかかわり方の工夫が大きな意味を有すると考え、次のような研究仮説を立てた。

子ども一人ひとりやグループの状態に応じたファシリテーションを工夫すれば、よりよい人間関係をつくるための能力を向上させることができる。

## 2 研究の内容

### (1) ファシリテーションの実践

よりよい人間関係づくりを進める指導者には、教え導く指導者、支え応援する支援者、客観的に見て解説していく解説者、思いを共感的に受容するカウンセラー等が多様な対応をしている。私は、対象とする人間関係を見極めながらさらに高いレベルへ導くようなかかわり方の一つとして、ファシリテーションという考え方に着目した。

ファシリテーションは、OBS(アウトワード・バウンド・スクール)や PA(プロジェクト・アドベンチャー)の活動で用いられている概念であり、指導者のことをファシリテーターと呼ぶ。ファシリテーターは、人の思いを引き出しながら、人と人とのかかわりの中で意思決定させ、グループとしてのレベルを漸進的に高める促進役としての存在であるといえる。

人間関係づくりに関して、ファシリテーションの教育手法は、学校教育の現場で豊かに機能し、すでに多くの実績をあげていることが報告されている。すなわち、子どもたちの学級での日常活動の状況を的確に把握する上で有用であること、また子どもたちの登校意欲を高めること、そして授業における学習活動を積極化し促進することなどである。

もとより、このようなファシリテーションの理論とスキルを修得し、ファシリテーターとして有意な実践者となるためには、さらに研究を進め、研修会等を通してスキルを向上させる必要がある。

私はこの研究を進める上で、これまで指摘されているファシリテーターの考え方、在り方を深化・考究する視点として、主として次の3つのことを設定することとした。

## ア 状況把握

子どもたちがどのような関係にあるのか。体験活動を通して個やグループの状況を把握するように努める。

## イ 課題意識

個と個の関係づくりを軸としながら、個の枠を広げていくことを意識して活動を展開する。

## ウ 変容予測

グループの発達段階に応じた変容を予測し、活動を仕組む。

人間関係を構築していくには、まず人と人がかかわる場が必要である。その上で「人とかかわるきっかけ」「かかわりたい」「知り合いたい」「友達になりたい」「もっとつながりたい」などの人の思いや感情が表出するという条件がそろって、初めて人間関係が作られていく。

したがって、「人間関係はつくろうという気持ちがあればはじまらない。」という前提の認識が必要であると強く感じるのである。よりよい人間関係をつくり、継続していくためには、ファシリテーターがお互いに関係をつくろうとする意思を引き出し、くり返してトレーニングすることが大切である。

ところで、人はさまざまな体験を積み重ねることによって、心の安心ゾーンを広げることができる。人は分かっていることをしたり、自分にとって得意なことをしたりするときには心が安定している。PAはこの安心ゾーンのことをコンフォートゾーン(図1)と呼ぶ。とても快適な空間である。

コンフォートゾーンの周囲をとりまくストレッチゾーンは成長ゾーンである。誰でもコンフォートゾーンからストレッチゾーンに行くには壁がある。今まで体験したことがないので少し不安を感じる。しかし、コンフォートゾーンから勇気をもって外へ一歩出たときに人は成長することができる。このゾーンは図の矢印が示すとおり、伸び縮みする。また、コンフォートゾーンを広げることができると心にゆとりが生まれる。

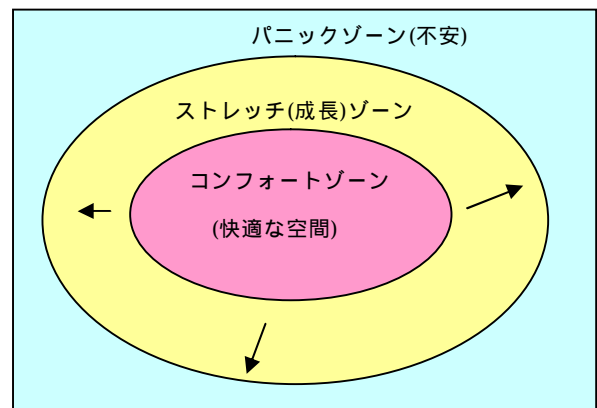


図1 コンフォートゾーン、ストレッチゾーン、パニックゾーンの図

ストレッチゾーンの外は、パニックゾーンである。このゾーンに入ると自分のそのときの限界を超えてしまうから不安に陥ってしまい、成長は難しくなる。

各ゾーンは人によって広さが違い、広がり方も人さまざまである。そして、それぞれのゾーンを行ったり来たりしながら自分の枠を広げているのである。

ファシリテーターとして子どもたちにかかわるときには、この図1を意識した。子どもたち一人ひとりがどのゾーンにいるのかを考えながら、チャレンジの要素を生かして一歩踏み出せるようにかかわろうとすることが大切であった。ファシリテーターのかかわり方によって、個と個が自分の枠を広げ、自ら動き、つながることでグループが成長していくのである。

グループを考える上では、グループの発達段階を把握することを重視した。(図2)ファシリテーターは、グループのステージを見極め、よりよい人間関係をつくるには、どうかかわるかを考える。このファシリテーターのかかわり方しだいで子どもたちに起こる感情や行動が変化し、グループの親密度が変わる。

