

集団・人間関係作りステップアップセミナー

19年9月27日(木)～28日(金)

国立三瓶青少年交流の家

講師：難波克己(玉川大学学術研究所准教授)

○ はじめに

- ・ 現在の自分のモニタリング(自己分析)が大切。
- ・ グループを見る視点と、個人を見る視点と両方大事である。
- ・ プログラムばかりではよくない。プロセッシングには時間がかかるが必要なことがある。

1 コミュニケーション活動

(1) 「でんちゅうでござる」の活動を通して

1回目

- ・ 初めてのメンバーと会ったときに起こること。・・・自分でどうにかしようとする。
- ・ 横一列での、コミュニケーションのとりにくい状態で。・・・ばらばらで活動が始まる。
- ・ 移動するときの人との関わり。・・・移動が終わったときにどうしていたか？
より良い方法はないかと模索したか？
- ・ 行動や、言葉から見えてくること。・・・初めての人には、なかなか要求できない。
・・・思いをくんで行動することは難しい。



グループづくりはいきなりできない!

だから

- ・ グループを作っていくうえでの考えるポイントを与える。
- ・ 場合によっては教える必要もあるかもしれない。
- ・ どのようなことが必要なのかを、リーダーが知っておく必要がある。

2回目

- ・ よりよく関わって活動するために必要なこと。
 - ・ どうすれば安定した動きができるか。
 - ・ 情報をみんなで共有するには何が必要か。
 - ・ コミュニケーションのとりかたを工夫すること。
- * これらのことを考えて2回目の活動をした。グループを意識した活動となり、スムーズに移動することができた。

(2) 振り返り

「でんちゅうでござる」の活動後、カードで振り返りをした。言葉を見つけて考えて発表するというよりも、補助してくれるものがあると気持ちを伝えやすい。また、書くことは自分の考えをより明確にできるが、何かの活動のあとには、そのときの思いを伝えるという意味で書かさずにその場の思いを言わせたいものである。

(3) ブリッジの活動を通して

○ 二つのグループが協力して橋作りをする。国際協力の橋渡しをしよう！

○ 準備されているものはすべて使う。

グループ : 1グループ3～4人、偶数組のグループで行う。

準備物 : 紙コップ 6個
爪楊枝 8本
ストロー 8本
A4用紙 4枚
セロテープ 使いたいだけ

活動時間・内容 : 10分・・・グループでの相談時間

8分・・・交渉

8分・・・ミーティング

7分・・・交渉

6分・・・ミーティング

5分・・・交渉

5分・・・ミーティング

出来上がったものを持ち寄る。

約束 : 交渉人は2人。話せる人は一人。もう一人はメモを取る人。

* 活動を終えて、同じものができていれば交渉がうまくいったことになる。交渉するとき、どこをポイントとして話し、どう共通の考えを見出すかが大切になった。また、相手の考えを聞き、どこかの部分ではこちらの考えを押し通す部分も必要だった。同じ物ができていたときには、すごく感動する。



2 授業計画について

検討会の前に

- ・グループの状態を見極めて活動を行う必要がある。
- ・小学校の教師と、中学校・高等学校の教師とでは求めるものが違うので、伝えるものも違ってくる。

(1) 指導案の検討会

○授業のポイント

- ・体育の「表現」領域・・・5・6年生
- ・イメージするものを体で表す活動。
- ・モニタリングパートナーと振り返りをする。(水泳の授業から固定。)
- ・振り返る時間をより多く取る。

○質問、感想等

- ・「思い通りに動けない自分」でも良いと思えるようになるにはどんな声かけが必要だろう。

- ・ できていく課程が大切。
- ・ 動かないのか？動けないのか？そのあたりがぼいんとでは。
- ・ できない自分に気づき、次にどうするかを考えることが大切。あきらめるという選択ではなく、できるようになるためにがんばるという意味で。
(心理面、感情面、認知面)
- ・ グループワークとは、支援者がいて介入したり、意味づけしたりして行うグループ活動のこと。
- ・ 良い個人ワークは、グループにも良い影響を与える。

