

第10回学習会を、平成21年1月23日(金)19:00～20:00教育センターにて行いましたので報告いたします。

## 第10回目の内容

講師 重枝一郎先生(千代中学校教諭)

- 1 グループトレーニングについて(GWT)
- 2 エクササイズの実験活動
- 3 実践ビデオ紹介

## 1 グループトレーニングについて(GWT)

### (1)対人関係能力＝豊かな人間関係を築く力＝生きる力

〈集団の中で個が育ち、個の成長で集団が育つ〉

※1年間この学習会をしていく中で、「エンカウンターをやっている学習会なのか？」と聞かれることが多かったのだが、「風土会」という名前をつけている通り、こだわっているのは生徒の変容であり、学年集団、学校全体の変容である。つまり、「学級風土」「学年風土」「学校風土」を創っていくための「ビジョン・理論・実践」を学習している。

生徒や学校を変容させるためには、まず教師自身が成長する必要がある。「教育は人なり」教師が自分自身に「気づき」、学びながら、成長しながら同時に「学校風土」を創っていく。そうした大きな展望をもった学習会である。

※GWTとは、「グループ・ワーク・トレーニング」のことである。

「グループワークトレーニング」は楽しいし、やりやすいのだが、この1年間の学習会では、意識的に避けてきた。集団で取り組む活動ではなく個にこだわって、2人一組や4人一組でやるエクササイズを中心に紹介してきた。しかし、教師側にビジョンと意図があれば、2人一組や4人一組の活動にグループワークを混ぜていくことは有効である。

今後の風土会では、1年間学んできた土台の上に、グループワークトレーニングを入れていく。グループワークトレーニングは理論的な背景がない中で行くと、「楽しかった」で終わる。生徒への「気づき」を促し、日常の中で定着させていくということが、何よりも大切なことである。それは、教師に力がないとできない。まわりから見ても、「何してるの？」となっていく。そうならないためにも、なぜグループワークトレーニングをやるのかという、教師側の目的や意図、ビジョン、視点を明確にさせる。それを生徒に伝えていくこと、気づかせていくことが重要である。教師が学ぶべき点である。

### (2)3つの気づき

- ①協力する(異質の協力)よさに気づく
- ②他者のよさに気づく
- ③自分のよさに気づく



自ら気づいて行動・変容していく

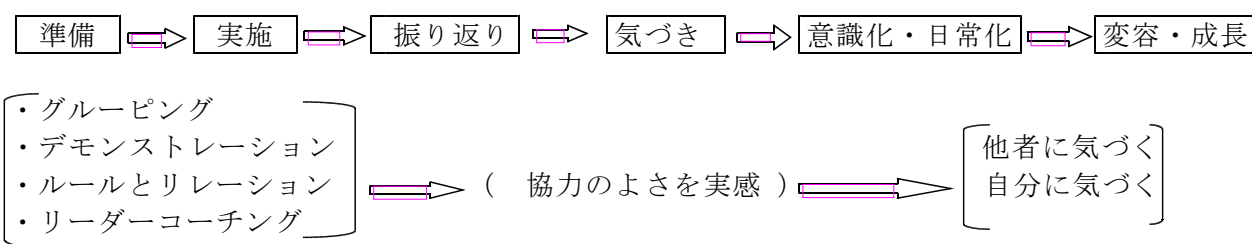
※「よさ」とは「個性」のことで、「善し悪し」の「善さ」ではない

※3つの「気づき」を意識化して、日常化させていくように、教師が仕組んでいくことが大切である。

ワークシートにも、3つの「気づき」について書くように指示する。黒板に板書したり、学級掲示するのも効果的。

協力するよさに気づき、他者のよさに気づき、参加している自分に気づいていけるように、言葉かけをする。「自ら気づいているんだよ」「だから、楽しく笑顔なんだよ」ということに気づかせていく。ワークシートには、誰の何がよかったかを書かせて発表させる。生徒の名前が出るので、よい雰囲気ができる。その後味のよさを実感させる。この雰囲気ができることこそ「風土づくり」であり、日常化につながるカギとなる。

### (3)大まかな流れ



※実施の前が重要

例えば、グループングであれば、しゃべらずにできる。

あぶれている子呼んであげる。

素早くスピーディーにやるなどを徹底する。

(ソーシャルスキルトレーニングとの融合)

