

現代GPにおけるアドベンチャーカウンセリングの実践

小西浩嗣

I. はじめに

近年、コミュニケーション不全が原因で人間関係がうまくつづれない、人と上手に関われない大学生が増加している。かつて、子どもたちは遊びを通しての冒険をしてきたし、人とのつきあい方や信頼・やさしさ・協力など、心を育てるベースとなるものを自然と学んできた。しかし現代においては、幼少時代の野外や自然の中での体験、あるいは集団での遊びの機会が激減、それが遠因となってコミュニケーション能力や対人関係能力の欠如、社会不適応の大学生を多く生み出していると考えられている（谷島，2005）。特に本学のように心理カウンセラーや社会福祉士等、対人援助職の養成を視野に入れた心理福祉系大学の教育においてコミュニケーションや対人関係を築く力の欠如は致命的といえる。

こういった社会の変化やさまざまな心の問題の解決に有効な手法の一つがアドベンチャー教育である（眞崎・丹後，2004）。見た目にはレクリエーションやキャンプゲーム等と変わらないのだが、冒険的な要素をゲームを通して体験し、活動・体験そのものより、グループや対人関係の中で起こる感情や思考、取り組み方などに焦点をあて、個人とグループの成長を図ることを目指している。

本学では2004年、地域社会と連携した心のケア・生活サポート教育の中核として創設された心理福祉学部心理学科において、従来の臨床心理学における「悩みの解決」、「自己発見」、「自己成長のための支援」という働きに加え、より強固な心の生成を求める必要からアドベンチャー教育の一つであるアドベンチャーカウンセリングの専用コースを建設、2005年度から基礎演習（1年次）、アドベンチャーカウンセリングⅠ・Ⅱ（2年次演習）、アドベンチャーカウンセリングⅢ（3年次演習）をカリキュラムに系統的に配置した。また、本学教員および外部の教育・心理に携わる社会人や学生が集まり、研修会やワークショップも定期的に行われ地域での人間関係づくりプログラムのニーズ収集を積み重ねた。

このような背景と学内外での積み重ねを経て、2006年度より文部科学省の「現代的教育ニーズ取組支援プログラム（現代GP）」に採択された「『心のケアとサポート』人材養成と自立支援——地域の活性化と安心・安全な社会の創造のための実践的教育」の取組にアドベンチャーカウンセリングが特色の一つとして取り入れられることになったのである。

本文では、本学が導入したアドベンチャーカウンセリングの教育理念と手法について簡単にふ

れ、次に2006年度から2008年度に現代GPプロジェクトの一環として展開されたアドベンチャーカウンセリングの活動実践について報告し、最後に課題と今後の展開についてまとめることにする。



写真1 アドベンチャーカウンセリング授業 (2006・2008年度)

Ⅱ. アドベンチャーカウンセリングとは何か？

1. アドベンチャー教育の歴史と現状

アドベンチャーカウンセリングは、大自然が生み出したといっても過言ではない。アドベンチャー教育がそのベースではあるが、発祥は1941年イギリスで生まれた「アウトワード・バウンド・スクール (Outward Bound School; OBS)」である。登山、ロッククライミング、沢登りなど、さまざまな冒険 (野外) 活動を通して自己の可能性やあり方、また他人を思いやる心など、豊かな人間性を育むことを目的にしている (日本アウトワード・バウンド協会)。また、より身近な環境、すなわち日常 (屋内) での実践手法であるプロジェクトアドベンチャー (Project Adventure ; PA) は、1960年代後半に、アメリカ・マサチューセッツ州の高等学校で実験的にスタートした、OBSの考え方と手法を既存の学校教育や社会教育に取り入れたプログラムであり、自己概念や社会性を向上させるとされている。その一方で、病院や療養施設等医療機関での治療プログラム、さらには犯罪を犯した青少年の更生プログラム等、多様な分野において導入されている (Schoel, Proudy & Radcliffe, 1989)。日本においては1995年にプロジェクトアドベンチャー・ジャパン (PAJ) が設立されPAの手法普及および指導が始まっている (難波, 2006)。全国数十ヵ所にPAプログラムが展開できる専用施設 (ロープコース) が設置されているが、大学で専用施設を保有し教育カリキュラムに積極的に導入しているのは玉川大学 (心の教育実践センター) と本学だけである。