不安、不信感、恐怖の中にあるグループに、協力や信頼関係を求める活動しようとする場合には、状況を修正しなければならない。

つまり、出会いの段階に戻す必要がある。その後階段を登り、グループとして自立していけるように改善していくのである。

今までの経験や、今回の研修を通して自分なりにファシリテーターとして大切なことをまとめてみると以下ようになる。

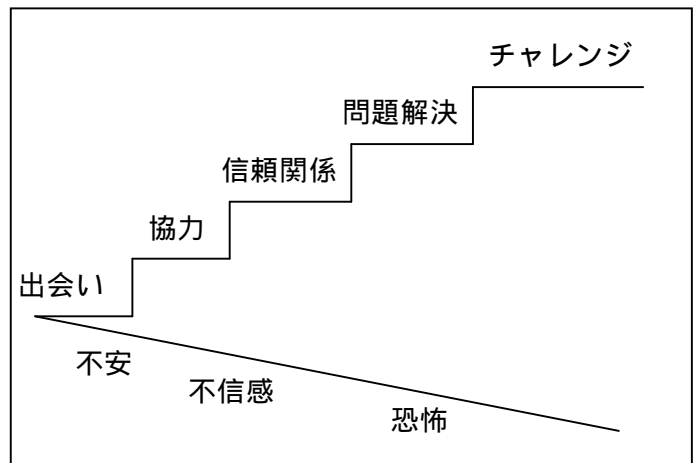


図2 グループの発達段階

#### ファシリテーターとして大切なこと

出会いの場を演出する。

子どもたちがお互いのことを知り合い、指導者としてどのようなグループであるのか読み取るのにとっても大切である。

グループの全員が見える位置に立つ。

目の前でおきている事象を広い視野で見れば、子どもたちの心の状況を把握でき、実態を伝えることができる。

子どもたちにふり返りの視点（グループの状況、表情、行動、言葉など）を伝える。

グループの中で見えた表情、とっていた行動、発せられた言葉などをふり返りの視点として子どもたちに伝える。子どもたちに見えていない客観的な事実を伝えることは、グループの方向を修正するうえで必要である。グループの状態に自分たちで気がつくようになると、グループの自立に向けて高まったこととなる。

子どもたちの思いや考えを聞く。

起きていたことに対して子どもたちがどんなことを思い、考えていたのかを聞くことが必要である。ファシリテーターに見えている情報だけでは、必ずしも正しいとはいえないからである。

関わり方を子どもたちの状況から判断し、決める。

子どもたちの成長を考えて、どう関わったらいいのかを状況を見て決める。子どもたち自身に考える時間を与え、獲得していく「学び」を大切にするためには「待つ」ということも大切である。

これらの要素が連結して作用するときグループはしだいに自立していくということが分かった。その中でも、「グループの状況を伝えるときの声かけの言葉」に焦点を当てて工夫していけばさらに成果があると考えた。

例えば、子どもたちに声をかけるときに、「きっと大丈夫だよ。」(プラス思考に向かうもの)や「今グループでは、どんなことが起きていたかな？」(焦点を絞るもの)、「さあ、次にいこうか。」(気持ちの切り替えができるもの)という言葉かけをするように気がついた。言葉による影響がかなり大きいと気がついたからである。

(2) 様々な体験学習における人間関係づくり

ファシリテーターとしてのかかわり方を工夫する上で、「心の冒険サマースクール」「森のチャレンジコース、AFPYの指導」「ほっとひといき in 十種ヶ峰」「人間関係づくり実践プロジェクト」の4つの事業を研修の場として活用した。



チャレンジキャンプの様子

ア 心の冒険サマースクール(青少年自然体験活動推進事業)