3 授業実践

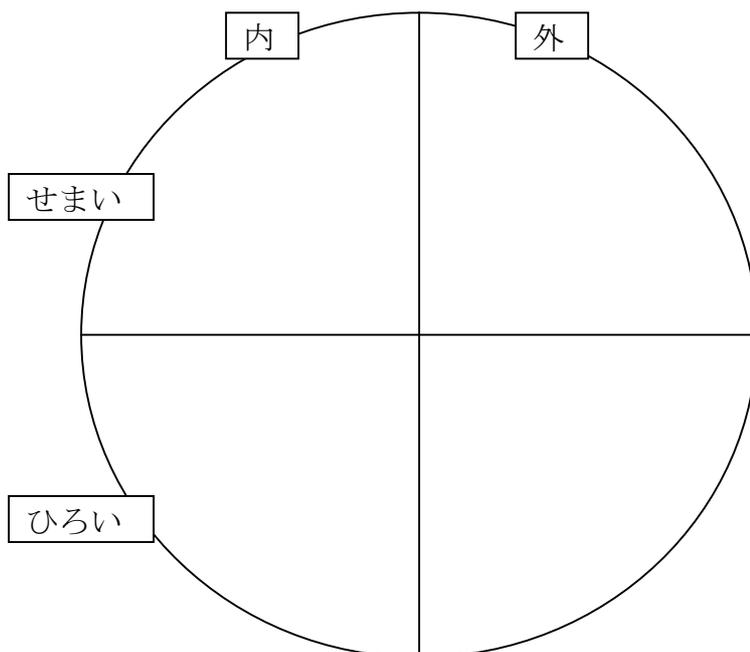
- ・ 子ども達は、風をイメージして全員がよく動いていた。
- ・ 振り返りのときに、時間が長かったようにも思ったが、しっかりと取ったことで十分に書くことができたと思う。
- ・ カードは大きく書くと良かった。
- ・ 振り返りのカードを、自分達でわけてはっていけると良かったのでは。
- ・ 動きの振り返りだけでなく、情緒面の振り返りもあると良かった。
- ・ モニタリングパートナーとの振り返りがよくされていた。
- ・ 指導者の意味づけがとても大事だ。



4 KATMANの授業から

体を使ってみよう！というテーマで行われた。

○ 表現とは、友だちの心を感じるためにするのではないかという話があった。



(1) 集中力について
右の形を集中力ボックスとする。

- ・ 「せまい」時は、自分のことを考えているときのことである。
- ・ 「ひろい」時は、自分より外のことを考えているときのことである。

〈例〉

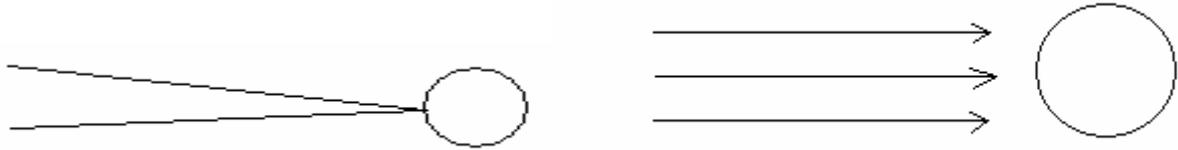
- ・ イチローがピッチャーの投げる球に集中しているとき・・・狭い、内を使っている。
- * 集中力は集中すべきときに、違うところを使うと、別のものになってしまう。
- * 集中力のコントロールをしてい

かなければならない。一瞬で何かのきっかけで変わってしまうものなので、自分の癖を知り、なおしていく必要がある。

また集中力には、1点を見るのと、広く見るのがある。

① 一点を見る (concentration)

② 広く見る (attention)



(2) インナーボイス・・・言葉の力

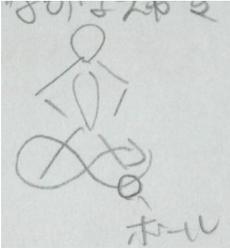
・ 暗示にかけるということが、結構大切。

⇒ハンドクラッピングをするときに、口に出さずにいうという条件をつけたら、心の中で言っている。これが内なる声である。言葉の持つ力ということ。

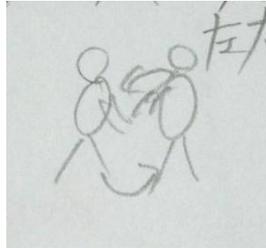
(3) ボールを使ったエクササイズ

2人組みで

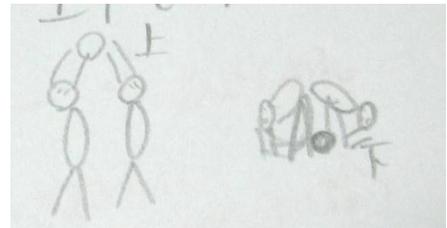
① 八の字描き



② ツイストボール渡し

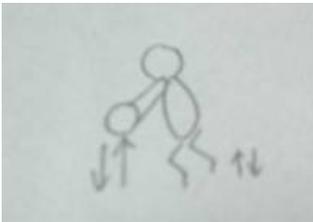


③ 上下でボール渡し

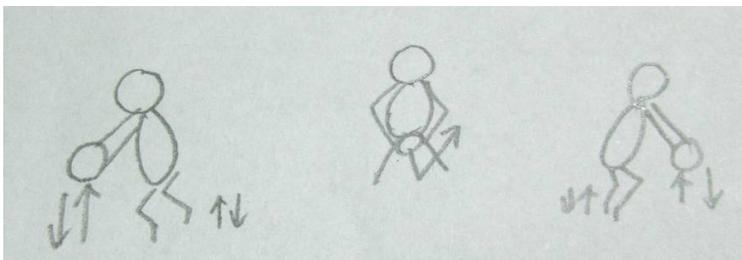


1人で

④ ボールと同じ動きを 10 回する。

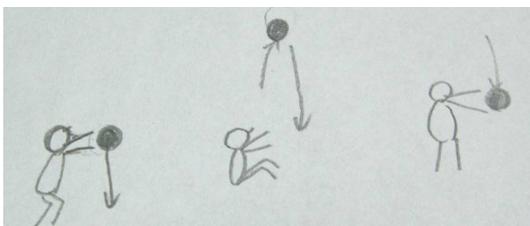


⑤ ④の動きの続きで、股の間を通して 180 度向きを変えてボールと同じ動きをする。



⑥ ボールをあげている間に、お尻を床につけて、立ちあがってボールを取る。

(筋肉の力、調整力を養う。)



