

令和6年度 地域でつながる家庭教育応援事業
家庭教育支援者地区別研修（会津地区）

よりよい人間関係を育むための
保護者・先生向けの
SGEエクササイズ体験

2024年7月31日（水）

会津大学 小川オリビア千里

お互いを知る

コミュニケーション

ウォーミングアップ

「相手の目を見て話しましょう?!」



カンタン!

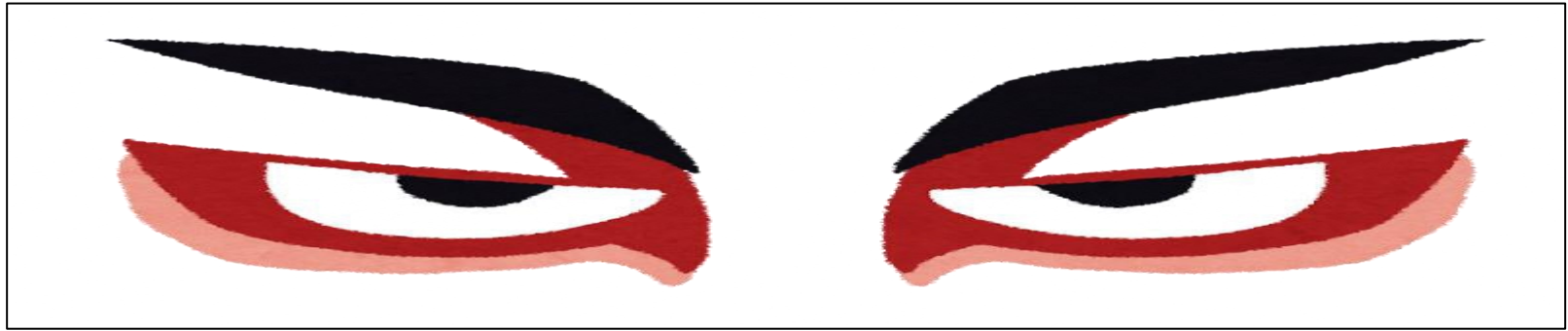


難しい!

どの辺を見る？



この人だったら？



構成的グループエンカウンター（SGE）

- ホンネを表現し合い，それを互いに認め合う体験のこと。
- リーダーの指示した課題をグループで行い，その時の気持ちを率直に語り合うことを通じて行う。
- 主に教育現場での人間関係づくりのニーズに対応
- 6つのねらい：自己理解，他者理解，自己受容，感受性の促進，自己主張，信頼体験
- ねらいを理解すれば，初心者の先生でも十分行うことができる。

エクササイズ

インストラクション（教示）

デモンストレーション（見本）

エクササイズ（体験）

シェアリング（感情の共有）



感じたこと，気づいたこと...

【重要】

感じたこと・気づいたこと

- 感じたり、気づいたりするのは、自分である
- I (アイ) メッセージで表現、記入するよう、意識する！
- 『私は～～～と感じた。なぜならば・・・』
- (英語でなら...) I feel ...

