

第4章 実践研究

【実践1】平成7年度の実践事例

1 構成的グループ・エンカウンターの実践の全体計画(◎は演習で体験させたい概念,○は演習で体験させたい副概念)

種 校	時 限	ウォーミングアップ	エクササイズ名	エクササイズのねらい	自己覚知 自己理解	自己 開示	他者 受容	役割 遂行	信頼感
A 小 学 校	1	・自由歩行 ・□人組	「この指とまれ」	○自分はどんな人かもっとよく考えてみる。 ○自分の考えとその理由もしっかり言う。	◎	○			
	2	・自由歩行 ・伝言リレー	「ブラインドデート」	○自分の特徴を分かりやすく表現し、それを互いに確認することにより緊密な人間関係をつくる。	◎				
	3	・自由歩行 ・□人組	「信頼の目隠し歩き」	○目隠しされた友達を思いやり、その気持ちを理解する。 ○安全に努めながら、友達といろいろな体験をする。 ○「安心できた」という実感をもつことにより友達への信頼を高める。			○	○	◎
	4		「私のしたい20のこと」	○自分がどんな願いや夢を抱いているかを明らかにし、それを表出する。 ○友達とのやり取りを通して、友達が今、何に関心をもっているかを知り、友達との関係を深める。		◎			
B 小 学 校	1	・自由歩行 ・□人組	「サインを集めよう」	○友達に対して以前より親近感をもつ。 ○全員とのかかわりを求めて積極的に働きかける。 ○人からかかわりを求められたときの好意的な態度の取り方を学ぶ。		◎	○		
	2	・自由歩行 ・伝言リレー	「この指とまれ」	○自分はどんな人かもっとよく考えてみる。 ○自分の考えとその理由もしっかり言う。	◎	○			
	3	・歩行者天国 ・ハイ、□をしてください	「何を選びますか」	○自分の思っていることをグループの中で遠慮しないでしっかり言う。 ○友達の発言を受容し、共感的に理解しながら聴く。 ○友達の考えを聴き、自分の考えとの違いを考える。		◎		◎	
	4	・歩行者天国 ・瞬間接着剤	「無人島脱出」	○友達の発言を受容し、共感的に理解しながら聴く。 ○自分の思っていることをグループの中で遠慮しないで言う。		○	◎		○
	5	・歩行者天国 ・目隠し歩き	「新聞パズル」	○自分の役割を考えながら、友達と一緒にできるだけうまく仕事をしていく。 ○友達と協力しながら安心して仕事を進める。					◎
中 学 校	1	・何でもバスケット ・歩行者天国 ・□人組	「早い者勝ち」 「大木を寝かせよう」	○友達と身体接触の体験を積むことを通し、楽しい雰囲気を感じ取る。 ○全身の力を抜いてみることにより、心と体をリラックスさせることを感じ、友達を信頼することがゆだねることであることに気付く。			◎		◎
	2	・ハイ、□をしてください	「握手ゲーム」 「人との出会い方」	○いろいろな出会い方・接し方を体験することにより、友達とのかかわり方に気付き、対人関係のとりかたを学ぶ。		○	◎		
	3	・満員電車 ・震源地はどこだ	「ザ・対決」 「インタビュー」 「マッサージ」 「傾聴」 「他者紹介」	○目を見つめ合うことで起こってくる感情を静かに受け止めて、友達のよさや個性に気付く。 ○インタビューを通して、自分の意見をオープンにする経験を積むとともに、友達の考えを理解する。 ○視覚から判断した感じと手で触ってみた感じの違いに気付く。 ○お互いを理解するには正確に伝え、正確に聴くことが大切であることを体験を通して気付く。 ○相手を肯定的に見て、深く知ろうとすることによって友達のよさや個性に気付く。		○	○		◎

中 学 校	4	・ブラインド ミリング	「頭をゆだねる」 「目隠し歩き」	○全身の力を抜いてみるにより、心と体をリラックスさせることを感じ、友達を信頼することがゆだねることであることに気付く。 ○目隠しされた友達を思いやり、その気持ちを理解する。 ○安全に努めながら、友達といろいろな体験をする。 ○「安心できた」という実感をもつことにより友達への信頼を高める。				○	○	◎
	5	・伝達ゲーム	「協力ゲーム形になるまで」	○集団の中での自分や友達の行動の特徴や、集団がどのように動くものであるかに気づき、対人関係の在り方を向上させる。					◎	○
高 等 学 校	1	・アイコンタクト ・自由歩行と自己紹介	「フォーリングバック」 「サークリング」 「メディテーション」	○人を信頼するという心身の状態を体験することを通して、「信頼する」ということはその人に一切を任せ、全てを委ねることであることに気付く。 ○心と体を静め、自分の体がどのような動きがっているかを、素直に自分の体に聴く。				○		◎
	2	・アイコンタクト ・手の感覚	「馬乗り」 「メディテーション」	○子どもの心にかえて馬乗りを楽しむ。 ○心と体を静め、自分の体がどのような動きがっているかを、素直に自分の体に聴く。				○	◎	
	3	・アイコンタクト ・雑巾人間 ・じゃんけん鎖	「人間知恵の輪」 「メディテーション」	○自然に起こる身体的接触を通して、集団の対人関係がスムーズになる様子や、温かい雰囲気を感じ取る。 ○心と体を静め、自分の体がどのような動きがっているかを、素直に自分の体に聴く。				○	◎	○

