

構成的グループ・エンカウンターを活用した人間関係づくり

障害児教育・教育相談部 福原 潤

構成的グループ・エンカウンターについて

1 構成的グループ・エンカウンター (Structured Group Encounter 略称...SGE) とはエンカウンターとは、「本音の交流」「心と心のふれあい」という意味であり、演習 (エクササイズ) を通して、人間関係を円滑にすることを目的とする体験学習の一つであることから、「人間関係づくりの体験学習」ともいわれている。各種のエクササイズを遂行しながら、心と心のふれあいを深め、自己の成長を図ることをねらいとしている。

集団の教育力を利用して取り組む「グループ・エンカウンター」には「構成的」と「非構成的」の2種類がある。「構成的グループ・エンカウンター」は、各種のエクササイズ遂行のためのマニュアルが作成されており、専門家でなくても取り組むことができる。これに対して「非構成的グループ・エンカウンター」は、専門的知識を必要とする。両者を幾つかの観点で比較すると表1のようになる。

表1 エンカウンターでの比較

	構成的グループ・エンカウンター	非構成的グループ・エンカウンター
参加者の課題、役割、制約など	明確に決められており、事前あるいは途中で指示される	一切の制約や約束はなく、課題、役割は決められていない
進め方	あらかじめ用意されたエクササイズに沿って進められる	参加者の意思で自由に進められる
リーダーの指導性	リーダーとして主体的に進めていくため「指導性」が強い	参加者中心が原則のため「指導性」は弱い
運営方法	集中して実施してもよい。また、日にちをおいて実施してもよい	主に集中方式 (生活を共にしながら行う)

2 開発的教育相談としての構成的グループ・エンカウンター

これまで友だちづくりの指導では、言葉による方法がほとんどであった。しかし、「仲良くしよう」「相手の気持ちになって考えよう」と言葉で指導しても、なかなか子どもの心に響くものにはならない。子ども人間関係などを向上させることは同様であるが、構成的グループ・エンカウンターでは、言葉によらないコミュニケーションや感情・感性にも目を向け取り組むことが特徴である。

構成的グループ・エンカウターのエクササイズには多くの種類があり、それをもとに学校や学年、クラスの実態に合わせて作りかえることができるので、どの校種でも活用できる。また、基本的な考え方とねらいをしっかりとっていれば、教師の創意工夫を生かすこともできる。各地の実践により、児童生徒どうしの人間関係づくりに有効な活動であることも明らかになっている。さらに、この方法は自己の成長やいじめの予防などにも役立つことにもなる。

3 期待される子どもの変容

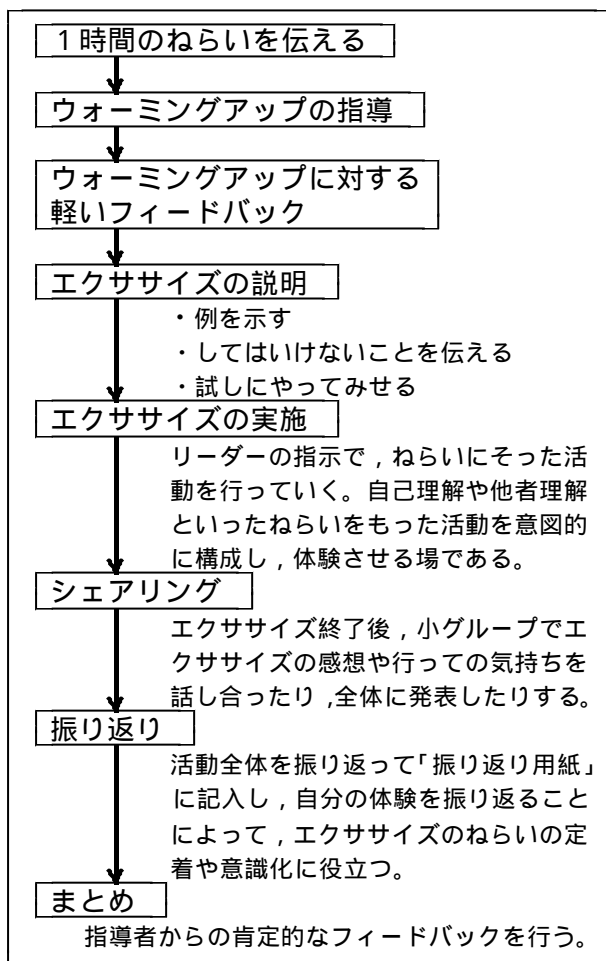
構成的グループ・エンカウンターが目標とする人間関係は、「一人一人違う」という考え方、つまり、互いの差異を認め合うという前提から成り立っている。