(ア) IKR評定用紙(国立青少年教育振興機構)もとにした「生きる力」の評定

<p>2008「心の冒険・サマースクール」</p> <p style="text-align: center;"><b>事前</b></p> <p style="text-align: center;">小学生チャレンジプログラム アンケート</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>名前 _____ 性別(男・女) 学年(小5・小6)</p> </div> <p>* 下のそれぞれの質問について、自分にあてはまるかどうか、「とてもよくあてはまる」から「まったくあてはまらない」までの、6段階で答えてください。</p> <p>* 自分が、もっともあてはまると思うところに、例のように 印をつけてください。</p> <p>* 考えすぎると答えられなくなることがあります。あまり考えすぎずにドンドン答えてください。</p> <p><small>・学校の成績や、サマースクールの指導とは、まったく関係はありません。</small></p> <p><small>・ひとりひとりのことを調べるのではなく、サマースクールに参加した子どもたち全体のことを調べています。</small></p> <p><small>・ひとりひとりの結果を、発表したり、他人に言ったりすることはありません。</small></p> <p>&lt;記入例&gt;</p> <p style="text-align: center;"> <span style="margin-right: 100px;">とてもよくあてはまる</span> <span>まったくあてはまらない</span> </p> <p>例：人との約束が守れる <span style="margin-left: 100px;">1 2 3 4 5 6</span>  <span style="margin-left: 100px;">○</span></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>1. いやなことは、いやとはっきり言える <span style="float: right;">1 2 3 4 5 6</span></p> <p>2. 人のために何かをしてあげるのが好きだ <span style="float: right;">1 2 3 4 5 6</span></p> <p>3. 先を見通して、自分で計画が立てられる <span style="float: right;">1 2 3 4 5 6</span></p> <p>4. だれにでも話しかけることができる <span style="float: right;">1 2 3 4 5 6</span></p> <p>5. 花や風景などの美しいものに、感動できる <span style="float: right;">1 2 3 4 5 6</span></p> <p>6. 多くの人に好かれている <span style="float: right;">1 2 3 4 5 6</span></p> <p style="text-align: right; margin-top: 5px;">うらへんぷく</p> </div>	<p style="text-align: center;"><b>(裏面)</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 80%;"></th> <th style="width: 10%; text-align: center;">1</th> <th style="width: 10%; text-align: center;">2</th> <th style="width: 10%; text-align: center;">3</th> <th style="width: 10%; text-align: center;">4</th> <th style="width: 10%; text-align: center;">5</th> <th style="width: 10%; text-align: center;">6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>7. 人の話をきちんと聞くことができる</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>8. 自分のことが大好きである</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>9. 自分からすすんで何でもやる</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>10. いやがらずに、よく働く</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>11. 自分勝手な、わがままを言わない</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>12. 小さな失敗をおそれない</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>13. 人の心の痛みがわかる</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>14. 自分で問題点や課題を見つけることができる</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>15. 失敗しても、立ち直るのがはやい</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>16. 季節の変化を感じる事ができる</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>17. だれでも仲よくできる</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>18. その場にふさわしい行動ができる</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>19. だれにでも、あいさつができる</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>20. 前向きに、物事を考えられる</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>21. 自分に割り当てられた仕事は、しっかりとやる</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> <tr> <td>22. お金やモノのむだづかいをしない</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td> </tr> </tbody> </table>		1	2	3	4	5	6	7. 人の話をきちんと聞くことができる	1	2	3	4	5	6	8. 自分のことが大好きである	1	2	3	4	5	6	9. 自分からすすんで何でもやる	1	2	3	4	5	6	10. いやがらずに、よく働く	1	2	3	4	5	6	11. 自分勝手な、わがままを言わない	1	2	3	4	5	6	12. 小さな失敗をおそれない	1	2	3	4	5	6	13. 人の心の痛みがわかる	1	2	3	4	5	6	14. 自分で問題点や課題を見つけることができる	1	2	3	4	5	6	15. 失敗しても、立ち直るのがはやい	1	2	3	4	5	6	16. 季節の変化を感じる事ができる	1	2	3	4	5	6	17. だれでも仲よくできる	1	2	3	4	5	6	18. その場にふさわしい行動ができる	1	2	3	4	5	6	19. だれにでも、あいさつができる	1	2	3	4	5	6	20. 前向きに、物事を考えられる	1	2	3	4	5	6	21. 自分に割り当てられた仕事は、しっかりとやる	1	2	3	4	5	6	22. お金やモノのむだづかいをしない	1	2	3	4	5	6
	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
7. 人の話をきちんと聞くことができる	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
8. 自分のことが大好きである	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
9. 自分からすすんで何でもやる	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
10. いやがらずに、よく働く	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
11. 自分勝手な、わがままを言わない	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
12. 小さな失敗をおそれない	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
13. 人の心の痛みがわかる	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
14. 自分で問題点や課題を見つけることができる	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
15. 失敗しても、立ち直るのがはやい	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
16. 季節の変化を感じる事ができる	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
17. だれでも仲よくできる	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
18. その場にふさわしい行動ができる	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
19. だれにでも、あいさつができる	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
20. 前向きに、物事を考えられる	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
21. 自分に割り当てられた仕事は、しっかりとやる	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		
22. お金やモノのむだづかいをしない	1	2	3	4	5	6																																																																																																																		