デモンストレーションは、授業者が一番おいしい時間である。生徒とリレーションをつくる楽しい時間にする。

ルールとリレーションは常にセットで教える。ルールが守られればリレーションがつけられる。リレーションがあるからルールを守ろうとする。両輪で教える。例えば、トランプのババ抜きをする時に、ババを見せながらやって何が楽しいのか！という説得の仕方もある。

リーダーコーチングを意識して、実施する前にリーダーを集めて指示を出し、その内容をリーダーに説明させる。そのことが日常の場面では、帰りの会での発表につながるなど関連づけられている。システム化することでよい習慣がつけられる。日常化につながる。

グループワークトレーニングを実施すると必ず、協力のよさに気づく場面がでてくる。それをどう日常に結びつけて生徒の変容につなげていくかが、教師の力量である。

### (4)全体的に

- ・リーダーがリーダーシップ、メンバーがメンバーシップを発揮すること。
- ・目標や目的がはっきりある。何のため？がはっきりある。初めからわかっていると短時間で充実する。最後にまとめてわからせることも。
- ・時間内にやる習慣。進み具合を知ること慣れさせる。
- ・お互い助け合う。役割分担。

※「リーダーシップ」「メンバーシップ」という言葉は、千代中学校では全校生徒が理解している。

「リーダーが浮く」のはメンバーが悪い。メンバーが悪いなら教師は「メンバーシップ」を強化するように働きかける必要がある。

「リーダーが弱い」なら「リーダーシップ」を強める必要がある。そこをきちんとおさえる。どちらかが弱いとうまくいかない。「リーダーシップ」と「メンバーシップ」両方がうまくいくサイクルを意識させる。

※グループワークトレーニングをするねらいを説明することは、その後の活動が充実するひとつの手段である。

行事でも日常的な活動でも何にでも、「目的がある」ということをわからせる。

例えば短時間でつくったワークシートでも、徹夜でやったというように説明して、生徒が絶対やらなくてはならないという気持ちにさせることや感謝させることも、有効な方法となれる。つまり、生徒がその気になって活動する「モチベーションづくり」をするということである。例えば学年集会などでも、何の目的で行われているのかを生徒が自覚しているのとしていないのでは、その集会での集中力や充実感が違ってくる。

また、生徒の実態を見ていて、のってくれば良いのだが、やりはじめるまでに時間がかかることが気になっていた。そこで、短時間でやらせることを繰り返すなどを、トレーニング的に行った。何度もやることで慣れさせる。慣れさせることは、習慣を身につけさせることでもある。ダラダラやるのではなく、ねらいに関連づけてメリハリをつけさせることに慣れさせる。活動の途中で一回フリーズさせて（とめて）、そのことを意識させるような刺激を与える。良い生徒の姿を手本として示したり、教師の語りであったり、その時の状況に応じて有効な方法で行う。

## (5) 教師のかかわり

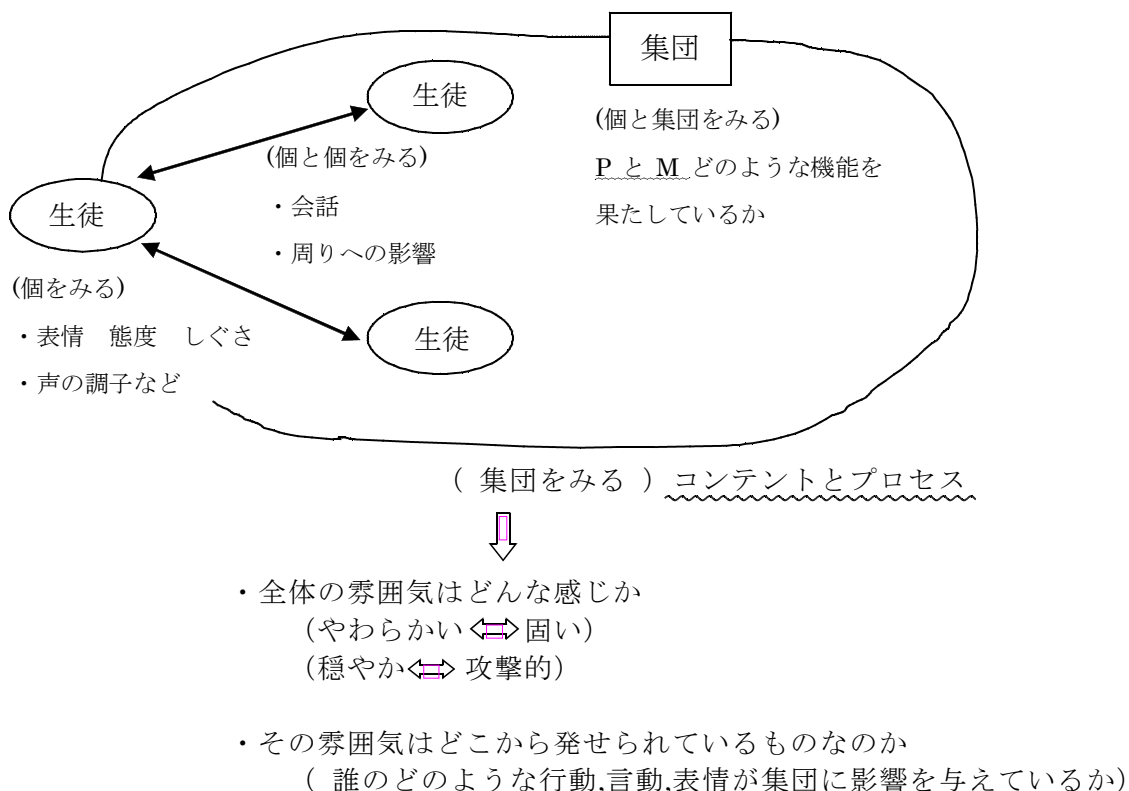
(視点)

