

た」とか、「ウソ言っちゃった」
とか、「□□さんて、△△だった
んだ」とか……。お互いに感じた
ことや、今の気持ちを、素直に発
表し合おう。これもさっきと同じ
ように、批判しないで聴くよう
にしよう。発表の順番を決めてから
だね。じゃ、スタート。



班長がリードしている班、ジャンケンで順番
を決めている班、手を挙げて「ハイ、ハイ！」

などと言っている生徒がいる班など、各班ごと
にいろいろな進め方をしています。

H 子；C子さんは、どうでしたか？

C 子；私……。みんなの前で自分の気持
ちを発表できたし……。友だちの
ことも分かったので、とても嬉し
かったです。

E 男；オレ……。はじめのうちは、みん
なを笑わせようと思って、わざと
変なこと言ったりしてたんだけど、
途中で、何か……。「本当に言い
たいことは、別なことなんじゃな
いか？」って思ったんだ。でも、
やっぱり芸能界に入りたいなあ！

豊かな人間関係づくりとグループ・エンカウンター

- 「エンカウンター」とは「心と心のふれあい」とか「本音と本音の交流」という意味です。リー
ダー（教師）が見守る中で、集団でのエクササイズを通し不安や緊張をやわらげ、温かな、裏腹
のない人間関係を体験させるのが、「グループ・エンカウンター」の目的です。
- 「グループ・エンカウンター」では、他者および未知の自分自身との出会いと、感受性豊かな
人間的成長を目標にしています。参加者自身が心理的に成長し、対人関係を改善・発展させるこ
とができるように、①自分の本音を知る、②自分の本音を表現する、③自分の本音を主張する、
④他者の本音を受け入れる、⑤他者を信頼する、⑥他者とのかかわりをもつ、の6つの体験がで
きるように、エクササイズを工夫することが大切です。
- 「シェアリング（ふりかえり）」とは、話し合いを通してお互いの思いや感情を分かちもつこ
とです。「グループ・エンカウンター」では必ずシェアリングが行われ、このシェアリング自体
が集団心理療法的なはたらきをします。参加者全員が平均的に発表し、批判しないで聴き合うこ
とができるような配慮が必要です。このシェアリングの有無が、同じような楽しい活動であるレ
クリエーションとの大きな違いです。