

第1章 体験学習について

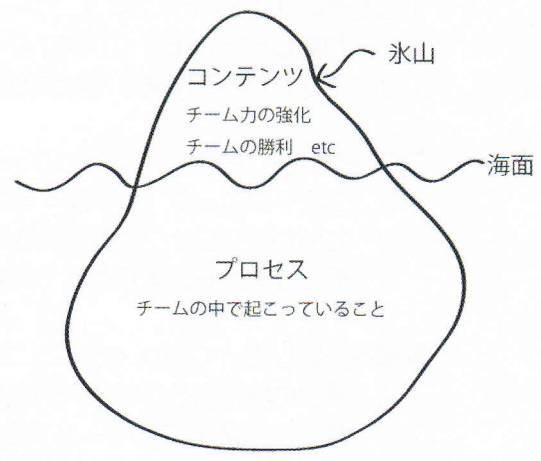
現代の子ども・若者は生活体験、社会体験、自然体験などの実体験が不足していると言われています。子どもが群れて遊ぶなくなって久しいわけですが、以前は集団で遊ぶ体験を通して、社会性や人間関係づくりを学び、自然の中で遊ぶことで自然の仕組みを理解することができました。

古代中国の思想家である老子は「聞いたことは忘れ、見たことは覚え、体験したことは理解する」という言葉を残したと言われています。体験することがどれだけ重要であるのかということが人間の歴史の中でずいぶん前からわかっていたことを示しています。

体験不足から生じる子ども・若者の問題として、自己肯定感やコミュニケーション能力の低下が挙げられます。これらの問題の解決に向けて体験を通して学ぶ仕組みを理論化した「体験学習」というものがあります。

1 プロセスとコンテンツ

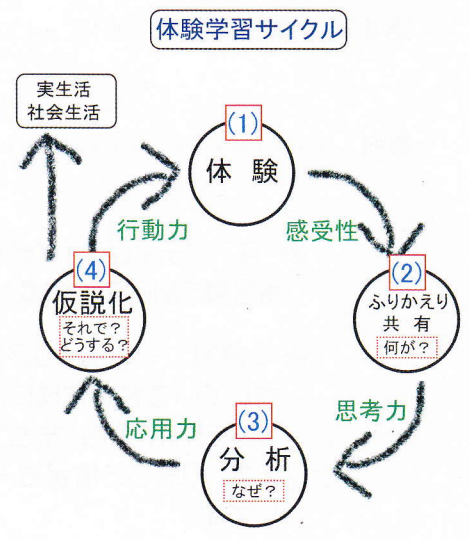
学校で級友と学ぶ体験、職場で同僚と仕事をやる体験、仲間と趣味活動をする体験など生きていることはすべてが体験です。これらの体験には、2つの見方があります。学校での話ですが、一つは「部活動でチームがサッカーの試合に勝つ」という目標があり、そうするためにはどうすればよいのかということが話題になります。これは表面に現れたコンテンツ（内容）と呼ばれるものです。それに対して結果的に試合に勝てた（負けた）ときに、チームの中でどんなこと（表面に現れなかったこと）が起きているのかということがプロセス（経過）です。例えば勝ててよかったのですが、結果的にチーム（補欠も含めた全員）に精神的に傷ついたメンバーがいたり、チームがバラバラになってしまったということが起きているかも知れません。このときになぜそうなってしまったのか（プロセス）をふりかえり、修正していかなければ次の試合では力を発揮できないでしょう。



体験学習はこのプロセスを観て考える力を養うことで生きる力を育てようとするものです。

2 体験学習サイクル

体験学習のサイクルは、問題を解決するためのサイクルです。ここで学んだことを実生活や実社会で試してみることが体験学習です。そして再びこの体験学習サイクルによって、次の学びが生まれ自ら成長していくことになります。