個を見る

個と個を見る

個と集団を見る

集団を見る



※ P 機能

- 話し合いをすすめる
- 意見を出す
- 結論を出す
- 役割分担をする

M 機能

- 気配り
- 言い過ぎを押さえる
- 疲れを和らげる
- 雰囲気をよくする

※コンテンツ：グループ活動や話し合いをしているときの討議の中身や活動内容  
(作業表面)

プロセス：活動や話し合いをしているときのメンバーに起こることがら (気持ち)

コンテンツにこだわる → 規律  
グループプロセスにこだわる → やる気

まずはコンテンツにとらわれすぎず、グループプロセスに注目

※スムーズに進んでいるけど何人かの意見で進んでいるなど、話し合いの中身を教師は見逃さないように！

※「教師のかかわり」については無意識にやっているところがある。そこをきちんと意識して、生徒に説明する。そうすると、生徒が意識し出す。グループワークをやっている時に、先生は「個」や「個と個」や「個と集団」や「集団」を見ているんだという説明を聞くことで、先生に見てもらっているという意識が生徒に生まれる。先生が見てると思って、生徒が活動をはじめ。実際に、進み具合や生徒の様子を見て、途中で止めて(フリーズ)全体に言うことも効果的である。フリーズしたときに評価すると、生徒の意欲が落ちない。上がっていく。

シンクロコーチング：やらせながら声をかけること  
ハーリス(ハートリスニング) → 作業しながら心で聞く

フリーズリスニング：一度止めて、説明する  
ボディリス(ボディーリスニング) → 作業をやめて手をおいて、先生の方を向く

※ハーリスやボディリスという言葉で、教師と生徒との合言葉にしておく。  
そうすれば、「先生の方を向いて」とか「手をとめて先生を見て」などと説教口調にならなくても「ボディリス」と一声かけるだけで、落ち着いた雰囲気がつくられる。非常に有効である。

↓  
授業につなげる。(意識化・日常化)

PM理論 [P (パフォーマンス：指導面優位) とM (メンテナンス：援助面優位)]

P：きびしい・生徒指導  
M：親和的・援助的

※自分で自分のことをどう思っているかではなく、生徒がどう見ているか。生徒の評価がすべてである。

このPMを生徒にもおきかえてみる。

P機能：リーダー性がある

M機能：癒し系

「おまえはP (M) がいいね」

グループワークをする準備の段階で「板書」する。生徒は意識してやる。

クラスの状態によって、教師のPMも調節する。

○ルールができていない → P機能をがんばらないといけない

○本音が出せていない → M機能をがんばらないといけない

教師の成長が、自分のクラスの成長につながる。

このグループワークをやれば、クラスがうまくいくということではない。

## 「顔の責任 表情伝言ゲーム」(ノンバーバル・コミュニケーション)

ねらい：コミュニケーションスキルの基盤となるノンバーバルコミュニケーション（非言語的）を意識させ、日頃から言葉だけではなく、顔の表情やしぐさなどの非言語的なものを用いてコミュニケーションをとっていることを理解させる。

進め方：①イントロ

「顔の責任」の話・シュロスバーグの表情相関図など

②ルールの説明

「一番後ろの人に顔の表情だけを書いた言葉を見せます。言葉を使わず、表情だけで前の人に伝えます。伝言リレーの形式で一番前の人まできたら、その表情を言葉にして板書します。」