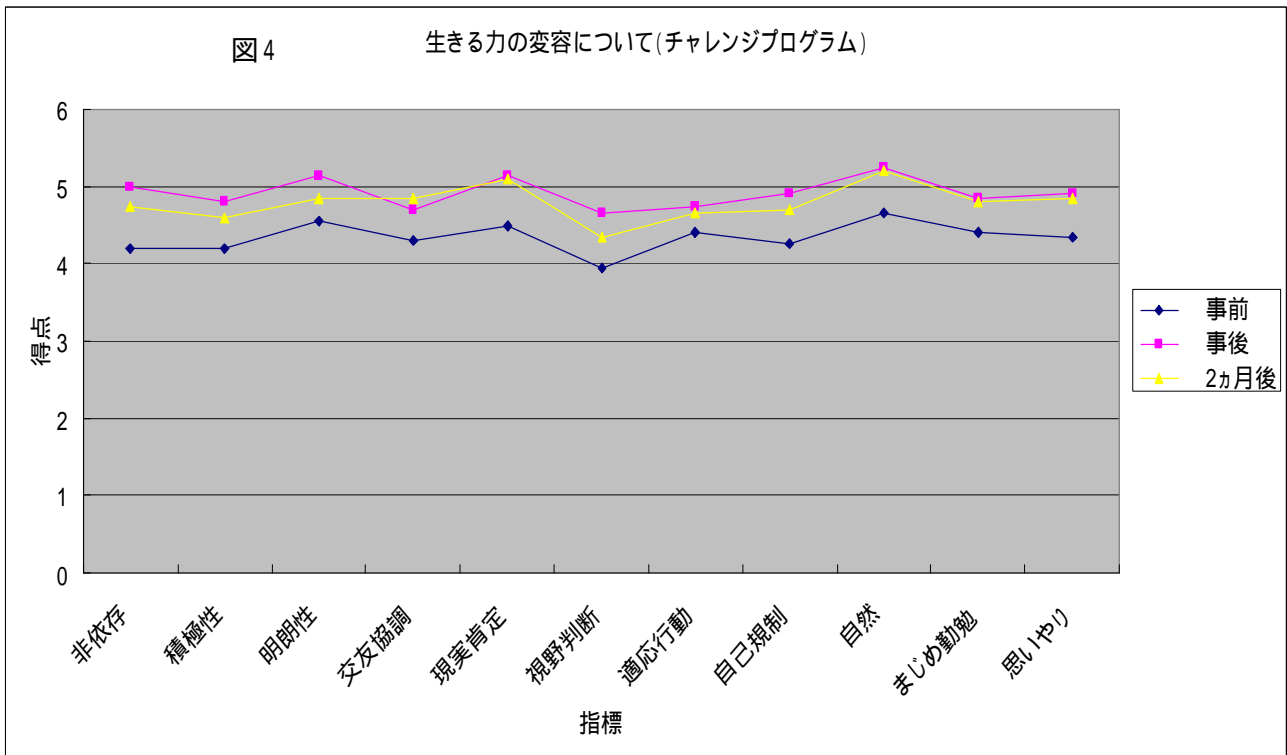
図3 子どもたちへのアンケート

自然体験活動は効果的であることは認められながらも、それを計るのが難しいといわれている。そこで今回、国立青少年教育振興機構から提示されている「生きる力」を評定するためのIKR評定用紙(図3)を援用し、子どもたちの生きる力を客観的に計ることとした。このアンケートは72問からなるが、その中から22問を厳選して実施した。調査は、プログラム開始時と終了時、そして2ヵ月後に行った。

例えば、「現実肯定」の指標項目では、「自分のことが大好きである。」「だれにでも、あいさつができる。」といった質問、「自然への関心」という項目では「花や風景などの美しいものに、感動できる。」「季節の変化を感じる事ができる。」というように、具体的な質問に対して応えてもらった。

そのうち、小学5・6年生を対象として実施した8泊9日のチャレンジプログラムの結果について表したものが「生きる力の変容について」(図4)である。

図4 生きる力の変容について(チャレンジプログラム)



チャレンジプログラムは、十種ヶ峰の雄大な自然の中で、自然の素晴らしさや厳しさに触れながらの活動である。そのため、「自然への関心」という項目でよい影響を及ぼしているという傾向が見られた。子どもたちは「自然は厳しく、気持ちのよいものだと思った。」「いろんな生き物が共鳴して生きていると思った。」「ロッククライミングのときに登って上から見た景色がすごくきれいだった。」と感想に書いていた。普段の生活の中ではなかなか感じるここのない心をゆさぶられる体験をしたからであると考えられる。

また、プログラムの構成は、友達を認め、自分と向き合いながら活動をしていくように仕組んである。そのため、「現実肯定」の項目についても、プログラムを体験する前より、プログラムを体験した後のほうが得点が向上しており、生きる力により影響を及ぼしているという傾向が見られた。プログラムを終えて、子どもたちに感想を聞いてみると、「へこたれずにがんばれるようになった。心が強くなった気がする。」「自分に自信がなかったけれど、だんだん自信がついてきた。」「なんにでも挑戦したくなった。」との記述が見られた。

また、「交友・協調」の項目については「この8泊9日で、人と話すのが好きになった。」仲間といて楽しかった。」「一人だけでは始まらない仲間がいて始まる社会の大切さと協力の大切さが分かった。」などの表記が見られ、仲間と過ごすことの素晴らしさを実感しているようである。

その他の項目についても、プログラム体験前より体験した後のほうが生きる力により影響を及ぼしているという傾向が見られる。これらの経験で得たことを、子どもたちは日常生活でも生かしていきたいという思いを強くもって帰った。それが、2ヵ月後も継続している要因になっていると思われる。

#### (イ) グループカウンセリングの手法を用いた班の指導

小学校5・6年生対象、8泊9日のチャレンジプログラムでカウンセリングの手法を用いて実践した。私はこのチャレンジプログラムでは、ファシリテーターとして男子7名の子どもたちを担当した。

P.4で述べた、「ファシリテーターとして大切なこと」を意識して活動した。

8泊9日の6日目のことである。子どもたちは行程をたどる上で目安となる到着時刻を設定して歩いていた。休憩を取ったり歩くスピードを調整したりするためである。日々の経験から上手に調整し歩くことができるようになっていた。

しかし、この日の午後から突然A君の足どりが重くなった。体調がよくない上に、荷物が重くて、思うように歩けなかったようである。A君の心がパニックゾーンに行ってしまったようであった。

このまま歩き続けても、みんなの足どりは重くなる一方で、仲間の大切さを伝えるにはここで止めて話をしたほうがよいと判断し「ちょっと休憩しようか。」とグループの子どもたちに私は声をかけた。すると、グループがほっとした雰囲気に変化した。みんなの顔を見て話せるように荷物を降ろし、輪になって集まった。この日は子どもたちの状況から見て、特別にファシリテーターが動きを止めるということはしていなかったので、何かグループに起こったようだということを感じ取ったようであった。

「歩きながらどんなことを考えていたかな？」と私は子どもたちに声をかけた。すると、「きつそうな人がいたので、止まったほうがいいかなと思った。」「思ったけど、めあての到着時間が迫っているから止まらないほうがいいと思った。」という思いを出してくれた。グループの中の仲間のことを考えている人もいれば、ゴールのことを考えている人もいて、思いの方向性がばらばらになってしまったことが明らかになった瞬間である。一方で、A君の気持ちを聞いてみると、「荷物が重たくて、息が苦しくなった。でも、止まってほしいと言えなかった。」と自分の気持ちを正直に話すことができた。到着時刻に着きたいというのは朝の段階での子どもたちの大きなめあてであった。それを目指して歩いていたのであるが、思うような足取りにならず一人ひとりが苦しんでいたのである。