2 実践例

(1) A小学校（異年齢集団）での実践

日時・場所	エクササイズの内容	ね ら い	児 童 の 感 想
10/7 3校時教室	オリエンテーション ① 『自由歩行』〈歩行者天国〉 (5分間) ○部屋を自由に歩き回る。 ・擦れ違ったときにあいさつ ・見つめ合って握手 ② 『□人組』 (10分間) ○先生に指示された人数で集まり、手をつないで座る。 ③ 『サインを集めよう』 (25分間) ○全員からサインをもらう。サインが終わったら、心を込めて握手をしながら、言葉を交わす。 ④ 『振り返り』 (5分間) ○この1時間どのように感じたか発表する。	第1段階 出合いの段階 ○自分が友好的な気持ちをもっていることを、あいさつや握手を通して伝える。 ○仲良しグループを解体し、いろいろな人と関係をもつ。 ○人に対して積極的に働き掛けることや、かかわりを求められたときの受け入れを体験を通して学ぶ。	・握手するとき、恥ずかしい。 ・いろいろな友達と組になって、楽しかった。 ・一人だけ仲間外れになったらどうしようと心配だった。 ・上級生からサインがもらえてうれしかった。 ・上級生がすごく優しくかった。 ・下級生が自分の弟や妹のように思えた。 ・下級生がすごくかわいかった。
10/21 3校時教室	① 『自由歩行』 (5分間) ○前時と同様に、自由歩行を行う。 ② 『伝言リレー』 (15分間) 私のおじいちゃんは、私の家の隣に住んでいます。先週の土曜日に、こづかいを千円くれました。 ③ 『この指とまれ』 (20分間) ○先生の指示で同じ者同士が集まる。 ・「生まれた月が同じ人」 ・「好きな教科が同じ人」	第2,3段階 自己理解及び他者理解を深める段階 ○仲良しグループの解体をする。 ○友達への信頼を体験する。 ○クラスの雰囲気を和らげ、友達との交流を深める。 ○人間は一人一人皆違うが、反対に共通したものや類似点もたくさんあることに気付く。 ○他者との違いを、温かい心で受け止めさせ相互理解を深める。	・男女関係なく、わいわいがやがやして楽しかった。 ・あまり話さない人と親しくなれてうれしかった。 ・同じ誕生日の人がいてびっくりした。 ・自分と同じ趣味の人がいて楽しかった。 ・あまり話さない人と話ができてよかった。

	<ul style="list-style-type: none"> ・「好きなスポーツが同じ人」 <p>④『振り返り』 (5分間) ○この1時間どのように感じたか発表する。</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・親しい友達でも知らないことが多かった。 ・いろいろな友達と仲良くなろうと思った。
11/18 3校時教室 校舎内	<p>①『ハイ、～をして下さい』 (10分間) ○「ハイ」をつけたらその動作をし、つけなかったらその動作をしないというルールで、教師からの合図で行う。</p> <p>②『信頼の目隠し歩き』 (30分間) 前時と同様に自由歩行を行う。 ○2人組を作る。 ○じゃんけんをして、負けた者は目隠しをし、勝った方が黙って案内する。</p> <p>①『振り返り』 (5分間) ○この1時間どのように感じたか発表する。</p>	<p>第3段階 他者理解を深める段階</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・初めはとても不安だった。 ・目の不自由な人の気持ちが分かった。 ・貴重な体験ができた。 ・最初は相手を信頼できなかったがだんだんと信頼感ができてきて安心して歩けるようになった。 ・下級生が私を信頼してくれて、うれしかった。
12/2 3校時教室	<p>①『自由歩行』〈歩行者天国〉 (10分間) ○部屋を自由に歩き回る。 ○擦れ違ったとき、あいさつ ○見つめ合って握手する。</p> <p>②『広告用紙パズル』 (25分間) ○広告用紙1枚を10片に破り、近くのグループと交換する。 ○早く完成できる方法を話し合う。 ○グループで相談しながら広告用紙を元通りに組み立てる。</p> <p>③『振り返り』 (10分間) ○この1時間どのように感じたか発表する。</p>	<p>第4段階 本音で付き合える集団を育てる段階</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・上級生が、にこにこしながらあいさつをしてくれたのでうれしかった。 ・上級生に、アドバイスをもらったのでうまくできた。 ・下級生の悩んでいる姿を見て、つい助けなくなった。 ・お互いに助け合い、一つのことをやり遂げることの大切さが分かった。