(1) 体験

体験すること。ここではグループワーク（コミュニケーションゲーム、コンセンサスゲーム）を体験することです。

(2) ふりかえり・共有

体験から気づいた点を個人でふりかえります。次に体験したグループで共有します（分かち合う）。つまりそこで何が起きていたのか、誰が何をしていたのかの事実を確認する段階です。「感受性」が必要とされる場面です。

(3) 分析

ふりかえりで集められた情報・データについて、なぜそのようなことが起きたのかということ进行分析し、自分・グループの問題点を考察します。「思考力」が必要とされる場面です。

(4) 仮説化

(3)で考察したことを活用して、自分が成長するために具体的に試してみたい行動を考えます（成長のための仮説化）。(3)で考察したことしたこと必ずしも肯定的な結果でなかった場合、その後何もせずに終わってしまえば、体験したことがまったく意味のないこととなります。「それで？」今回の体験を基に具体的な行動計画を立て、「どうする？」実行してみることが成長につながるのです。「応用力」が必要とされる場面です。

3 体験学習（グループワーク）の進め方

(1) グループ分けの方法

色々な人とアクティビティ（活動）をすることで話をしたり、知り合うことも目的の一つですので、仲がよいとか親しい人たちの集まりにならないようにします。グループ分けをするときは、アイスブレイキングも兼ねて「数集まり」等のゲームを利用して自然の流れの中で行うとよいでしょう。

(2) アイスブレイキング^{※1}の必要性

グループワークを実施する際、参加者はどんなことをするのかわかりません。まして初対面であればどんな人たちと一緒にアクティビティを実施するのかという不安があります。そんなときにアイスブレイキングを実施すると関係性がほぐれ雰囲気知らぎます。またグループワークに参加するモチベーション（やる気）が高まります。参加者が顔見知りの人たちであっても導入時にはアイスブレイキングを実施するとスムーズにアクティビティに入れます。

時間に余裕がある場合は、グループ分けの前にアイスブレイキングをいくつか実施します。その流れの中でグループ分けを行います。そしてグループに分かれた後に、グループのメンバーがお互いに知り合うようなゲームを実施します。

※1 アイスブレイキング

日本ではアイスブレイキング（ice-breaking）またはアイスブレイク（ice-break）、アメリカではアイスブレイカー（ice-breaker）というのが一般的です。もとは、氷（アイス）を壊す意味を持つ単語ですが、初対面同士の人が持つ堅苦しさやよそよそしさを氷に例えて、それを壊して親しくなるためのゲームなどをすることを表します。日常の活動、イベント、会議、ワークショップ等のいろいろな場面で利用できます。

(3) 導入におけるフッキング（注目させること）とねらいの理解

- ・コミュニケーションゲームでは、コミュニケーションがとかく一方通行になりがちで難しいということを経験するような簡単なワーク（実習）を実施します。

（例）ある情景や形を表す文章を読み上げ、それを参加者全員が他の人と相談せずに絵にします。結果として各自の絵がそれぞれ異なるものとなり、コミュニケーションの難しさに気づくことになります。

- ・コンセンサスゲームでは、グループの考えをまとめるための合意形成をすることの難しさを体験できる簡単なワーク（実習）を実施します。

（例）グループ名を3～5分という短い時間で考えさせます。その後グループ名を発表してもらい、それが本当にグループ全員の合意で決まったのかどうか問いかけることで、合意することの難しさに気づかせます。

(4) グループワークの進め方

第3章の各アクティビティを参照してください。

(5) ふりかえりの進め方

ふりかえりでは、参加者の気づきを促すことが大切です。

あらかじめふりかえり用紙を用意し、ふりかえりのポイントとなる各項目について記入してもらう方法が参加者に取り組みやすいでしょう。

ふりかえり用紙がない場合でも、ふりかえるポイントはホワイトボード等に明示するとよいでしょう。

「個人のふりかえり」「グループ内の共有」について時間を明示して行います。できるだけ時間内に終わらせるように指示します。終了しているか確認したときに終わっていないグループが多い場合などは、何分必要か聞き延長します。時間に余裕がない場合は打ち切ることもあります。