③まとめ・振り返り

非言語と言語の違いを再度確認し、相手の表情の重要性を理解させる。

振り返り用紙の記入

参加者全員で体験しました。列対抗です。一番後ろに座っている人が、「悲しい顔」「嬉しい顔」「怒った顔」「淋しい顔」「驚いた顔」「無視した顔」「心配した顔」「疲れた顔」「ほっとした顔」「泣きそうな顔」「笑っている顔」「落ち込んだ顔」「眠そうな顔」「すっぱい顔」「恥ずかしそうな顔」「偉そうな顔」「緊張した顔」「照れている顔」の中から1つ、カードを渡されます。自分の前に座っている人の肩を「トントン」とたたき、その人に「表情」を見せます。しゃべってはいけません。会場はシーンとなっていますがワクワクしたムード。「別に目をつぶらなくてもいいですよ」重枝先生の言葉でフッと笑いが起き、なごやかな雰囲気です。

私は一番前に座っていました。トントンと肩をたたかれて、後ろを振り向き、頭をちょっと左右に振って困った顔に見えました。黒板に答えを板書しに行きます。しかし、提示された中には「困った顔」はありません。授業で生徒にやるときも、18種類の顔の表情カードは、あらかじめ黒板に板書するか、模造紙に拡大コピーして貼っておくという重枝先生の話がありました。「困った顔」が一番近いのは、「心配した顔」か「落ち込んだ顔」かどっちかな？と思いながら答えを書きました。時間の関係で全部の答え合わせはできませんでしたが、1列だけ、自分が答えだと思った顔を前の人から順に発表しました。途中で答えが変わっていき、聞いている方も楽しめました。早く自分のクラスでもやってみたいという気持ちになりました。遊び感覚のゲームなので、喜んでやっている我がクラスの様子が目に浮かびます。

しかし、遊びで終わらせないための「やり方」は教師が工夫しなくてはなりません。なぜこのゲームをやったのか。また、日常の何に結びつけるのかなどをきちんと説明し、説得することが大切です。教師の「語り」が重要なのです。

例えば生徒指導をした時に、生徒が素直な表情を見せず、ふてくされた顔をするのはよくあることです。思春期の中学生は扱い方が難しいのです。その時に、どんな表情をしなくてはならないのか、そのことまで指導する必要があります。「心のコップを上に向けなさい」という指導でもあります。ふてくされた顔では、つまり心のコップが下を向いた状態では、いくら教師が説教をしたところで、素直に話が入っていきません。すべてこぼれ落ちていきます。心のコップが上を向いた素直な表情を作らせること。そのことと関係するゲームです。

また、重枝先生は千代中学校ではじめて行われた「合唱発表会」で、顔の表情やしぐさ、振る舞いの指導をされています。リハーサルの時、「自己中だけはやめろ」「ブスになるな」と生徒に話しています。（ステージに上がって下を向く子は「ブス」であると定義付ける。上を向く子は「ステキ」。集会中も下を向いていると「ブス」）

「表情やしぐさで、一瞬のうちにせっかくの合唱が台無しになる。たった一人の表情で、聴く人が合唱ではなくその人だけに注目するということにもなりかねない」ということです。私も音楽科なので、重枝先生の言いたいことはよくわかります。私もよく合唱指導では「顔が悪い」

と注意します。また、表情にこだわることで、合唱自体の質も高められるのです。

合唱に限らず、日常生活において「表情」というのは、その場の雰囲気大きく影響します。そのことをしっかり生徒に理解させることや、ノンバーバルコミュニケーションへの意識を高めさせることを、楽しいゲームをきっかけにして教え込んでいきたいです。

## 「ムシムシ教室の席がえ」

ねらい：人の話をよく聴いたり、タイミングよく話したりすることの大切さを体験する。

(コミュニケーションスキル)

様々な情報を集め、まとめ方を体験する。(討議づくり)