(2) B中学校での実践

日時・場所	エクササイズの内容	ねらい	生徒の感想
9/30 1校時教室	<p>①『何でもバスケット』 (10分間) ○椅子を一重円に並べて座る。 ○最初の鬼はリーダーが行う。条件の提示とともに、条件に当てはまる生徒同士を交換する。椅子のないものは次回の鬼になる。</p> <p>②『歩行者天国』 (5分間) ○音楽に合わせて、教室を自由に歩き回る。</p> <p>③『2人組3人組』 (10分間) ○音楽を途中で止め、指示された人数の組をつくり、できた組から素速く座る。</p> <p>④『早い者勝ち』 (10分間) ○互いに向かい合い、左手で握手する。右手でジャンケンし勝った者は右手で相手の左手の甲をたたく。負けた者は、右手で自分の左手をカバーする。10回勝負し、勝った方、負けた方の感想を発表する。</p> <p>⑤『振り返り』 (10分間) ○この1時間どのように感じたか発表する。</p>	<p>第1段階 出会いの段階</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・とても楽しかった。 ・少し照れくさかったけれど、やっているうちに熱中した。 ・最初は仲の良い友達と一緒に歩いていただけ、だんだん離れても平気になっていった。 ・あまり友達がいなかったので、組む相手を探しながら歩いた。 ・早く座らなければならなかったのに、男女関係なくグループを組んだ。 ・10回勝負なので何がなんだか分からなくなってしまって、夢中になってしまった。 ・組んだ相手が女子なので思いつきりたたくのができなかった。

<p>10/11 1校時教室</p>	<p>①『握手ゲーム』 (10分間) ○口を閉じて教室内を歩き回る ・擦れ違うとき、あいさつ ・目を見て心を込めて握手 ・「こんにちわ」とあいさつをしながら握手</p> <p>②『人との出会い方』 (15分間) ○A, B二つのグループに別れ男女が交互になるように教室の両側に並ぶ。A, Bから順に一人ずつが中心に向かって対角線上を歩き、中央で出会う。 ・ただ通り過ぎる。 ・避けて通る。 ・下を向いて通る。 ・目を見合わせて通る。 ・握手して通る。</p> <p>③『大木を寝かせよう』 (15分間) ○2人組を作る。体を堅くして立つ。もう1人が静かに寝かせる。</p> <p>④『振り返り』 (10分間) ○この1時間どのように感じたか発表する。</p>	<p>第1, 3段階 出会いの段階及び他者理解を深める段階</p> <p>○いろいろな出会い方・接し方を実際に体験することによって学ぶ。 ○自分の今までの友達とのかかわり方を見つめ直し、よりよいかかわり方に気付く。 ○学級及び集団の対人関係の向上を図る。 ○人との出会い方を直接体験することによって学ぶ。 ○友達といろいろな方法で擦れ違ったとき、擦れ違い方が変わることに感じる方の違いに気付く。</p> <p>○相手を信頼することを学ぶ。また、身体接触により、相手のことを知る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・何も言わずに握手をするだけでは何か物足りない感じがした。 ・目を合わせて握手したりすると心が通じ合うような気がする。 ・握手の仕方が変わっていくにつれ心によいものが湧いてきて、だんだん楽しくなった。 ・心が通じ合うというか、すごく気持ちよくなった。 ・性別に関係なく、クラスメートとして仲良くするのはあたりまえだということに気付いた。 ・無視という行為は、相手の心を傷つけることが分かった。 ・あいさつはもちろん、握手をただで友達の考えているようなことがなんとなく分かったような気がする。 ・友達との接し方を変えようと思った。 ・声や動作で人の心を動かせることが分かった。 ・床が堅かったので、倒れたときのことを考えると怖かった。 ・「大丈夫だよ。」と言ってくれたけれど、どうしても心配だった。 ・幼なじみでいつも遊んでいたから信頼できた。
<p>10/27 5校時教室</p>	<p>①『インタビュー』 (10分間) ○歩行者天国により、2人組を作る。ジャンケンで勝った方が負けた方に1分間インタビューをする。</p> <p>②『マッサージ』 (10分間) ○歩行者天国により、2人組を作る。ジャンケンで負けた方が相手の肩、首、腕、手の平などを心を込めてマッサージする。</p> <p>③『傾聴』 (10分間) ○2人組になり、「小学校時代の自分」「尊敬する人」「今自分がやりたいこと」などを1分間思いっぴのままに話す。相手は、「なるほど」「うんうん」とすべてを受容する。</p> <p>④『他者紹介』 (10分間) ○2人組から4人組になり、自分の相手を他の2人に紹介する。</p> <p>⑤『振り返り』 (10分間) ○この1時間どのように感じたか発表する。</p>	<p>第3段階 他者理解を深める段階</p> <p>○お互いに関心もち合い、より深く相手を知る。 ○互いに相手の心を聞き合う機会を体験する。 ○相手に愛情を込めてマッサージし、相手の愛情を素直に受け取って、互いの感情交流を深める。 ○受容的な関係の心地よさを体験する。 ○受容する体験、受容される体験をする。 ○自分を相手に開き、自分を素直に表現する機会を学ぶ。 ○自分の考えを分かりやすく表出し、それを互いに確認することにより、緊密な人間関係をつくる。 ○友達の個性や特徴を肯定的に認める。</p> <p>○相手を深く知ろうとすることによって、友達のよさや個性に気付く。 ○相手を肯定的に見る。 ○非言語的表現(表情、態度、姿勢、距離など)の大切さに気付く。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・インタビューをして友達のことが分かってきた。 ・友達と仲良くなった気がする。 ・違う友達のことも知りたかった。 ・ていねいにマッサージしてくれたので、私もしっかりとマッサージをしてあげた。 ・人にやってもらうのは恥ずかしかったが、だんだんと気持ちよくなってきた。 ・ふだん話せないこともしっかりと話すことができた。 ・「うん。うん。」とうなずいて聞いてくれてうれしかった。 ・自分のことが話せたので、気持ちがすっきりした。 ・自分の悩みなども聞いてもらえそうな気がする。 ・いろいろな考え方や希望が聞けたので、友達のことをより深く知ることができた。 ・友達のよさを知ることができた。
<p>11/10 3校時教室 校内</p>	<p>①『頭をゆだねる』 (10分間) ○2人組を作り、一人が寝ころんで、もう一人が寝た人の頭を持ち上げる。頭を持ち上げている人は、頭の重さの変化を教えてあげる。</p> <p>②『目隠し歩き』 (30分間) ○2人組を作り指定された校内のコースを、目を閉じた相手</p>	<p>第3段階 他者理解を深める段階</p> <p>○全身の力を抜いてみることににより、心と身体をリラックスさせることを感じ、友達を信頼することがゆだねることであることに気付く。</p> <p>○目隠しした相手の手となり、足となる体験をすることによ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・頭が重くなったとき、「ああ私を信頼してくれて力が抜けているんだ。」と感じてうれしくなった。 ・だんだんと友達を信頼できるようになった。 ・少し不安はあったけれど、案内してくれる人がとても親切にしてくれたので、安心してその人を信頼できた。