テニスボールを使って

⑦テールキャッチ

- ・ 膝くらいまでの長い靴下を用意する。
- ・ つま先のところにテニスボールを入れる。
- ・ ボールの部分をとるのではなく、尻尾の部分をとる。

ポイント

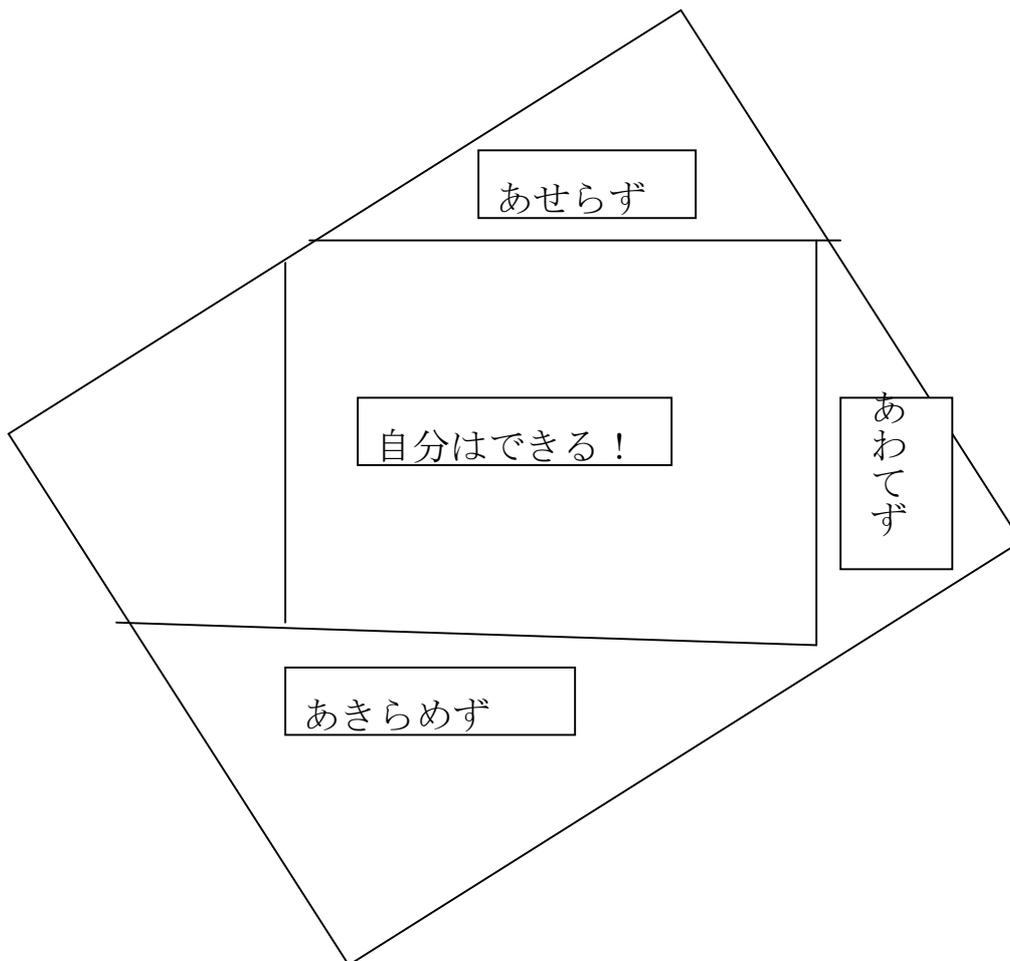
- ・ はしりこんで取る。
- ・ 投げる人は、脇に投げる。

(4) 身体の感覚

- ・ 2人組みでおこなう。(信頼のできる人と)
- ・ 一人はかかとを挙げて立つ。
- ・ もう一人は、かかとの下に手の指先を置く。
- ・ かかたとを、指に触れるか触れないかでおろしていく。
⇒とても不思議な感覚になるらしい。



(5) オリンピック選手が心がけていること



*自分で自分を勇気付けることはとても大切。

5 フィードバック、目標設定、適用

日常とアドベンチャーの橋渡しをするのが、ファシリテーター。

○バルーントロリーから見えるファシリテーター

リーダー

フォロアー

- ・ ゆだねて方向性だけを見据えているのがリーダーでは？
- ・ いいフォロアーがいるから、いいリーダーが存在する。・・・相互依存

* やる前にすでに起こっている。だから、イメージトレーニングは大事。

