

学校教育に取り入れられている主なグループ・アプローチ一覧表

	ライフスキル	ラボラトリー体験学習		構成的グループ・エンカウンター(SGE)
			学校グループ・ワーク・トレーニング(GWT)	
目 標	<p>1 自分の健康や環境を主体的によりよくコントロールして、健康にとって良い選択をする機会を増やすことができるようにする主体（生活者）を作る。</p> <p>2 子供たちが、心理社会的変化に対する適応力を高め、身体的/精神的健康を増進するための直面する課題に対処するための方法を習得する。</p>	<p>1 個と集団とを統合する体験学習あるいは実存的対話者としての自分の生き方を探る。</p> <p>2 グループの中での“今、ここ”での人間関係に気付きそれを主体的に生きる体験を通して、人間関係の本質は何か、自己とは、他者とは、人間とは何か、関わって生きるとはどういうことか、グループや組織とは何か、などの本質を見極めると同時に、自己理解や自己受容を深め、他者を共感的に理解し受容する能力を高め、葛藤や対話的に生きる態度を養い、グループ内に信頼関係を形成していく能力を磨く。</p>	<p>1 個人の成長・集団の成長・人間関係能力の向上</p> <p>2 自分の良さ、他者の良さ、協力するとはどういうことかに気付く</p> <p>3 グループの動きに対する感受性を高め、把握する。「グループプロセス」を見る目を養うこともねらいとする</p> <p>4 自分の姿に気付き、自らの態度、行動を変容させていく。</p>	<p>1 体験的な感情を伴った気付き【自己発見】による自己の感情・思考・行動の変容。究極的には人間の成長を目的とする。</p> <p>2 <u>自己開示による感情交流</u>【ふれあい】</p> <p>3 学校教育での目的</p> <ul style="list-style-type: none"> 自己防衛しない援助的人間関係をつくる。 あるがままの自己を、友達を受容する。 生きる力、問題を解決する力を培う心のふれあう人間関係づくり 感情を豊かに表現させて、毎日の生活の充実感を高める。
方 法	<p>1 導入</p> <p>2 説明（ミニレクチャー）</p> <p>3 グループワーク</p> <p>4 フィードバック</p> <p>5 まとめ</p>	<p>1 導入</p> <p>2 実習</p> <p>3 振り返り</p> <p>4 分かち合い</p> <p>5 コメント・小講義</p>	<p>【グループ作り】</p> <p>1 課題とルールの説明</p> <p>2 グループ活動【観察記録】</p> <p>3 振り返りシートの記入</p> <p>4 振り返りの話し合い</p> <p>5 まとめ【フォローアップ】</p> <p>*【 】は教師(ファシリテーター)の動き</p>	<p>1 導入</p> <p>2 ウォーミングアップ</p> <p>3 イストラクション</p> <p>4 エクササイズ</p> <p>5 シェアリング</p> <p>6 まとめ</p>
志向性	<p>スキル学習志向、 態度学習志向</p>	<p>態度学習志向（自己成長志向）</p>	<p>態度学習志向</p>	<p>態度学習志向</p>
内 容	<p>●V領域⑩スキル</p> <p>I①意志決定スキル</p> <p>②問題解決（目標設定）スキル</p> <p>II③創造的思考スキル</p> <p>④批判的思考スキル</p> <p>III⑤対人関係スキル</p> <p>⑥効果的コミュニケーション・スキル</p> <p>IV⑦自己認識スキル</p> <p>⑧共感性スキル</p> <p>V⑨情動抑制スキル</p> <p>⑩ストレス対処スキル</p> <p>●各領域前半部は自分自身にかかわるスキルで、後半部は他者とのかわりに必要なスキル</p>	<p>●自己概念や価値の明確化、聞くこと話すことなどのコミュニケーション過程、非言語活動による気づき、グループによる問題解決過程、リーダーシップ、葛藤処理過程、コンセンサスを求めている集団決定過程組織行動など様々な分野にわたっての実習がある。</p> <p>●本来のラボラトリーメソッドによる体験学習には4つの構成要素（①集中的なグループ体験、②構造化した実習と振り返り、③小講義、④記入用紙、チェックリスト）があるが、学校教育に取り入れているものは②③④である。