	<p>を誘導して歩く。案内する者もされる者も無言で歩く。</p> <p>③ 『振り返り』 (10分間) ○この1時間どのように感じたか発表する。</p>	<p>って、人間関係の基本となる信頼感を身体で感じ、それに気付く。また、ペアになった相手との信頼について考え、学級集団の中の児童生徒相互の信頼関係を高める。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・いつもこんな体験をすることがないので、どれだけ相手に対して信頼しているかが分かった。 ・相手を信頼することによって、今までより身近に感じることができた。
11/14 3校時教室	<p>① 『伝達ゲーム』 (10分間) ○5人が一列に並び、短文を後ろの人に早く正確に伝える。最後の人、文章を画用紙に清書して一斉に発表する。短文は2種類用意しておき、2回戦まで行う。</p> <p>② 『協力ゲーム-形になるまで-』 (30分間) ○生活班のグループに分かれ、模造紙に提示してある「グループの課題」と「ルール」の説明を聞く。グループごとに作戦会議をもち、組み立て作業に入る。決めた方法でうまくいかないときは、再び作戦会議を開き、合意が得られたら違った方法で組み立てる。</p> <p>○ゲームの中での自分や友達の行動の特徴や問題点、さらには集団がどのように動いたか等について気付いたことを話し合う。話し合いのときに特定の生徒が否定的に見られている場合には、その生徒の気持ちもよく聞いて話し合う。</p> <p>③ 『振り返り』 (10分間) ○この1時間どのように感じたか発表する。</p>	<p>第4段階 本音で付き合える集団を育てる段階</p> <ul style="list-style-type: none"> ○集団で団結することの大切さを合わせて問題を解決したときの感動を味わう。 ○集団の中で自分や友達の行動の特徴を知る。 ○グループが協力して作業を進める中で、こだわりなく自分の考えを出し、友達の助言を受け入れたり協力することの大切さを知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなで協力することの大切さが分かった。 ・一人の考えでは解決できない問題でもみんなで意見を出し合えば、困難でなくなることを学んだ。 ・自分の意見が聞いてもらえてうれしかった。 ・班の仲間と協力して楽しくできた。 ・他の課題も協力してやっていきたい。 ・班の中でいろいろな考えを言うことができた。 ・自分には思いつかないような考えを言う人にはびっくりした。 ・ふだん、あまり話さない人にも気軽に意見が言えた。