自分の考えや内面を表現することは難しい。そこで、エクササイズを実施することで、わかってもらうために勇気を出して表現したり、自分の価値観にとらわれなくて、他者の気持ちに添って聴いたりすることができる。

エクササイズを積み重ねるにしたがい、他者への信頼や、自己理解が深まっていく。やがて、自発的に目標を定めて取り組もうとする段階が訪れる。このように、構成的グループ・エンカウンターを体験していくなかで、児童生徒の人間関係が深まり、個の変容が成し遂げられる。

4 エクササイズの流れ

一般的に、エクササイズは次の手順で行う。



新潟県新潟市立鳥屋野中学校の実践事例

鳥屋野中学校では、1996年度より「自主的・意欲的に活動する生徒の育成」を研究主題とした取組みを実践している。

しかし、これまでの研究実践から、「班や学級での話し合いに自分の意見を述べない」「他者の気持ちを考え、思いやりをもって接していない」という課題が浮かびあがった。また、いじめや不登校問題といった大きな課題もあった。

そこで、このような課題に対処していくために、人間関係づくりに力を入れた。すなわち、生徒一人一人が自主的・意欲的な活動をより質の高いものにしていけるように、人間関係の育成に役立つ構成的グループ・エンカウンターを導入した。そして、サブテーマを「構成的グループ・エンカウンターを導入した学級経営を基盤として」と設定した。

1 構成的グループ・エンカウンター実施にあたっての教職員の共通理解

構成的グループ・エンカウンターは、「エクササイズ」と「シェアリング」、「振り返り」の3点で効果をあげるものである。

特に、シェアリングをうまくやれるかどうかは、エクササイズの成功・不成功を左右するくらい重要なので、より効果をあげるためにリーダーとしての教職員の研修も行っている。

2 構成的グループ・エンカウンターが効果をあげるための留意点

年度始めの学級は「よそよそしいぎくしゃくとした集団」の状態である。そこに構成的グループ・エンカウンターを実施すると「落ち着いて程良い緊張がある集団、リラックスした個人」の状態に徐々に変容していく。さらに、これを発展的に積み重ねていくことで、「融和的で協力し合う目的意識のある集団、自己開示できる個人」の状態に変容し、自主的・意欲的な活動を展開することができる人間関係となる。

表2に示すように年間計画を立てて、継続して構成的グループ・エンカウンターを実施し、段階的なねらいをもって発展させていく。基本的には同じねらいをもったエクササイズを繰り返すことにより、ねらいは深められ、自己実現に向かって徐々に高まっていく。

そして、生徒がどのように変容したかを検証するために、鳥屋野中学校では次の4つの測定方法を用いている。

ア 生徒の感想の集約，教師のコメントの集約による個別生徒の調査及び全体の傾向の分析
イ 「振り返り用紙」は構成的グループ・エンカウンター実施ごとに記入させ、その分析によって、ねらいの達成状況を把握する。