進め方：グループのリーダーが先生から説明を聞き、それをみんなに伝える。

自分の情報カードは他の人には見せずに、情報を伝え合い問題解決をする。

できたグループはみんなで声を合わせて「できた～」と伝える。

制限時間は20分

「いつも時間がなくて体験活動が中途半端になりますが、今回は全部ができるまでやります。先生達なら5分くらいでできると思います。」という、重枝先生からの力強い言葉で活動開始です。まず4、5人ずつでグループをつくりリーダーを決めました。リーダーから情報カードが配られ、その情報を伝えます。1人が話すと、それに関係ある情報をもっている人が内容を伝えます。その情報をつなぎ合わせて、スムーズに答えが出ました。確かに5分くらいです。みんなで声を合わせて「できた～」。重枝先生に答え合わせをしてもらい「正解」の声に「やった～！」と拍手。気持ちよく体験活動を終わりました。

重枝先生の話によると、今回の内容は低学力の生徒でも参加できるエクササイズということ。内容が難しいと低学力の生徒はついていけないこともあるそうです。しかし今回の内容は小学生でもできるということで、取り組みやすいものでした。このような短時間でできるエクササイズは、他の内容と組み合わせることもできます。重枝先生は、3学期の班決めと組み合わせたそうです。重枝流の班決めは、2学期の実績を考えて決めるというこだわりがあるようです。班やリーダーの決め方の話も聞きたいところです！

### 3 実践ビデオ紹介

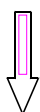
## 「ももちゃんのおつかい」

黒板の板書

ゾーンに入ろう

G ・ W ・ T  
グループ ワーク トレーニング

- 1 協力するよさに気づく
- 2 他者のよさに気づく
- 3 自分のよさに気づく



実践ビデオでは、重枝先生が黒板に板書しながらGWTの説明や、GWTをやりながら自然に気づいている3つの内容について話しています。また、「たくさん遊んだ人は痛みも悲しみも心と身体で感じ取っている。今やらないと成長しない。今がギリギリだ。」という語りでモチベーションを高めています。「今がギリギリ」という語りには何の根拠もないそうです。しかし、生



徒をその気にさせる話術になっています。

黒板に板書している「ゾーンに入ろう」は、スポーツメンタルの世界で使われているもので、重枝先生がはやらせている言葉です。「ゾーン」とは理想的な心理状態、その人が最高能力を発揮する状態をいいます。「ゾーン」に入るとは、100%の力が出せることです。瞬間に「ゾーン」に入れる人が、勉強ができたり仕事ができる人ということです。

イチロー選手や朝青龍、北島康介選手は「ゾーン」の入り方をそれぞれ身につけています。そういう例を出しながら（重枝先生の場合は、自分のことも例に入れながら）熱く語ります。そして、授業の最初に「お願いします」というあいさつをするのは、礼儀や感謝の意味もあるけど、ゾーンに入る合図じゃないの？と生徒に語りかけています。授業中にしゃべっている生徒に「ゾーンは？」と声をかけると、生徒がはっとするようになります。授業の最初のあいさつも大きくなります。「ゾーン」とひとこと言えば、生徒が納得して行動する！これは「ボディリス」と同様に効果大です。

教師と生徒が合言葉やキーワードを共有することは、大きな意味があると思います。中学生にとって授業への意欲や集中力を身につけることは、学力向上の第一歩であり、意義深いことです。しかし、頭ごなしに叱ったところでその時だけの対処療法。先生が恐いからおとなしくしているというのも、本物ではありません。心の底からの「納得」がないと、本当の意味では行動しません。「ゾーン」というキーワードで生徒の心がはっとするのは、自ら行動することにつながります。そういう「言葉の力」をうまく使っていきたいです。

実践ビデオを見て、もうひとつ特筆すべきことは、教師の相づちや評価、言葉かけの大切さです。エクササイズの間では、「タイミング良く話しかけなさい」「関連する内容をかぶせて話しましょう」というような声をかけています。生徒がよくするパターンとして、1番から順番に情報カードを読んでいくということがあります。生徒の様子を見て、必要ならフリーズさせて教師がアドバイスすることが大切です。

また、シェアリングの場面で重枝先生は、具体的に誰がどんな協力をしてくれたかを発表させています。きちんと名前を言わせています。その時の教師の相づちやタイミング良い評価がクラスの雰囲気や発表者の気持ちを高めています。それも「教師の力量」なのだと感じました。

3つの気づきを意識させて「振り返り」をさせるように、教師が仕向けることも必要です。後味がよいと次の活動につながります。エクササイズができてよかったという方向にもっていくことが大切です。先生の話をよく聴いてルールを守ったから楽しかった、クラスのみんなや先生に認められたという方向にもっていけることが、生徒同士や教師と生徒のリレーションづくりになるのです。