そこで、時間はみんなで設定し直せばよいことを伝え、大事にしたいことは何なのかをたずねた。すると子どもたちは大切なのは設定した時間を守るのではなく、仲間を思いやることだと気がついたのである。また、A君は、仲間に気持ちを伝える大切さに気づいた。設定時間を決め直し、荷物の分配をどうするか、歩く順番も話し合った。その後グループ全体の雰囲気が明るくなり、それまで以上に歩くスピードが増していった。

この事例は、ファシリテーターが子ども相互の思いを引き出すことにより、グループとしての意識を高めることに成功した例である。グループに起きていること、見えることをファシリテーターとして子どもたちに返していくと、子どもたちは投げかけられたことに対して自分たちで考え対処していく中で、相互につながりを深め、グループとして成長していくのである。プログラムの終了時には同じ重さの荷物を抱えているにもかかわらず、その負荷を超えてお互いのことを考え手を差し伸べながら活動することを楽しんでいた。くり返し起こるいろいろな状況に対応する中で、グループとして自立へ向かう階段を登るまでに成長したのである。



イ 森のチャレンジコース、AFPY(Adventure Friendship Program in Yamaguchi)の指導

PAの手法を生かした素晴らしい人間関係づくりをめざす「森のチャレンジコース 以下 森チャレ」とよばれる施設が十種ヶ峰青少年野外活動センターにある。西日本最大といわれ、屋外にはローエレメント 15 種・20 基、ハイエレメント 14 種・14 基、屋内にはローエレメント、ハイエレメント合わせて 7 種・9 基 合計 36 種・43 基がある。1 グループ 8 人から 15 人程度で使用し、講習会等で理論的なことや指導方法を理解した指導者の下で活用されている。県内では、国立山口徳地青少年自然の家にも同様の施設が設置されている。

3 年前より山口県教育委員会が進める人間関係づくり実践プロジェクトにおいて、AFPY の活動や考え方の普及に伴い、さらにその効果を高めたいという目的で活動センターを利用する団体が増えている。

[研修団体の指導]

(ア) 利用研修団体の目的等

対象	目的・意図	留意点
小学生	・固定化した人間関係を打破したい。 ・お互いの良さを再発見できるような活動をしたい。	・学校での力関係がグループでの発言に影響されやすい。
中学生	・新しい人間関係を作り、学校生活の向上に生かしていきたい。 ・固定化した人間関係を打破したい。	・男女間でのかかわりが難しい。 ・異性を意識しすぎて浅いかかわりになってしまう。
高校生	・人間関係の向上を図り、学校生活へ生かしていきたい。	・男女間でのかかわりが難しい。

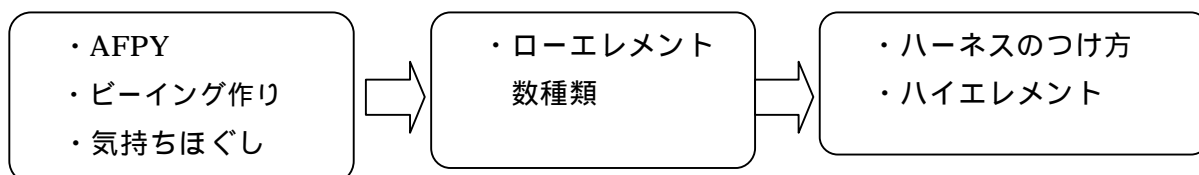
入所する前に、研修団体の責任者とセンターの職員とで事前打ち合わせを実施している。それは、目的・意図を共有し AFPY や森チャレを使った研修をより効果のあがるものとするためである。ただ、指導にあたり事前の情報に頼りすぎるとグループの状態を見誤ることがあるので、実際の活動の中で指導方法と内容を選定したり、修正したりすることが必要である。

(イ) 目標設定、成果

対象	目標設定	成果
小学生	・自分たちでできそうなところと困難と思うところの境目に目標設定。	・自分の限界にチャレンジしようとする姿が見られた。
中学生	・個人でのめあての設定。	・いつもの人ではなく、違う人と組もうとするようになった。 ・情報を共有する行動が見られた。

目標設定については、事前に学校で設定するケースと、入所してから設定するケースとがあるが、いずれにしても森チャレの大きな特徴である「チャレンジ」を意識させるようなかわりと声かけを行った。

研修は次のような流れで行うことが多かった。



では、初めて出会う指導者と児童生徒とで、お互いを知り合い活動する中でのコミュニケーションを図った。学級にたとえて言えば、学級開きの日の出会いそのものである。児童生徒は、どんな指導者であるのかを感じ取り、一緒に活動する仲間との楽しい時間の始まりとなる。そして、指導者は、一人ひとりとはどんな子どもたちで、グループの状態はどんな状態にあるのかを活動をしていく中で感じ取り、読み取った。

出合いを演出する上でこの研修のときだけに使う名前を決めてもらうことがある。そのときには、自分が呼んでほしい名前をつけること、人が嫌がる名前はつけないこと、この名前は十種ヶ峰での研修のときにのみ使うことを伝えてから決めてもらうようにした。

自分で名前をつけ、つけた名前をみんなに知らせるという行為はグループの雰囲気がかからないととても緊張するので、ファシリテーター自らがモデルとしてやって見せた。このときには、話しやすい雰囲気を作るために、笑顔でできるだけ一人ひとりの目を見て、ユーモアを交えながら会話を交わすことを心がけた。