(3) C 高等学校での実践

日時・場所	エクササイズの内容	ね ら い	生徒の感想
9/14 合宿所の和室	<p>[レクチャー] (5分間) 構成的グループ・エンカウンターの実施について 目的: クラスがもっと親密で楽しい雰囲気になること。 約束: 思い切ってやること。 : 秘密の厳守と他言禁止。 : ファシリテーターの指示に従う。</p> <p>① 『アイコンタクト』 (5分間) ○短時間お互いに目を見つめ合う。</p> <p>② 『自由歩行と自己紹介』 (10分間) ○クラスのできるだけ多くの人と出会う。</p> <p>③ 『サークリング』 (20分間) ○7, 8人のグループに分かれ、立ったまま小さな円を作る。一人が中に入り、目をつぶって後倒する。真後ろの人はその人を支えながら隣の人に送る。倒れたまま皆に支えられて一周するようにし、交代して全員が中に入るようにする。</p> <p>④ 『メディテーション』 (5分間) ○床に支えられているという仰向けのポーズで、友達</p>	<p>○自分の枠組を外してみる。 ○人とかかわりとはどういうことか体験する。 ○今どんな気持ちが生きているかに目を向ける。 ○自由で安全な空間であることを知らせる。</p> <p>第1, 3段階 出会いの段階及び他者理解を深める段階</p> <ul style="list-style-type: none"> ○目を見つめ合うことで起こってくる感情を静かに受け止める。 ○出会いについての自分のパターンについて気付く。 ○自己紹介は「出会い」の始まりであり、大切なことを知る。 ○人が人を深く理解し、信頼するということはどういうことなのか、人に身体を支えられることを通して心身の状態を体験する。 ○自分とかかわってきた人を思い起こし、その人のよさに気付く。 	<ul style="list-style-type: none"> ・私はアイコンタクトが大好きです。 ・自分から人に出会っていくのは難しいと感じた。相手が来るのを待っていた。 ・部屋の中央に入って行けずに外側を回っていた。 ・倒れるとき、不安だったが、その不安がふっ切れたのは友達への信頼感だった。 ・みんなが自分を優しく回してくれてすごくうれしかった。 ・何か不思議な気持ちになった。 ・人に身体を預けるのはとても難しかった。 ・自分は体重が重いから、みんなに悪いと、ずっと思っていた。 ・何かとても不思議で、楽な気持ちになった。

	<p>ことについて考える。</p> <p>⑤『振り返り』 (5分間) ○感じていることを自由に述べ合う。</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・クラスの人と親近感が湧いてきた。
<p>10/5 合宿所の和室</p>	<p>①『ウォーミングアップ』 (5分間) ○全員が一つの円になり、右を向いて自分の前の人の肩をマッサージする。次に、逆回りにマッサージする。 ○全員が目をつぶったまま円の中心に向かって歩き、手だけで多くの人に出会う。</p> <p>②『私は何者か』 (25分間) ○自分はどんな人間かを確認する。</p> <p>③『馬乗り』 (10分間) ○ウォーミングアップで最後に出会った人と2人組を作り、幼い時の気持ちに戻って馬乗りを楽しんでみる。合図で交替する。</p> <p>④『メディテーション』 (5分間) ○床に支えられているという仰向けのポーズで、友達のことについて考える。</p> <p>⑤『振り返り』 (5分間) ○感じていることを自由に述べ合う。</p>	<p>第2, 3段階 自己理解を深め、自分のよさを見付ける段階及び他者理解を深める段階</p> <p>○出会いについての自分のパターンに気付く。</p> <p>○自分はどんな人間かを知り、人間関係をつくる出発点とする。</p> <p>○他人と違う自分を見つめ、自分が価値ある存在であることを知る。</p> <p>○馬になる人は馬になりきり、乗っている人は全身を馬にあずけてみることにし、気持ちの交流の体験をする。</p> <p>○自分とかかわってきた人を思い起こし、その人のよさに気付く。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・人によっていろいろな個性があることが分かった。 ・自分自身を見つめ直す機会になって、大変よかった。 ・体重が重いので、相手に対して申し訳ない気持ちになった。 ・子どものころに戻ったみたいで楽しかった。 ・馬に乗っている方が気持ち良かった。 ・今日は、前の時よりも力が抜けてできたような気がする。 ・メディテーションが気持ちよく眠ってしまった。 ・クラスの人と親近感がわいてきた。 ・普段気付かなかったみんなのいろいろな面に気付いた。
<p>11/2 合宿所の和室</p>	<p>①『ウォーミングアップ』 (15分間) ○2人組になり、1人は寝転んで全身の力を抜く。もう一方の人は寝転んだ人を起こして立たせようとする。合図で交替する。(雑巾人間)</p> <p>○2人ずつじゃんけんをして、負けた人は勝った人の後につきながら、先頭の人が次々にじゃんけんをして長い鎖を作る。</p> <p>②『人間知恵の輪』 (25分間) ○三つの鎖(10~15人位)ができたなら、グループ分けをし、鬼を1人決め、3人の鬼は別の部屋にいらしてもらおう。鬼のいない間に三つの人間知恵の輪を作り、鬼は自分のグループの知恵の輪をほどこいていく。</p> <p>③『メディテーション』 (5分間) ○椅子にかけたままめい想の姿勢になる。大好きな人のことを、続いて自分の生まれたときのことを思い出して想像してみる。</p> <p>④『振り返り』 (5分間) ○感じていることを自由に述べ合う。</p>	<p>第4段階 本音で付き合える集団を育てる段階</p> <p>○メンバー相互の身体接触によって、集団の雰囲気解きほぐす。</p> <p>○集団の人間関係を深める。</p> <p>○静かな気持ちで、自分とかかわってきた人を思い起こし、自分とその人の大切さを感じ取る。</p> <p>○起こってくる感情を止めないよう促す。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の手がどこにいったのか分からないほど複雑な知恵の輪を作った。暑くなってあせをびしょりかいた。 ・汗ばんできて離れそうな手をしっかり握っていたのは、生まれて初めてのような気がした。 ・知恵の輪を解くのは本当に難しかったが、解けた時は本当にうれしかった。 ・好きな人を思っていたら涙が出てきてしまった。 ・すごく楽な気持ちになった。 ・大切な人のことを思っていたら、自分のこともすごくいとおしく思えてきた。 ・自分はこのままでいいんだなあと思った。 ・好きな人を思う時、誰にしようかと1人に絞りきれず迷ってしまった。