×相手を評価、指示の対象とするのではない

自己とは

- 自分自身で，自分が気付いていることも気づいていないことも含む

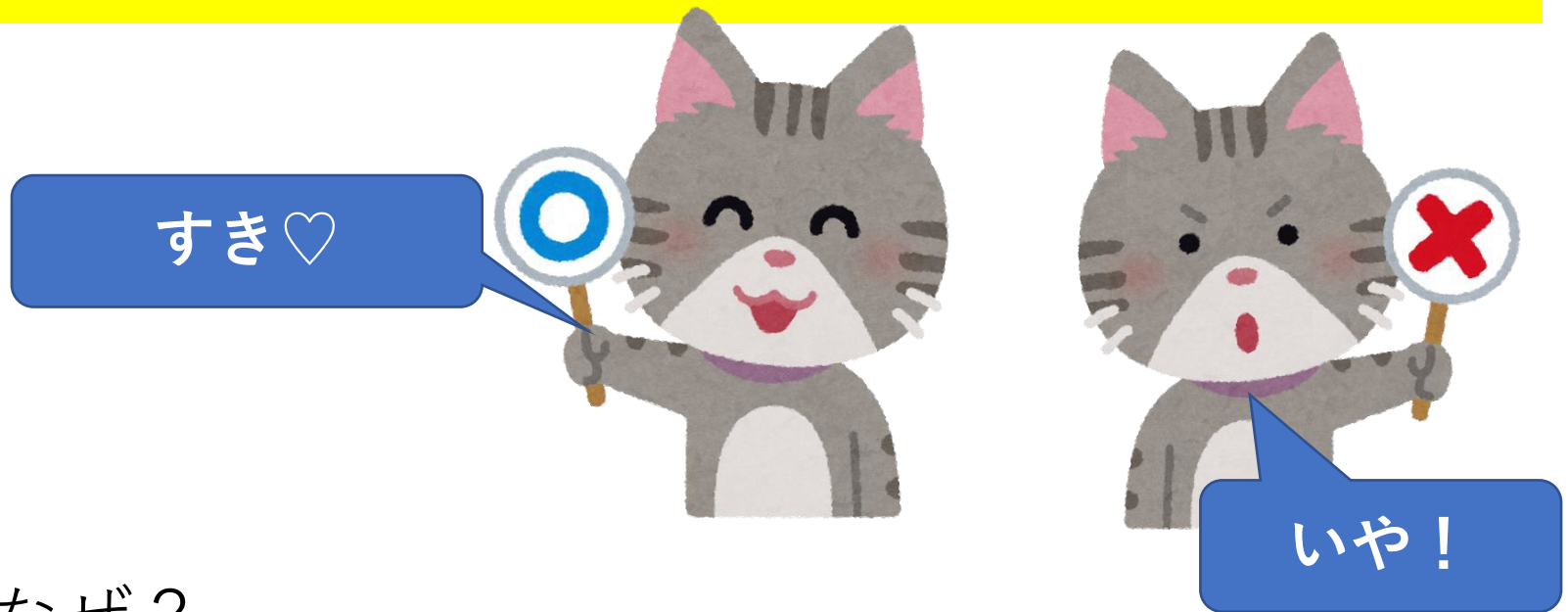
自己理解を自己紹介（他者との相互作用）を介してやろうとしていますが...

- 自己理解，仕事理解を質問項目にこたえることを通じて行うこともできる
- ひととの相互作用はかなり少ないですが・・・

職業スキルチェック（2022/10/07）

<https://jobcard.mhlw.go.jp/skillcheck/skillcheck.php>

Q: 自己紹介の時間は、すき？



• なぜ？

自己理解とは . . .

- これまでの経験を振り返り、客観的に自分を見つめなおしてみる

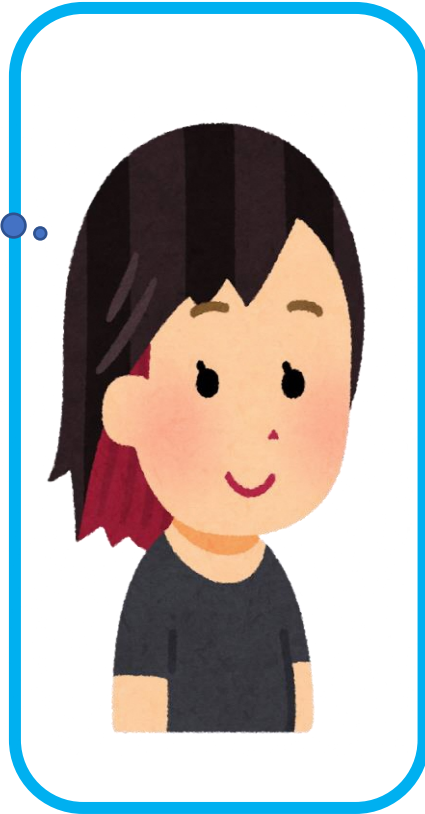
(ジョブカード制度 <http://jobcard.mhlw.go.jp/comprehension.html> 2022/10/7)

- 自分はどんな人か
 - ✓ どのようなことが得意 (好き) で、どのようなことが苦手 (嫌い) か
 - ✓ どのような能力があるか
 - ✓ どのようなことを大事に思っているか
- をわかろうとすること

自己紹介には、**相手**がいます

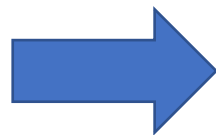
他者

うん、
うん



〇〇です！

個人



集団

(グループ)



組織

オリビアのオススメ

- 自分の名前は、**ゆっくり、はっきり**
- **基本パターン（ひな型）**を持っておく
 - 目安：30秒
- どんな場で（どんな人たちに対して）話すか、 少し分析してから行う
- 分析などの情報に基づいて、基本パターンに少しアレンジを加える
- 時々できる機会を持つ、新しいグループにしばしば参加する

参考文献

- 國分康孝・國分久子（2004）『構成的グループエンカウンター事典』， 図書文化.

その他， エンカウンターに関する図書文化社による著書（以下のウェブサイト）で， 入手しやすいもの， 関心をお持ちいただけるものをご覧いただけます。

https://www.toshobunka.co.jp/books/searchresult.php?series_cd=2

（2024/7/31）

ありがとうございました