ウ 「今日の気持ちは？」(人間関係尺度)による定期的な調査(SGE実施前・一ヶ月経過・三ヶ月経過・六ヶ月経過)を行う。

エ 「生徒実態評価」は年2回実施し、過去の生徒との比較検討をする。

ここでは、アの生徒の感想を用いて構成的グループ・エンカウンターが人間関係づくりに役立っているかということに迫ってみる。

表2 鳥屋野中学校の構成的グループ・エンカウンター年間計画とエクササイズ例（第1学年）

回	段階	時期と生徒の様子	ねらい	エクササイズ例
1	交流・受容（予防的）をめざす	4月 年度当初（学年開き） 知り合いどうしの相互依存または孤立の時期	リレーション （他者受容） （ふれあい）	「フリーウォーク」 クラスの中をぶつからないように自由に歩き、出合ったものどうし軽く会釈をする。（応用として、握手をする、肩をたたくこともできる。）
2		4月 年度当初（学級開き） 少しずつ小集団が形成されているが、友だちづくりに乗り遅れた生徒が出てくる時期	他者理解 （他者受容） （自己紹介）	「ネームゲーム」 2つのグループをつくり、輪になり自己紹介する。隣の人は、先に紹介された人の名前を言った後自己紹介をする。次からは、紹介が終わった人の名前を全て言ってから自己紹介をする。
3		4月 保護者会 集団よりも個人の活動が目立つ時期 小学校の時の好ましくない関係を引きずって、それが顕在化してくる時期	コミュニケーション （他者理解） （交流）	「ジェスチャー」 班から1名前に出て、教師から提示する短い文章をジェスチャーで表現し、他の班員が答える。教師に回答を伝え、正解であれば、次の班員が教師から次の問題を提示してもらおう。リレーで行う。
4	理解・表現（開発的）をめざす	5月 完歩・校内体育大会後 学級が組織化され、クラスの成員がよく知り合う時期 一般的には五月病の時期	自己理解 （自己主張） （自主性）	「マイ・イメージ」 小学校時代の自分を振り返り、思い出す。提示された4つの言葉のなかで、自分を最も表している言葉のところに集まる。集まったグループで選んだ理由など感想を話し合う。選んだ言葉を画用紙に書き、首に掛ける。2人組になり選んだ言葉をもとに気づきを話し合う。
5		6月 新潟市中学校体育大会後 係活動が機能し、友人関係も深まる時期 部活動や行事の疲労等から孤立感を感じる生徒が出てくる時期	自己主張 （感情表現） （話し合い）	「聞き上手・話し上手になるう」 2人組になり、聞き手、話し手の役割を決める。話し手は自分の思いなど自由に話す。聞き手は、受容的態度で聴き、話し終わったら、内容をまとめて話し手に返す。役割を交代する。お互いの「話し方、聞き方」について感じたことを話し合う。
6		9月 夏休み明け 心身の成長が目だつとともに、集団相互で影響を受け合う時期 部活動や学級・学習への意欲の低下が出てくる時期	他者理解 （思いやり） （連帯感） （所属感）	「出合いを大切に」 2人組になり、相手の人の4月当初の印象と、今の印象を記録カードに書く。カードを交換し、感想を話し合う。相手を換えて行う。
7	成長・自己実現（問題解決的）をめざす	11月 学校行事が一段落 創造性、企画性などが発揮され、集団としてまとまる時期 個人の利害と集団の利害に矛盾が出てくる時期	信頼感 （思いやり） （連帯感） （所属感）	「ことづてリレー」 6～9人のグループをつくる。先頭は教師から提示された単文を次の生徒に耳打ちし、次々とリレーする。（応用として、背中に指で書く、ジェスチャーで伝えるなどでもできる。）
8		12月 生徒会選挙前後 学習やテストへの関心が高まる時期 学級への所属感や連帯感が強まる反面、学習意欲の低下が起こる時期	価値観 （目標） （進路意識）	「地球脱出」 各自「最後の2週間プラン」を考える。2人組になり、それぞれのプランについて発表し合う。感想や意見を言い合いながら、価値の多様性に気づく。
9	10選択	2月 生徒総会前後 心身の成長が著しく、生徒会活動への関心も高まる時期	役割意識 （企画性） （意欲）	「リレー昔話」 「昔あるところに…」で始まり、「めでたし、めでたし」で終わる話をつくる。その話の途中は班員が分担し、リレーして昔話にまとめる。つくれた時の気持ちと他の班の作品の感想を話し合う。
10		3月 卒業式後 2年生への期待と不安が顕在化し、動揺する生徒も出てくる時期	感受性 （創造性） （総合演習）	「よいことメッセージ」 友だちのよいところを全員の名前が入った一覧表に記入する。名前が書いてある封筒に入れる。自分の封筒の中から、自分の好きなメッセージを6つ選ぶ。担当が6つのメッセージを読み、名前をあてさせる。よいところを書いてある気持ち、封筒を開ける時の気持ちを発表し合う。
10	10選択	お別れ会 クラス解体直前 クラスへの所属意識や連帯感が強すぎるために新しい環境になじめない生徒が出てくるのが予想されるための意味も込めて設定	感受性 （目標） （総合演習）	「私は私が好きです」 班で輪になって座る。「私は私が好きです。なぜならば…」に続けて自分のよいと思うところを言う。班員がみんなの前で言っていく。3～5周くらい繰り返す。感じたことを話し合う。