3 実践の考察

(1) 小学校（異年齢集団）での実践の考察

① 実施前、実施後の振り返り表からの考察

【私の振り返り表】 A小学校

〈事前 事後 ———〉

質 問	いいえ	どちらとも いえない		はい	
	1	2	3	4	5
1 私はふつう、ものごとをくよくよと悩みません。					
2 私はクラスの前で意見を発表できます。					
3 私は人の悪いところよりもよいところを見るようにします。					
4 私はこのクラスでよかったと思うことがあります。					
5 私はがっかりしている人がいたら、なぐさめたり、元気づけてやります。					
6 クラスには私のことを分かってくれる友達があります。					
7 私は他の友達に比べて、あまり人に好かれていません。					
8 クラスの先生は私のよいところを分かってくれています。					
9 私はだれかが失敗したとき責めないで許してあげます。					
10 私は、クラスの中で何か役に立っています。					

構成的グループ・エンカウンターの前（10月7日）と事後（12月2日）の振り返り表を比べてみると、全項目ともよい傾向に変化している。特に、質問2「私はクラスの前で意見を発表できます。」では、0.2の幅で向上している。これは、児童全体の自己表出力が高まってきていると思われる。また、質問5「私は、がっかりしている人がいたらなぐさめたり元気づけてやります。」、質問9「私は、だれかが失敗したとき責めないで許してあげます。」においても、0.2～0.6の幅で向上している。このことは、児童間の対人関係において他者理解が深まり、他者に対しての配慮が高まってきていることを示している。

一方、構成的グループ・エンカウンターを実施する前の児童は、登校班が一緒でない限り、異年齢集団で遊ぶこともなく、触れ合う機会もほとんどなかった。しかし、構成的グループ・

エンカウンターを行うようになってからは、1年生と6年生が縄跳びをして一緒に遊ぶ姿や、5年生と3年生がサッカーをして遊ぶ姿が目立つようになった。また、休みの日に他学年の子と公園で遊んだという話も多く聞かれるようになった。また、「仲良し遊び」と称して行ってきた構成的グループ・エンカウンターの試みがきっかけとなり、いままでにはなかった友達付き合いができるようになってきている。

② 実施前、実施後の私が思うこと表からの考察

【A小学校：I子】

- ・自己中心的傾向にある。
- ・特定の女子を疎外する。

【I子の私が思うこと表の事前と事後の比較】

「私が思うこと」の事前	「私が思うこと」の事後
① 私は、自分のことを…………… ・おせっかいだ。少し短気だと思う。	① 私は、自分のことを…………… ・明るく、元気があると思う。
② 私は、友達のことを…………… ・いい人だと思う。頭にくる人は2, 3人くらいいる。	② 私は、友達のことを…………… ・信頼できると思います。人には良いところがあると思う。
③ 友達は、私のことを…………… ・あまり頼りにはしていないと思う。	③ 友達は、私のことを…………… ・何人かは頼りにしていると思う。
④ 私のクラス（学校）では…………… ・良いクラスですが、何人か、みんなから無視されている。	④ 私のクラス（学校）では…………… ・みんなが仲良くやっている。 ・仲間外れが少なくなった。