</p>	<p>1 <u>協力の仕方を学ぶもの</u></p> <p>2 <u>情報の組み立て方を学ぶもの</u></p> <p>3 話し合いの仕方を学ぶもの</p> <p>4 話し方、聴き方を学ぶもの</p> <p>5 自分の長所や友達の良い長所に気付くもの</p> <p>6 野外で実施するもの</p>	<p>●自己理解、他者理解、自己受容、自己主張、信頼体験、感受性の促進をねらいとして、それぞれ行動の変容と人間的な成長(感受性訓練、認知の変容)を促進するさまざまなエクササイズ(集団学習体験)がある。</p> <p>①本音を知る（自己覚知）</p> <p>②本音を表現する（自己開示）</p> <p>③本音を主張する（自己主張）</p> <p>④他者の本音を受け入れる（他者受容）</p> <p>⑤他者の行動の一貫性を信じる（信頼体験）</p> <p>⑥他者とのかわりをもつ（役割遂行）</p>
特 色	<p>●子供たちの危機的状況を未然に防ぐために、学校の教育環境にライフスキル教育を導入する WHO がまとめたガイドラインに沿った取組</p> <p>●一定の学習(スキルトレーニング)をとおしてライブに必要な社会的心理能力(コンピテンス)を身に付け、向上させる。</p> <p>●問題解決、意志決定、情動対処やストレス対処などの実践力を身に付ける。</p> <p>●その後人間形成や対人関係の在り方・社会現象の理解など、生きていく上で働くものとする。</p> <p>●JKYB はアメリカの健康財団が開発した Know Your Body プログラムをベースにして、日本版を開発し、健康教育からのアプローチが多い。①喫煙防止教育、②性(エイズ)教育、③薬物やアルコールなどの依存防止教育、④食物栄養教育として、「保健体育科」、「家庭科」での実践が紹介されている。</p> <p>●JIYD (Japan Initiative for Youth Development) はアメリカのルーセントテクノロジー財団が開発した Lions-Quest 「思春期のライフスキル教育」プログラムを紹介し、一部の中学校で、「総合的な学習の時間」で実践されている。</p>	<p>●ラボラトリーメソッドによる体験学習(人間関係トレーニング)は、当初は企業人を対象にしたものであったが、医療・福祉関係者、学校関係者、生涯学習に励む市民層にまでおよんでいる。</p> <p>●本来は、Tグループセッション、理論セッション、実習セッション、質問紙などのインストルメント(道具)を用いたセッション4つを全体のプログラムの構成要素として加味するようにして実施されているが、実習中心のトレーニングに変形されながら、学校教育のなかに、取り入れられてきた。そのうちの 하나가「学校グループワークトレーニング」である。</p> <p>●体験からの学びを分析・一般化し、仮説化・応用する前に、小講義を設定する場合がある。これは、自分や他者の行動を理解するための認知的モデルを提供することによって研修での気付きを、研修後の日常生活の中に転移しやすくする働きをもつ。ただし、価値観の押しつけにならない配慮が必要である。</p>	<p>●振り返りをしっかり行う</p> <p>●プラス面の気付きを重視、プラスのストロークをする</p> <p>●気づきを文章化する</p> <p>●GWTで気付いたことを日常に生かす</p> <p>●中間で計画的に行う。</p>	<p>●One-ness—We-ness—I-ness という段階を踏んだエクササイズをプログラムする。</p> <p>●グループの大きさ、時間、ルールをきめて、構成する。</p> <p>●背景にある哲学</p> <ul style="list-style-type: none"> 実存主義哲学: courage to be プラグマティズム: 効率的で効果的な方法を工夫する 論理実証主義: 論理と事実を大切にしている。 背景にあるカウンセリング理論(折衷主義): 現象学、論理療法、交流分析、ゲシュタルト療法、内観療法。
参 考 文 献	<p>WHO ライフスキル教育プログラム(川畑徹朗他、大修館書店)</p> <p>健康教育とライフスキル学習—理論と方法(KYB研究会、明治図書)</p>	<p>人間関係トレーニング(津村俊充他、ナカニシヤ出版)</p> <p>ファシリテーター・トレーニング(津村俊充他、カネシヤ出版)</p> <p>Creative Human Relations(津村俊充他、Press Time)</p>	<p>学校グループワーク・トレーニング(横浜学校GWT研究会・遊戯社)</p> <p>新グループワーク・トレーニング(協力はれば何かが変わる(横浜学校GWT研究会・遊戯社))</p>	<p>「エンカウンターで学級が変わる」小学校編、中学校編(國分康孝監修、「エンカウンターこんなときどうする」諸富祥彦監修など(以上図書文化刊))</p> <p>正・続「構成的グループ・エンカウンター」(國分康孝編、誠信書房)</p>