第2, 3学年も同じねらいに沿ってエクササイズの計画を立てる。

3 エクササイズの実際

(1) 「よいことメッセージ」

ア 準備物

- ・名簿（一覧表になっているもの）
- ・封筒（各自の名前が書いてあるもの）
- ・メッセージを貼る紙（個人用）
- ・振り返り用紙 ・はさみ ・のり

イ 進め方

1時間のねらいを伝える

友だちのよいところを探してその人に伝え、自分も友だちから見てよいところを言ってもらおう。そのことにより、自分のよさに気づかせるようにしたい。

ウォーミングアップの指導とフィードバック

アイスブレイキング（緊張ほぐし）

- ・2人1組になり次のような気持ちをジェスチャーで伝える。「寒い」「楽しい」
- ・2人で感想を話し合う。
- ・指導者から軽いフィードバック

エクササイズの説明

エクササイズの説明

「人それぞれよいところがありますが、気づいていてもその人に直接伝えてあげるとはあまりありません。そこで、今日はよいところ、好感がもてるところをお互いに知らせ合う機会にしましょう。」

エクササイズの実施

クラス全員の名前の入った一覧表を配り、簡単な言葉で枠の中におさまるように記入する。

記入がすんだ人から線に沿って切り離し、各個人の名前が書いてある封筒に入れる。

それぞれ自分の封筒をもち帰り、自席で開封し、自分の好きなメッセージを6枚選び用紙に貼りつける。

担任が用紙を回収し、名前を告げずに6つのメッセージを読みあげて、名前をあてさせるゲームをする。

シェアリング

よいところを書いている時の気持ち、封筒をあける時の気持ちを発表し合う。

振り返り

「振り返り用紙」に記入し、自分の体験を振り返り、自己評価し、感想を記入する。

「振り返り用紙」

年	男	女	名	前
内 容			月	日
Aはい Bだいたい Cあまり Dいいえ				

集中して取り組めたか A B C D

素直に自分の思っていることを表現できたか A B C D

楽しく取り組めたか A B C D

説明を真剣に聞いたか A B C D

他人の気持ちを考える場面はあったか A B C D

またエクササイズをやってみたい A B C D

自由に感想を書きましょう（今の気持ちを中心に）

まとめ

指導者からの肯定的なフィードバックを行う。

ウ 生徒の反応と成果

生徒の反応

- ・悪いところはすぐ思いつくけど、いいところはなかなか見ていないし、話題にもあがらないことに気づいた。
- ・自分はどう書かれているか気になったけど案外たくさん書いてくれたのでうれしかった。
- ・こんなにいいところがあったなんて自分でも驚いた。
- ・自分が書けなかった人のよいところもわかったので、このゲームは役に立った。