表1 帝塚山大学におけるアドベンチャーカウンセリングの取り組み

年度	授業カリキュラム	現代GP	その他
2004			教職員対象体験会 オープンキャンパスでの体験
2005	基礎演習(1年生対象) 健康科学(2年生以上対象)		学生・教職員対象体験会 オープンキャンパスでの体験
2006	基礎演習(1年生対象) アドベンチャーカウンセリングⅠ・Ⅱ(2年生以上対象) アドベンチャーカウンセリングⅢ(3年生以上対象) 現代生活学部 健康科学(2年生以上対象)	学生・教職員対象体験会 一般指導者対象体験会 交野市立小学校授業	大学院生対象体験会 オープンキャンパスでの体験
2007	基礎演習(1年生対象) アドベンチャーカウンセリングⅠ・Ⅱ(2年生以上対象) アドベンチャーカウンセリングⅢ(3年生以上対象) 現代生活学部 健康科学(2年生以上対象)	交野市教職員研修 交野市立小学校授業 指導者対象体験会・セミナー 親子グループのファシリテート 青少年グループ対象体験会	大学院生対象体験会 オープンキャンパスでの体験 介護福祉士研修会
2008	基礎演習(1年生対象) アドベンチャーカウンセリングⅠ・Ⅱ(2年生以上対象) アドベンチャーカウンセリングⅢ(3年生以上対象) 現代生活学部 健康科学(2年生以上対象)	交野市教職員研修 交野市立小学校授業 指導者対象体験会・セミナー 親子グループのファシリテート 青少年グループ対象体験会 ABC研究会活動	オープンキャンパスでの体験 介護福祉士研修会 学童保育指導員研修 スポーツクラブのチームビルディング

2. アドベンチャーカウンセリングの教育理念と手法

アドベンチャーカウンセリングの正式名称は「Adventure Based Counseling (ABC)」で、PAのトレーニング手法の一つである。実際には、ファシリテーターと呼ばれる支援者が、心理学やカウンセリングの手法を適用し、さまざまなアクティビティ(表2)をグループで体験しながら、個人とグループが関係を築いていき、徐々にチャレンジレベルを上げていく。最初はゲーム的、遊びの要素を取り入れて人とかかわる楽しさに気づき、グループでの協力や信頼を重ね、自分と仲間を信じることから次のステップへ。課題解決(イニシアティブ)、信頼関係構築の活動を経て、ロープや木、ワイヤー等で作られた専用の施設「ロープスコース」を使ったロー&ハイエレメントチャレンジでは、大きな達成感、協力、信頼など貴重な感情や体験が得られるのである。

冒険だからこそ、安全に生きるためのマインドやスキルが身につく、他者と生き抜くことの重要性に気がつくというのがアドベンチャーカウンセリングのコンセプトである。成功体験ができるようにプランニングされたさまざまな活動を通じて肯定的な心理状態や自尊感情を高める。このためには、①ゴールが明確であること、②自分が求めていること、③達成方法が明確であること、④目標が高過ぎず、低過ぎず、挑戦していることが自覚できることが重要である(Lewin, K, 1944)。ゴールを設定し、それに向かって深く係るほど、他人に責任を転嫁したり、途中でリタイアする可能性は低くなる。過去(の失敗)にこだわるより、現在や未来(の成功)に注目するようになるのである。

表2 アクティビティ（活動）のタイプ

アイスブレイキング (Icebreaking=I B)	心身の緊張をほぐし、グループメンバーが居心地よいと感じる機会を提供する。
ディインヒビタイザー (De-Inhibitizer=D I)	比較的レベルの低いリスク=少し恥ずかしさを感じるような活動を行い自己抑制をとっていく。
コミュニケーション (Communication=C O)	意見、感情を言葉や身体表現で伝え合う力を高める活動。
トラスト (Trust=T R)	I BやD Iによって相互に安心感が生まれてきた段階で、身体的・感情的リスクを伴う活動を通して他者を信頼する機会を提供する。
イニシアティブ (Initiative=I N)	様々なレベルの課題をグループでトライ&エラーしながら協力等により解決していく。
ローエレメント (Low Element=L O)	膝の高さ～4m程の高さに設置された装置を使って、I Nよりも冒険性が高い課題解決をグループでチャレンジしていく。
ハイエレメント (High Element=H I)	7～10mの高所においてグループメンバーに身体の安全を確保されて行う身体的・感情的リスクの高い活動。