出合いの雰囲気づくりを十分にしたら、グループの発達段階（図 2）の二つ目の階段である協力しながらのアドベンチャーにチャレンジしていく。グループのメンバーでの触れ合う活動であったり、ローエレメントを使ったりしてチャレンジする。センターに来ているからこそできる体験である。部屋の中ではなく、環境を変えると教育効果を得られやすい。また、エレメントの使用においてはそれぞれのエレメントの特徴とグループの状態をみて判断した。

このときに留意したことは、「ファシリテーターとして大切なこと(P.4)」の「子どもたちにふり返りの視点(グループの状況、表情、行動、言葉など)を伝える。」ことである。なぜなら、グループを客観的に見ることが出来るファシリテーターにしかできないことだからである。

多用したエレメントは、協力、助け合いの活動に最適である「TPシャッフル」である。

電柱を横にしたものであるが、お互いが協力し助け合おうとしないと達成感をなかなか得られないという特性をもっている。中学生男女混合のグループの場合、手をつなぐということに抵抗があっても、このエレメントで手をつないだり支え合ったりして初めて目標を達成することができるのである。多くの子どもたちは、このエレメントを通して、男女で手をつなぐ、つながないということはこだわりの一つでしかなかったことに気づき、お互いが手を差し伸べ、支え合って活動することのよさに触れる。



バランスをとりながら

べ、支え合って活動することのよさに触れる。チャレンジしている途中で、グループとしての向上が見られない場合には、無理を強いるのではなく別のエレメントをするという選択肢を選んだ。それは、グループの現状に、このエレメントは合わないという判断をしたからである。

グループとして十分高まりが見られたら、さらに地上 12メートルのハイエレメントを使用した。「人を支える」と言葉では簡単に言えるが、体重と心の重みを感じて人を支えたり人に支えられたりすることができる特性を持っている。対象とするグループの状態は、ハイエレメントにチャレンジしている人への声かけや一人ひとりのチャレンジの様子を見れば、おおよその状態を看取できる。グループの状態を見て、声かけにより修正していくことも可能だ

った。

このように、グループの状態を読みとりながら、グループの状態に合わせてファシリテーションをしていけば、人間関係をよりよい方向へ導けることが分かった。

### (3) ほっといいき in 十種ヶ峰(児童生徒支援総合対策事業)

この活動では、森チャレのコースを使ったり、十種ヶ峰の雄大な自然と触れ合う機会を提供したり、AFPYを活用したコミュニケーション活動をしたりした。これらの活動を通して、自己肯定感を高めたり他者を受容する心を広げたりし、人との関わりが不得手だったり学校に行きにくくなったりしてしまった子どもたちを支援した。



カヌー体験

今年度の事業では、昨年度から継続して参加している者と、年度初めから参加している者がいた。

10月の活動で、参加者の中にそれまでにつくられていたグループが大きく変化することが起こった。半年の間にリピーターが増え、お互いのかかわる機会が増えたことがその要因の一つと考えられた。

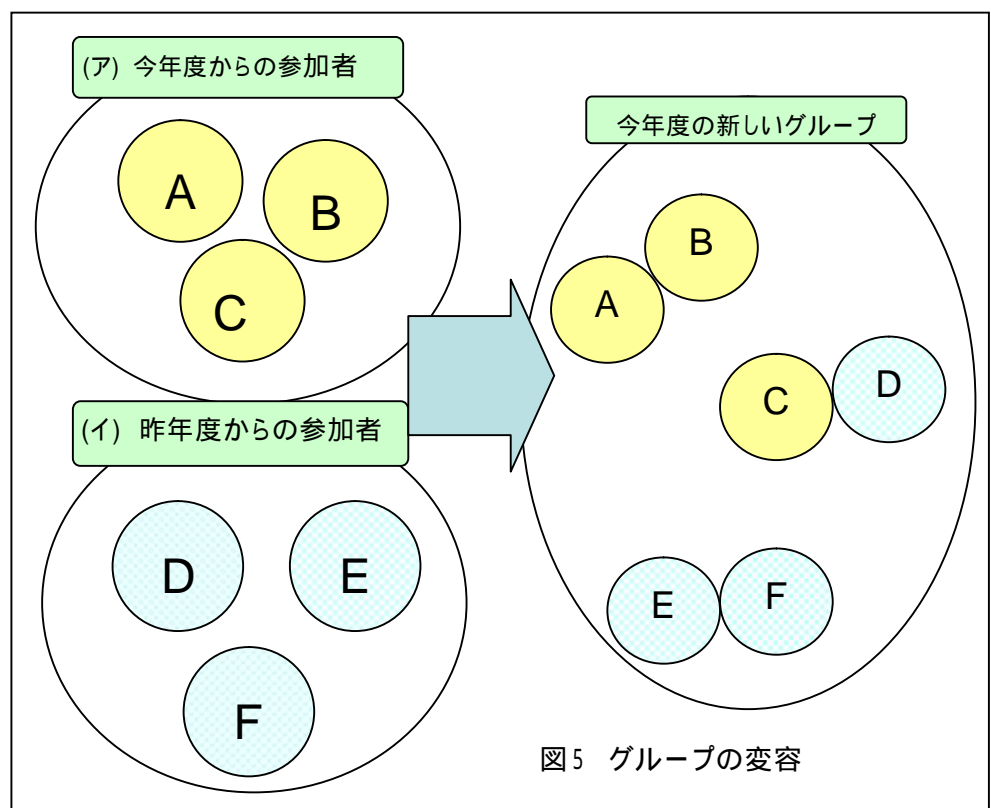


図5 グループの変容

すなわち、10月までは女の子の3人組の(ア)と(イ)という2つのグループで活動することが多く見られたが、(ア)のグループに居たCが自分に対するAとBの2人からの不満を感じ取り、(ア)のグループから抜け出た。また、(イ)のグループにいたDはEとFの共通話題に入っていないことを不満に思い、グループから出た。そこでCとDの2人が一緒に動くということになった。(図5)