① 個人のふりかえり

自分への気づきとグループの他の人についての気づきを促します。ふりかえり用紙への記入かまたはふりかえり用紙がない場合には白紙の用紙などを配布し記入してもらいます。あくまで個人のふりかえりなので、他のメンバーと相談しないように指示します。

② グループ内の共有

個人でふりかえたことをグループで共有します。各項目ごとに各々が発表する方法を指示するとスムーズに進みます。あくまで事実を指摘するように促し、グループの他の人に対する批判とにならないように気をつけるように指示します。

(6) まとめの進め方

ファシリテーター※2 が最後にまとめの話をしますが、あくまでふりかえりて出てきたものを材料にしてまとめていく方法がよいでしょう。参加者の気づきを大切にします。

※2 ファシリテーター

辞書によれば「集会・会議などで、テーマ・議題に沿って発言内容を整理し、発言者が偏らないよう、順調に進行するように口添えする役。」とあります。この冊子の場合は「各グループワークの指導者・進行役」が理解しやすいでしょう。

4 コミュニケーションゲームとは

コミュニケーションゲームとは、情報や意思の伝達を通して、コミュニケーションの難しさや大切さを学ぶグループワークです。

多くの場合、メンバーの一人ひとりに断片的な情報が与えられ、その情報を総合し解答を導き出すことで、グループとしての課題が達成されるという内容になっています。その際に「言葉しか使えない」、あるいは「言葉を使ってはいけない」などといったさまざまな制約が設けられ、グループで知恵を出し合ってその制約を乗り越えていくことにより、大きな達成感が得られ、集団の力というものを実感することもできます。

ゲームの中では、情報を正確に読みとり、重要な情報やキーになる情報を識別すること（情報の整理）がまず求められます。ついで自分の得た情報を正確に伝え、他者の情報を正しく聞き取ること（情報の共有）や、何が課題なのかという共通の認識（目標の明確化）などが必要となってきます。さらにその上で、どこから手をつけるか、誰が何を分担するかといった共通理解（グループの組織化）が図られなければなりません。

こうした中で自然と役割分担が生じたり、リーダーが現れたりしてきます。全員が何らかの役割を果たさなければゲームが成立しないような仕組みになっているので、集団と自己との関わりというようなことも実践的に学ぶことができます。

どのゲームも楽しい雰囲気で行われ、競技性もあるため、我を忘れて熱中することも多くありますが、そうした中でも、集団内での自己や他者への働きの洞察や、いま集団の中で起こっていることへの気づきなどが生まれ、現実の社会生活に生かすことのできるゲームにもなっています。

5 コンセンサスゲームとは

コンセンサス（全員の合意）に至る過程で起こるさまざまなことから（メンバーの参加の仕方、コミュニケーションやリーダーシップ、グループの雰囲気、他者の価値観の理解）、グループ全員が合意することの難しさ、大切さなどを体験的に学ぶグループワークです。

このゲームは各自が安易な妥協をしないで、話し合いを通してグループのメンバー全員が納得できる決定が求められます。十分なアイスブレイキングをすることで、自由に話し合える雰囲気を作ります。そうすることで各自が自分の考え方、価値観を持って話し合いに臨むことになり、年齢、仕事上の上下関係、初対面等に関わらず自由に話し合うことで、お互いの本音を引き出すワーク（実習）となります。

課題の内容によっては、人生観、価値観をぶつけ合うことになり、多様な考え方、感じ方、人・物の見方などが話し合われることになり、価値観の対立を生みグループの決定に至らないこともあり得ます。

ワークを通してメンバーの親密さは増すこととなります。しかしそれだけに偏らずにねらいを明確にし、ふりかえりを十分に行うことが大切です。