学校教育に取り入れられている主なグループ・アプローチ一覧表

	日本のピア・サポート・プログラム	子供のアサーション・スキル教育	ストレス・マネジメント教育	ソーシャル・スキル教育
目 標	<ol style="list-style-type: none"> 1 体験的なトレーニングを通して子供たちの基礎的な社会的スキルを段階的に育て、それによって子供たちが支え合えるような学校環境をつくる。 2 学校のガイダンスやカウンセリングサービスの幅を広げる。 	<ol style="list-style-type: none"> 1 他者の基本的な人権をおかすことなく、自己の基本的な人権のために立ち上がり、自己表現することを身に付ける。 2 アサーションとは何かを学ぶ。 3 自分の中のアサーションを育む。 4 アサーションを支えるものとして自己尊重、他者尊重を確認する。 	<ol style="list-style-type: none"> 1 ストレス概念の理解を深める 2 ストレス反応に対する気付き 3 ストレス対処法の習得 4 ストレス対処法の活用 5 ストレス反応の軽減 6 日常生活の改善 	<ol style="list-style-type: none"> 1 適切な対人行動についての基本的な知識を学ぶ。 2 他者の思考と感情の理解の仕方を体験的に学ぶ。 3 自分の思考と感情に気付き、それを伝える方法を体験的に学ぶ。 4 人間関係の問題を解決する方法を体験的に身に付ける。
方 法	<ol style="list-style-type: none"> 1 ウォーミングアップ 2 主活動 3 振り返り 	<ol style="list-style-type: none"> 1 ワークの実践（体験する） 2 振り返り（ワークの実践） 3 ワークで体験のまとめ（分析・概念化） 4 今後に向けたプラン作り（プランを立てる） 	<ol style="list-style-type: none"> 1 参加体験型のグループによる活動園 2 講義と体験的な活動を織り交ぜる。 	<ol style="list-style-type: none"> 1 インストラクション 2 リハーサル 3 フィードバック 4 定着化
志 向 性	【領域1】 スキル学習志向 【領域2】 態度学習志向	スキル学習志向	スキル学習志向	スキル学習志向
	役割関係志向	役割関係志向	役割関係志向	役割関係志向
内 容	<ul style="list-style-type: none"> ● 【領域1】と【領域2】の活動を通して「自己有用感」を獲得させることで「対人関係能力」の貧困に由来する生徒指導上の諸問題を克服する。 ● 【領域1】 ①傾聴、問題解決、対立マネジメントなど他人を支援するのに必要なスキル ②学業の手助け、問題解決などのような支援を学校集団全体に提供する。 ③生徒のリーダーシップ、自尊感情、対人関係スキルなどを向上させるもの ● 【領域2】 ①自分よりも低学年の子供を「お世話する」活動を通して、自己有用感を育てる。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 第一領域： ①攻撃的な話し方、②攻撃的な話し方、③アサーションの三つの話し方について学ぶ。ワークA ● 第二領域： 自分の中のアサーションを育む。ワークB ● 第三領域： アサーションを支えるもの（自己尊重・他者尊重）を確認する。 ワークC（インタビューゲーム）、 ワークD（褒め言葉のプレゼント）、 ワークE（アサーティブな聞き方の実践） ●アサーションの考え方をしっかり理解するためにはワークA, B, C, D, Eを実施するが、アサーション概念と関連させずに、学級の人間関係づくりや、活性化をねらうなら、ワークC, Dのみで実施することもできる。（この場合、内容的にはほとんど構成的グループ・エンカウンターと同じである）など、さまざまな活用の仕方がある。 	<ul style="list-style-type: none"> ● ストレスの概念を知る。 ①ストレッサー ②認知的評価 ③ストレス反応（心理的・身体的） ④コーピング ● 実習 ①自分のストレス反応に気付く ②ストレス体験を振り返る ③ストレスをグループ活動で振り返る。 ④コーピングの方法を学ぶ ○アサーション ○論理療法 ○リラクゼーション ○呼吸法 ○ソーシャルサポート 	コミュニケーション・スキル <ol style="list-style-type: none"> 1 あいさつ 2 自己紹介 3 上手な聴き方 4 質問の仕方 受容・遊び参入スキル <ol style="list-style-type: none"> 5 仲間の誘い方 6 仲間の入り方 受容・共感スキル <ol style="list-style-type: none"> 7 暖かい言葉かけ 8 気持ちをわかっているの働きかけ方 主張スキル <ol style="list-style-type: none"> 9 やさしい頼み方 10 上手な断り方 11 自分を大切に伝え方 問題解決スキル <ol style="list-style-type: none"> 12 トラブルの解決策を考える。
特 色	<ul style="list-style-type: none"> ●学校全体で取り組む「予防教育的生徒指導」のモデル ●学級にとどまらず、学年、学校全体を範囲に入れた「広がり」のあるもの ●子供たちが、将来にわたり、どのような集団に属そうとも好ましい人間関係をつくり出せるようにという「見通し」をもって段階的に取り組む。 ● 【領域1】と【領域2】とからなる。 ● 【領域1】は【領域2】の準備段階としてなされる体験的トレーニングの部分。年長の子供を対象にする。【領域2】がうまく行くための「下地づくり」としてなされる。 ● 【領域1】だけを見ると、内容的には構成的グループ・エンカウンターとほとんど同じである。だから、SGEと同じ取り組みと考えるのは総計である。ピア・サポートというからには【領域2】の学校全体の取り組みが重視される。 	<ul style="list-style-type: none"> ●学級担任がキー・パーソンとして全過程に積極的にかかわる。（教師自身がアサーションのモデルになる。） ① ワークの時間だけではなく、 ② 授業中や、 ③ 日常的なやり取りの中で教師がアサーティブな態度を示し、 ④ アサーションをよしとするクラス文化を形成する） ●教師と子供と一緒にを行う体験学習である。 ●子供同士のやり取りを引き出す。アサーションを支えるもの（自己信頼、相互信頼、アサーション権、認知、信念）について理解を深める。 	<ul style="list-style-type: none"> ●グループ活動のなかでは自然発生的に感情交流がみられるが、重点はスキル習得にある。 	<ul style="list-style-type: none"> ●扱う内容によっては感情交流もあるし、グループ活動の中で自然発生的に感情交流がみられるが、重点はスキルの習得にある。 ●心を育てる方法を社会心理学のエッセンスを集大成して明らかにしたものの。 ●行動理論に基づく技法。
参 考 文 献	ピア・サポートではじめる学校づくり 小学校編／中学校編／実践導入編 （滝充・金子書房）	子供のためのアサーション（自己表現）スキルグループワーク （園田雅代他、日本精神技術研究所） アサーショントレーニング（平木典子、同上）	ストレスマネジメント教育 基礎編／展開編（北大路書房）	ソーシャル・スキル教育で子供が変わる 小学校編（小林正幸他、図書文化）
共 通 点	<ul style="list-style-type: none"> ●個人の成長、教育、対人関係の改善、組織開発などを目的として、集団の機能、課程、力動を用いるグループ・アプローチである。 ●全参加者が学習の場に積極的に参加して相互に学びあうプロセス（過程）を通してさまざまな気付きや発見をする体験学習の方法である。 ●体験学習の循環過程（①体験【Do やってみる】⇒②指摘【Look 観てみる】⇒③分析【Think 考えてみる】⇒④応用【Plan まとめる。次を考える】）がある。ただし、学校教育で行う場合、多くの場合、③までが授業でできることである。④の段階は担任が行動を観察していて、フォローアップするという形になる。 ●体験学習の循環過程のうち、②～④が振り返りとカセアリング、分かち合い、フィードバックなどといわれる過程である。 			