ほっといいきの活動の場合、参加者の一人ひとりが心のケアを必要としているため、主となるファシリテーターのほかに、何人かのファシリテーターが対応している。

3日間の最終日、どのファシリテーターも子どもたちの中で微妙な関係が発生していることに気づいた。特に表情や行動から心のケアが必要なCについては、私が対応した。活動中に、Cの心が不安定になったようだ。他の参加者から離れて落ち着くまで待った。

「どうしたのかな？」と聞くと、「今回自分に起こっていることは自分が学校に行けなくなったきっかけとすごく似ている。AとBの二人とは話したいが話せない。喧嘩をしそうだから。」と言っていた。「きつかったね。自分が成長するために必要だから繰り返し同じようなことが起こるのかもしれないね。思いを伝えることは大切。自分の思いを相手に伝えるためなら、喧嘩になってもいいと思う。」と私の考えを伝えた。これからメンバーとはどのように付き合っていきたいのかをCに問いかけた。Cは、これからも友達でいるために、いけなかったことは謝って仲直りするというを自分で決めた。

この事例をファシリテーターの3つの視点(P.3)から見ると、子どもたちの中で対立が起こったということは、一人ひとりがより深く関わり始め、グループとしても成長しつつある段階に相当するのではないかと考えられる。

そこで、参加者同士がかかわりあえるような活動を取り入れることにした。いろんな人とかかわり、楽しい心穏やかな「ほっとひといき in 十種ヶ峰」の活動にしたいという思いからである。

2月をむかえ、対立をのりこえて子どもたち全員がより大きい信頼感に支えられたグループへと変容しつつ、活動に参加している。

子どもたちの心が成長しグループの様相が発達しつつある中で、いろいろな葛藤がおきるのは当然のことではあるが、対象とする子どもたちの心の背景にあるものを考え、ファシリテーターとして工夫していかなければならないと感じた。



参加者みんなで活動中

#### (4) 人間関係づくり実践プロジェクト(児童生徒支援総合対策事業)

##### ア 意図

一人ひとりの児童・生徒の互いの違いやよさを認め、思いやりの心を育み、望ましい人間関係づくりを促すことを大きな目的として進められている事業である。

##### イ 内容

プロジェクトを進めていくにあたり、私が心がけたのは、自分が学級経営をするときに実際に行ってきたことや考えてきたこと、学んできたことを先生方に伝えることである。

私の担当校は、4月の段階では AFPY の経験者と非経験者が混在していた。同じスタートラインにいないということを十分意識し、職員間でのよりよいコミュニケーションをめざしていくという立場でかかわることが必要であった。

子どもたちにかかわるときに、学びの三角形

(図6)の感情の部分意識しながらかかわることにより認知されやすくなることを特に伝えた。

##### ウ 実践例

人間関係づくり実践プロジェクトで、小学校4年生75名に道徳の授業を行う機会を得た。思

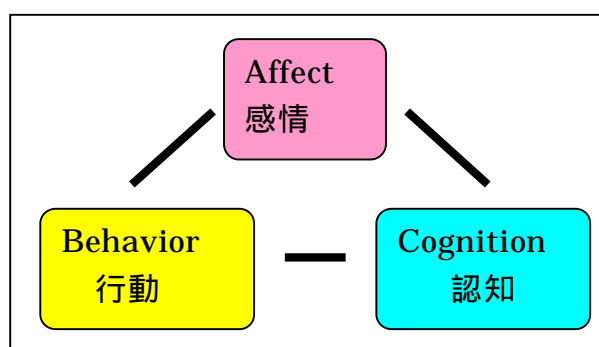


図6 学びの三角形

いやりの心を育てたいという先生方のねらいをもとに授業を組み立てた。

45分という時間の中で、子どもたちの思いを引き出し、今後につなげ、活動しただけに終わらせないようにするため、ふり返りカード(図7)を用いて、その活動で感じたことや考えたことをポイントを押さえて記入してもらった。

### エ 成果と課題

初めての子どもたちに会うときには、前もって配慮すべき情報がある程度必要であった。大切なことは、出会いの仕方である。指導の成否は最初の5分にかかっているといってもよかった。自分が伝えようとしている活動にあっという間に引き込んでしまうような雰囲気づくりを心がけた。出会いの活動には、子どもたちになじみのある、誰もが知っているじゃんけんを用いた。その効果があって、和やかな雰囲気の中で、「勝ち」「負け」「あいこ」についての価値観をゆさぶる活動に入り込ませることができた。

また、初めての子どもたちとの出会いで「相手の立場にたって活動することの大切さに気づき、思いやりの心を持ち親切にしようとする心情を養う。」というねらいにせまった活動をしていく上で、AFPYが大切にしているフルバリューという考え方を具体的に示した。すなわち、「あ・安全に」「い・一生懸命に」「し・正直に」「た・楽しく」という約束を掲示し、意識して活動してもらおうようにした。

ねらいを理解した子どもたちは「じゃんけん」という活動に取り組んだ。ふり返りカードには、「みんなの気持ちが一つになった。」「相手に合わせないとあいこにならないと考えた。」という感想が見られた。ファシリテーターがねらいを明確にして指導すれば、子どもたちの心情にせまることができるといえるだろう。