② 「頭にくる人は2, 3人ぐらいいる。」→「人には良いところがあると思う。」から、I子は、友達に対して肯定的な目を向けるようになってきていることが分かる。

「あまり頼りにはしていないと思う。」→「何人かは頼りにしていると思う。」から、I子自身、友達から信頼を受けていると感じるようになってきていることが分かる。

④ 「良いクラスですが、何人か、みんなから無視されている。」→「みんなが仲良くやっている。」から、クラスの中に無視などの行為が少なくなり、みんなが仲良くなってきていることが分かる。

構成的グループ・エンカウンターの実践中のI子の様子は、活動が停滞気味なときに、進んでみんなに働き掛けたり、話し合いの進行役を務めたりするなど、良い面が出ていた。また、実施後の行動でも、クラスでの係活動や当番活動をみんなと協力して行うなど、自己中心的な面が少しずつ影を潜め良い面でのリーダーぶりが感じられるようになった。さらに、それまで見られた命令口調で友達を支配しようとする態度や特定の女子への排斥も見られなくなった。

(2) 中学校での実践の考察

① 実施前, 実施後の振り返り表からの考察

【私の振り返り表】B中学校

《事前 事後 ——》

質 問	いいえ どちらともいえない はい				
	1	2	3	4	5
1 私はふつう, ものごとをくよくよと悩みません。					
2 私はクラスの前で意見を発表できます。					
3 私は人の悪いところよりもよいところを見るようにします。					
4 私はこのクラスでよかったと思うことがあります。					
5 私はがっかりしている人がいたら, なぐさめたり, 元気づけてやります。					
6 クラスには私のことを分かってくれる友達があります。					
7 私は他の友達に比べて, あまり人に好かれていません。					
8 クラスの先生は私のよいところを分かってくれています。					
9 私はだれかが失敗したとき責めないで許してあげます。					
10 私は, クラスの中で何か役に立っています。					

構成的グループ・エンカウンターの実施前（9月30日）と事後（11月14日）の振り返り表を比べてみると、全項目ともよい傾向に変化している。その中で、質問2「私はクラスの前で意見を発表できます。」においては、0.4の幅で向上している。これは、エクササイズを通して「自分を開けない自分」や「対人関係に消極的な自分」などに気づき、そういう自分を変えていこうという意識が高まってきたと思われる。その結果、一人一人の自己表出力が高まってきたと考えられる。また、質問3「私は人の悪いところよりもよいところを見るようにします。」、質問5「私は、がっかりしている人がいたらなぐさめたり元気づけてやります。」、質問9「私は、だれかが失敗したとき責めないで許してあげます。」においても、0.2～0.7の幅で向上している。このことは、生徒がエクササイズに取り組んでいく中で、友達に対しての理解の深まりを感じ、優しさやいたわり等の他者への配慮が高まってきたと考えられる。さらに、質問4「私はこのクラスでよかったと思うことがあります。」、質問10

「私は、クラスの中で何か役に立っています。」において、0.4から 0.8の幅で向上している。これは、学級集団内での人間関係がよくなり、生徒一人一人が自分の役割意識を自覚してきたことの表れであると考えられる。

② 実施前、実施後の私が思うこと表からの考察

【B中学校：Y男】

- ・ 暴力的なところがある。
- ・ 自己中心的傾向にある。

【Y男の私が思うこと表の事前と事後の比較】

「私が思うこと」の事前	「私が思うこと」の事後
<p>① 私は、自分のことを……………</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分勝手だと思う。 ・ときどき暴力を振るうときがある。 	<p>① 私は、自分のことを……………</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分勝手なときがある。 ・暴力を振るうのを押さえようと思う。
<p>② 私は、友達のことを……………</p> <ul style="list-style-type: none"> ・好きだけど中には嫌いな人もいる。ムカつくときもある。 	<p>② 私は、友達のことを……………</p> <ul style="list-style-type: none"> ・困ったときや分からないときは頼りになる。人には、よいところがある。
<p>③ 友達は、私のことを……………</p> <ul style="list-style-type: none"> ・すぐ手を出す人だと思っている ・自分勝手だと思っている。 	<p>③ 友達は、私のことを……………</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どう思っているだろう。
<p>④ 私のクラス（学校）では……………</p> <ul style="list-style-type: none"> ・嫌いな人が3，4人いる。でもおもしろい人や頭のいい人がいる。 	<p>④ 私のクラス（学校）では……………</p> <ul style="list-style-type: none"> ・おもしろい人ばかりだ。