成果

- ・これまで友だちの長所に真剣に目を向ける機会のなかったことに多くの生徒が気づき、一生懸命考える時間ももてた。
- ・自分で気がつかない長所を書かれることもあり、改めて自分自身のことを考えるよい機会になった。
- ・エクササイズ終了後、学級全体が和やかな雰囲気になり、互いに満足そうな表情で談笑している生徒が多かった。このことから、自己理解を深めることは、人間関係づくりを促進させるきっかけになることがわかった。

(2) 「マイ・イメージ」

ア 準備物

- ・ひものついた画用紙（1人4枚）
- ・言葉カード16枚
- ・振り返り用紙
- ・マジック

イ 進め方

1時間のねらいを伝える

- ・相手と自分の違いを知り，自他の個性を尊重する気持ちをもたせたい。
- ・クラスの友だちと積極的にかかわることを体験させたい。

ウォーミングアップの指導とフィードバック

アイスブレイキング（緊張ほぐし）

- ・班で，10片くらいにちぎってある新聞紙を元通りにする。
- ・完成した班は，全員が手を挙げる。
- ・班で感想を話し合う。
- ・指導者から軽いフィードバック

エクササイズの説明と実施

学級全員が大の字になって寝る。

目を閉じて，小学校時代の自分を思い出す。

クラスの4ヶ所に提示された，4枚の言葉カードの中で，自分をよく表している言葉のところに移動する。

《4回分の言葉カード例》

回	言葉カード
1	積極的 引っ込み思案 のんき そそっかしい
2	ほがらか おとなしい にぎやか やさしい
3	厳しい はりきっている おだやか どちらつかず
4	根気強い 熱中する 素直 控えめ

集まったグループで，選んだ理由，このグループにいることへの感想を話し合う。

自分が選んだ言葉を，ひものついた画用紙に書き，首に掛けて部屋の中を自由に歩き回る。

合図により2人組を作り，選んだ言葉をもとにお互い気づいたことを話し合う。（4回行う）

振り返り

「振り返り用紙」に記入し，自分の体験を振り返り，自己評価し，感想を記入する。

まとめ

指導者からの肯定的なフィードバックを行う。

シェアリング

後日，生徒の反応を学級通信等を使い，帰りの会で紹介し，友だちの体験した気づきを知らせ，自分以外の友だちの気持ちをわかちあわせる。その後，指導者から肯定的なフィードバックを行う。

ウ 生徒の反応と成果

生徒の反応

- ・ 私は，このエクササイズをやってみて，他の人の意外な一面，例えば素直だとか，そそっかしいだとか，そういう面を改めて知った。とても楽しかった。
- ・ マイ・イメージをやってみて，なんだか自分のことを知っていると思っていたけど，あまり知らないんだなと思った。このマイ・イメージをやってみて，それに気づいた。もっと自分のことを知っておきたいと思った。
- ・ 私のイメージは，全体的におとなしいと思った。他の友だちのイメージも，私から見たら明るい人も自分ではおとなしいと思っているんだなとわかった。
- ・ 4つの中から自分のイメージを選ぶのにどっちだろうと悩んだけど，自分の性格がほんの少しわかったような感じがする。

成果

- ・ 「まわりの人のイメージは（ぼくが考えていたことに）あてはまっていた人が多かったと思う。」とか，「友だちのことも性格もよくわかった。」ということから自分自身と同時に他人にも意識が向いていることがわかる。
- ・ 自分を見つめ，自分で自分のよさを見つけることは難しいことである。かなり意識的でないとできない。むしろ，他者とのふれあいのなかで気づかされることが多い。自分のよさに気づくことにより，自信をもち，喜びを味わい，それをさらに高めようとして意欲的になっている。

(3) シェアリングの工夫

「マイ・イメージ」では，エクササイズ直後にシェアリングを行わなかった。それは，「体験を通して気づいたこと，感じたことを発表してください」と指示しても，エクササイズの感想や体験してからの気持ちをみんなの前で発表することに抵抗を感じている学級実態がみられるためである。そこで，振り返り用紙に自分の体験を整理させ，後日，指導者が学級通信等で紹介することにより，自分との違いや共通点に気づかせることができた。また，友だちとの体験の共有ができ，心の絆が強くなっていった。