☆ 今回の学習会のキーワード ☆

- 対人関係能力＝豊かな人間関係を築く力＝生きる力  
〈集団の中で個が育ち、個の成長で集団が育つ〉
  - GWT（グループワークトレーニング）
  - 3つの気づき
    - ①協力する（異質の協力）よさに気づく
    - ②他者のよさに気づく
    - ③自分のよさに気づく
- ↓  
自ら気づいて行動・変容していく
- 「リーダーシップ」「メンバーシップ」
  - 「個を見る」「個と個を見る」「個と集団を見る」「集団を見る」
  - コンテンツとプロセス
  - 意識化・日常化
  - シンクロコーチング・ハーリス(ハートリスニング)・フリーズリスニング  
ボディリス(ボディーリスニング)
  - PM理論 [P (パフォーマンス：指導面優位) とM (メンテナンス：援助面優位)]
  - ノンバーバルコミュニケーション
  - コミュニケーションスキル・討議づくり
  - ゾーンに入る (スポーツメンタル)
  - リレーション

♪学習会に参加された先生方の感想♪ (参加人数 46名)

- ・初めて参加しました。私は50代で現在担任もしていないのですが、若い人が多く参加していて自分もとても勉強になりました。現在本校では、いじめや無視など人間関係や集団づくりの課題が山積みしていて、職員に研修の大切さや取り組みの大切さを訴えているところです。どう職員集団をコーディネートし、あたたかな職員集団、学校づくりを進めるかということは自分の課題でもあります。自分自身は授業の中で、子ども同士をつないでいないと気づいているのですが、なかなかその手だてがとれていないので、自分の力量を高めたいと思っています。勉強になりました。
- ・現在、拠点校指導教員として3校に勤務して初任者に指導しながら自分もたくさんのことを3校から吸収しています。今日学んだ実践を広め、「3つの気づき」をきちんとおさえて、めあてをはっきりして実践をしていきたいと思えます。そして最後にしっかり評価して子どもに返してやることで、生徒との人間関係を築くことも大切だと再認識しました。今日は初めて参加させていただきました。とてもすばらしい財産をいただきました。ありがとうございます。
- ・早く生徒に会いたいな～と思いました。前回はそうだったのですが、この学習会後はすごく前向きに反省？ができます。明日からどうやって生徒と接しようかと楽しみになります。ありがとうございます。
- ・今まで風土会で学んだことを学校でとりあつかってきましたが、低学力の子が十分に理解できていないときがあったのではなかろうかと考えさせられました。もっと教師側の観察力をつけなければならないと思いました。全体の研修会等で風土会の内容をとりあげ、少しずつ全職員で取り組み始めています。学校が少しずつ温かくなっていることを感じられるようになりました。(教師と生徒のリレーションが良くなりました。)
- ・実践と理論の密接な関わりを、情熱をもってご提示いただきありがとうございました。とても有意義な時間を過ごせました。シャッキリと、そしてパワフルな感じになれました。よい「サイクル」を作っていきたいと思えました。重枝先生の存在感(特に授業中の)が印象的でした。
- ・今日初めて参加させていただきました。やはり今の自分の教師力に満足してしまっただけではないと改めて思いました。研修会に顔を出して刺激をもらうこともとても大切だと思います。たくさんの実践例やお土産をありがとうございました。まだ私は教員2年目です。うまくできるかわかりませんが挑戦して、たくさん勉強したいと思います。
- ・道徳で実践させていただいたところ、非常に好評を得られたため、もっと勉強させていただきたいと思い参加しました。試みが結果に結びつくことで、学級や学年の様子が多少とも変化していくのがわかります。改めて集団づくりはどうあるのがよいかを考えることができました。次回も参加できるようにしたいです。
- ・活動を2つやれて、どちらもとても楽しかったです。ビデオを見て、先生が実際にどのように実践されているのかが(声かけのタイミング、生徒の反応)よくわかり、学習したことの理解が深まりました。生徒のやる気を高めるものの1つ、声かけのタイミング、そのためにはしっかり生徒をみることが大事なんだなあと改めて思いました。毎回、目からうろこで非常にありがたいです。
- ・初めて参加させていただきましたが、本当に勉強になりました。今年採用試験に合格し、来年度から不安もあるので今後も勉強させていただきたいと思えます。今日のエクササイズを実際に行ってみて、エクササイズ後はより先生の話に「集中できる」「より聞きたい」という気持ちになり、私もびっくりしました。授業の導入でやったら生徒達も協力してやっていくだろうなと思ったので、ぜひ実践させていただきます。本当にありがとうございました。