「私が思うこと表」の事前と事後の項目を考察すると次のようである。

① 「ときどき暴力を振るうときがある。」→「暴力を振るうのを押さえようと思う。」から、Y男は、自分自身の今までの行動を反省し態度を改めようと思っていることが分かる。これは、構成的グループ・エンカウンターを実践している中で、Y男自身の自己理解が深まってきたものと考えられることができる。

② 「好きだけど中には嫌いな人もいる。むかつくときもある。」→「困ったときや分からないときは頼りになる。人にはよいところがある。」から、Y男は、友達に対して肯定的な目を向けるようになってきていることが分かる。これは、Y男自身の他者理解が深まり、他者への配慮が出てきているものと考えられる。

現在、自己中心的傾向にあるY男は、良い方向へと変わってきている。友達に対しての思いやりも少しずつではあるが見られ、学級の中で一人浮いている状態ではない。また、周囲からの非難や批判もほとんどなくなってきた。

(3) 高等学校での実践の考察

① 実施前、実施後の振り返り表からの考察

【私の振り返り表】C高等学校

《事前 事後 ——》

質 問	いいえ どちらともいえない はい				
	1	2	3	4	5
1 私はふつう、ものごとをくよくよと悩みません。					
2 私はクラスの前で意見を発表できます。					
3 私は人の悪いところよりもよいところを見るようにします。					
4 私はこのクラスでよかったと思うことがあります。					
5 私はがっかりしている人がいたら、なぐさめたり、元気づけてやります。					
6 クラスには私のことを分かってくれる友達があります。					
7 私は他の友達に比べて、あまり人に好かれていません。					
8 クラスの先生は私のよいところを分かってくれています。					
9 私はだれかが失敗したとき責めないで許してあげます。					
10 私は、クラスの中で何か役に立っています。					

構成的グループ・エンカウターの事前（9月14日）と事後（11月2日）の振り返り表を比べてみると、全項目ともよい傾向に変化しているが、特に、質問4、8、9で、0.3から0.4の幅でより好ましい傾向になっている。また、2、3、6、10の質問では、小幅ではあるが0.1から0.2ほど好転し、質問5、7では現状維持であった。したがって、計3回の構成的グループ・エンカウターの実施によって友達のことを深く知り、受け入れようとする気持ちが高まってきているように思える。それは、学校生活の中で、今まであまり親しくなかった生徒同士が、よく話をするようになったり、行動を共にするような傾向に変わってきたことから言える。また、孤立していた生徒に友達ができたことから、学級内の人間関係が深まりつつあるように思える。

② 実施前、実施後の私が思うこと表からの考察

【C高等学校：K子】

- ・ 他の学級の女子との交流が中心で孤立気味である。
- ・ 神経質なところがある。

【K子の私が思うこと表の事前と事後の比較】

「私が思うこと」の事前	「私が思うこと」の事後
① 私は、自分のことを…………… ・嫌いなところの方が多い。	① 私は、自分のことを…………… ・神経質だと思う。細かいことをいつまでも記憶していることがあるから。
② 私は、友達のことを…………… ・自分のクラスの友達に対しては特に何も思わない。	② 私は、友達のことを…………… ・明るくていろいろな性格でよい人が多いと思う。
③ 友達は、私のことを…………… ・おとなしいが怖いところもあると思っている。	③ 友達は、私のことを…………… ・しっかりしていると言う。
④ 私のクラス（学校）では…………… ・まとまりはあるがあまりおもしろくないクラスであると思う。	④ 私のクラス（学校）では…………… ・まとまりもあるし、みんな協力的である。

- ① 「嫌いなところの方が多い。」→「神経質だと思う。細かいことをいつまでも記憶していることがあるから。」から、K子の自己理解の深まりが感じられる。
- ② 「自分のクラスの友達に対しては、特に何も思わない。」→「明るくていろいろな性格でよい人が多いと思う。」から、K子の友達への表現が肯定的、具体的になっている。他者理解が深まり、親近感も増して学級へ溶け込みだした様子がうかがえる。
- ④ 「まとまりはあるが、あまりおもしろくないクラスであると思う。」→「まとまりもあるし、みんな協力的である。」から、K子は、自分のクラスに対する考え方を修正し、肯定的な見方に変えてきていることが分かる。

他の学級の女子との交流が中心で孤立気味であったK子は、現在、クラスの中に数人友達ができ、休み時間等一緒に行動している。また、以前に比べ友達に対して積極的にかかわろうとしている。これは、構成的グループ・エンカウンターのエクササイズを実践していく中で、K子が内面的に変化してきたことの表れであろう。友達への意識の変化は、自己理解、他者理解の深まりであると考えられる。