このように，一般的な形式にこだわらず工夫してシェアリングを行うことも，効果的に活用することにつながる。

4 取組みの成果と課題

(1) 成果

年間を通して実施した構成的グループ・エンカウンターを、学級経営のなかに位置づけることにより、人間関係が深まり、互いに認め合える生徒に変容していった。

ア 個の変容

構成的グループ・エンカウンターを取り入れた結果、生徒は次のように変容した。

ある生徒の感想

4月(1回目)・最初は不安で怖かったが、意外と話せた。
4月(2回目)・クラスの人と、わりと話せた。SGEで友だちづくりができたらしい。
5月・ドキドキした。いろいろ話しかけられたので、うれしかった。うまく伝えられなかったが、またやりたい。
6月・恥ずかしかったが、みんなが考えてくれてほっとした。こんなに笑ったのは久しぶり。
9月・私の考えていることと他の人が考えていることが違うのでびっくりしたが、班の人といろいろな意見が言えたのでよかった。

最初の「怖かった」という不安や孤独感から、「話せた」という安心感。さらに、「わりと話せた」という達成感、自己肯定感や充実感。「友だちづくりができたらしい」「またやりたい」という期待感の現れ、「うれしかった」「ほっとした」という満足感、安心感。そして、「こんなに笑ったのは久しぶり」という自分を振り返る余裕ができてきている。

このように、生徒はエクササイズを体験することで、他者理解や自己理解が深まった。

イ 構成的グループ・エンカウンターが学級経営にもたらしたメリット

構成的グループ・エンカウンターを学級経営に取り入れた研究はまだ継続中であるが、これまでの実践の成果として、「思いやりのある行動をする生徒が増えた」「自信と自覚をもって発言や行動をする生徒が増えた」などがあつた。このような教師の実感、望ましい人間関係の成立を意味し、自主性や活動の意欲が向上する土台ができあがったことを意味している。したがって、構成的グループ・エンカウンターが学級経営にもたらしたメリットは大きい。

また、年間計画を立てたことで、行事等との関連を考えながら、構成的グループ・エンカウンターで身につけさせたい力を意識して

指導することができた。

(2) 課題

人間関係づくりに力を入れ、生徒一人一人の自主的・意欲的な活動がより質の高いものになるように取り組んでいるが、次のようなことが課題として挙げられる。

生徒の実態に合った多様なエクササイズを用意する。

エクササイズを実施する時の生徒の当惑というものを十分配慮するため、指導者はあらかじめエクササイズを体験しておく。

ゲームとの違いを明確にしていくために、シェアリング(振り返り)の方法をさらに工夫する。

構成的グループ・エンカウンターの実験を学校生活のなかで活かせるような活動としていくための工夫が必要である。

積極的に参加できない生徒への対応を検討する。

実践から学ぶこと

鳥屋野中学校では、構成的グループ・エンカウンターを学級経営に取り入れ、継続した実践により、基本的な生活習慣の確立、話し合い活動のルール、生徒会、短学活、係活動等について望ましい方法やルールが確立されたといえる。また、その後も絶えず検討しながら、組織づくりや活動づくりについて取組みをすすめている。

これらのことをふまえたとき、学級経営において取り組むべき点は、学級の人間関係づくりと集団の中での個の成長である。生徒が学校生活で最もよりどころとする場合は、学級をはじめとする仲間集団(人間関係)である。特に、授業はもとより、多くの活動が学級を基盤として展開されている。このことを考えると、学級のなかで相互に多様なかわり合いをしながら、それぞれに個性を発揮して諸活動に取り組むことが大切ではないだろうか。

また、人間関係づくりに役立つ技法の一つである構成的グループ・エンカウンターを追求することは、必ず一人一人の教師としての資質の向上に還元されるはずであり、生徒にとっても教師の熱心な探求姿勢に刺激され、自己実現に向けて歩んでいくであろう。

の実践事例は、新潟県新潟市立鳥屋野中学校の協力によるものである。