ふり返りカードは、聞いている内容が難しいところがあったようで、書きにくそうにしていた児童もいた。担任の先生に補助をしてもらい、説明しながら書いてもらうようにしたが、それでも行き届かなかったところがあった。簡単に書けてその時間のふり返りができるようなふり返りカードに改良していく必要があると感じた。

ふりかえりカード 年 組 名前 ( )				
あいこになるために気をつけたことはどんなことですか？				
<input type="text"/>				
なかなかあいこにならないときにどんな気持ちになりましたか？				
<input type="text"/>				
この活動をやってみて学んだことや発見したことを教えてください。				
<input type="text"/>				
今日の活動はどうでしたか？				
楽しかった	まあまあ楽しかった	どちらとも言えない	あまり楽しくなかった	楽しくなかった
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
今日の授業で友達の良いところを発見できましたか？				
できた	少しできた	どちらとも言えない	ほとんどできなかった	できなかった
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

図7 ふりかえりカード

### 3 まとめと今後の課題

#### (1) 研究のまとめ

今年度は、様々な体験学習を通して、ファシリテーターとして、子どもたちへのかかわり方と声かけを中心に研究した。

子どもたちはお互いを認める言葉よりもけなすような言葉を耳にする機会が多く、それほど考えることなく聞いたままをリフレクトしやすい状況がある。子どもたちは言葉のもつイメージから影響を受けているのである。そこで、声かけは「できてない人」ではなく「今からできるようになる人」といったプラス指向の言葉を返すということを意識した。プラス指向の言葉はコンフォートゾーンを広げ、気持ちを前向きにするのに大切であった。

また、人間関係を向上させるためには、出会いの場の心地よい雰囲気づくりが大切な要素となることが確認できた。心地よい雰囲気づくりにより、図1のコンフォートゾーンにそのグループの全員が存在するようになれば、ストレッチゾーンに移行しようとする気持ちを子どもたちに芽生えさせることができるからである。

また、ファシリテーターが「待つ、見守る」という姿勢をとることにより、グループはより強い気持ちでチャレンジしようとした。

グループの状態を把握するためには、子どもたちの表情や行動を読み取り、子どもたちの思いや考えを聞くという姿勢が大切だと分かった。表情を読み取るためには、全体が見える位置に立つことも大切であった。

このように、ファシリテーションを工夫したり、グループの状態をよりの確に把握したりしようと努力したことで人間関係に望ましい変化をもたらすことができた。

#### (2) 今後の課題

本年度の研究実践で対応したグループの人数は、最大でも15人であった。学校現場を考えたときそれよりも多い子どもたちをファシリテートしていくことがある。子どもたちの表情や行動からどのように情報を得て取捨選択すればよいか、またグループ全体をどう見取るかをさらに考究する必要がある。

集団の構成についても、異年齢集団や特別支援の子どもの場合、どのような点に配慮したファシリテーションを実施すれば、よりよい人間関係を身につけさせることができるのかという課題が残されている。

課題は山積しているが、今後は、今回意識して用いた声かけの内容に限定することなく、どこで、どんなタイミングで声をかけていけばよいかについても焦点をあてて考えていきたいと思う。

今後の学級経営に具体的に生かしながら、これらの課題の解明に向けて研究を続けていきたい。

## 引用文献

- \* 「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について（答申）2008.1.17」

## 参考文献

- \* 小学校学習指導要領 2008.3.28 公示
- \* 堀 公俊 『ファシリテーション入門』 日本経済新聞出版社 2004
- \* 中野民夫 『ファシリテーション革命 参加型の場づくりの技法』 岩波書店 2003
- \* 加藤昌治 『考具』 阪急コミュニケーションズ 2003
- \* 吉田信一郎 『効果 10 倍の 教える 技術 授業から企業研修まで』 2006
- \* ウィリアム・J・クレイドラー他 『対立がちからに』 みくに出版 2001
- \* 独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立オリンピック記念青少年総合センター  
『国立オリンピック記念青少年総合センター研究紀要 青少年教育フォーラム 第7号』2007.3
- \* プロジェクトアドベンチャー・ジャパン  
『アドベンチャープログラミング トレーニングマニュアル』2003.10
- \* 自然体験活動推進協議会 『平成 13 年度文部科学省委嘱事業子どもの『心の教育』  
全国アクションプラン 自然体験活動指導者評価ハンドブック～力を知って、自ら育てる～』 2002
- \* 文部科学省 『スポーツ・青少年分科会(第 33 回)議事要旨・配付資料  
資料 1 平野 吉直教授 説明資料  
資料 2 奈須 正裕教授 説明資料』 2005.10.18
- \* 独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立オリンピック記念青少年総合センター  
『I K R 調査に関する教育拠点周知文書』
- \* 橘直隆、平野吉直、関根章文 『長期キャンプが小中学生の生きる力に及ぼす影響』  
野外教育研究、第 6 巻第 2 号、2003、pp.45 56
- \* 独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立妙高青少年自然の家  
『非日常の体験活動が子どもの大脳活動と「生きる力」に及ぼす影響に関する調査研究報告書』2008.3

## 参考ホームページ

- \* 財団法人 日本アウトワード・バウンド協会（OBS）<http://www.obs-japan.org/>
- \* プロジェクト アドベンチャー ジャパン（PAJ） <http://www.pajapan.com/index.html>
- \* 青木将幸ファシリテーター事務所 <http://www.aokiworks.net/index.html>