Ⅲ. 現代GPにおけるアドベンチャーカウンセリングの展開

本学における現代GPの目的は、心理福祉学部および心のケアセンター、大学院臨床社会心理学専攻が一体となって、地域住民への「心のケアとサポート」を通じて安心して暮らせる豊かな街づくりを促進することであり、特に「子どもと保護者への発達・教育支援を通じた地域の教育力の活性化」、および「市民へのケアと自立支援を通じた安心・安全な社会の創造」を推進できる人材育成を目指す取り組みである（蓮花，2006）。この取り組みにおけるアドベンチャーカウンセリングの具体的な実践としては、本学教員を中心とするアドベンチャーカウンセリング研究会（ABC研究会）を立ち上げ、さまざまなプログラムの企画やセミナー・体験会の開催と同時に、特に大阪府交野市との教育連携に力を注ぎ、小学校の授業へのファシリテーター（教員）および学生スタッフ派遣、また授業導入のみならず、同市の教職員研修や校内研修に本学教員の派遣を行った（表3）。

表3 アドベンチャーカウンセリング（ABC）研究会の活動実践

年度	アドベンチャーカウンセリング体験会	アドベンチャー教育セミナー	その他の派遣プログラムなど
2006	帝塚山コース体験会(12/25-27)9名		
2007	兵庫県嬉野台野外コース体験会(8/29-31)18名 帝塚山コース体験会(9/29)13名	アドベンチャー教育指導者セミナー(9/15：玉川大学・難波氏)26名	ホーイスクウトのチームビルディング(11/4・3/15) 親子グループの体験(12/26) 介護福祉士ファーストステップ研修(3/16)
2008	帝塚山コース体験会(6/21・7/19・9/27・11/8・1/31・2/22・3/7)延べ77名 兵庫県嬉野台野外コース体験会(8/24-26)9名 大阪府子ども会リーダー対象体験会(10/11) 福祉施設指導員対象体験会(2/4)17名 羽曳野市青少年リーダー対象体験会(2/21)11名	アドベンチャー教育指導者セミナー(2/28：玉川大学・難波氏)20名	介護福祉士ファーストステップ研修(4/20) 私立幼稚園でのセッション(5/9・12/18) 摂津市学童保育指導員研修(6/19) ホーイスクウトのチームビルディング(8/5・3/8) 親子グループの体験(11/15)

1) アドベンチャーカウンセリング（ABC）研究会活動

アドベンチャーカウンセリングおよびアドベンチャー教育の発展、実践・研究の蓄積と社会への貢献を目的として体験会・セミナーの実施、教育・臨床現場への指導者（ファシリテーター）の派遣、その他プログラムの企画等を行った。

(1) アドベンチャーカウンセリング体験会（表4）

2006年は現代GPスタートの年度ということもあり、3日間連続の体験会を1回だけ実施するだけであったが、2007・2008年度には本学アドベンチャーカウンセリング専用コースでの体験会のみならず、兵庫県立嬉野台生涯教育センターの野外アドベンチャーコースにおける合宿スタイルでの実施や地域の子ども会リーダー、福祉施設職員対象等の体験会を延べ13回実施した。

(2) アドベンチャー教育セミナー

アドベンチャーカウンセリングのベースであるアドベンチャー教育の日本における第一人者、難波克己氏（玉川大学学術研究所准教授）を講師に迎え、アドベンチャー教育の現状と今後の展開について2007年9月15日と2009年2月28日に体験を交えながらのセミナーを開催した。大阪、兵庫、京都、和歌山、奈良、岡山などの教員、保育士、カウンセラー、ケースワーカー、大学院生等、幅広い分野からの参加がえられた。

(3) その他の派遣プログラム

アドベンチャーカウンセリングの教育効果を学内外を問わず、広く地域へ普及するために、ボーイスカウトリーダーや幼稚園児、さらには介護福祉士研修や学童保育指導員研修に本学教員をファシリテーターとして派遣、大学院生と学部生も補助として参加した。また本学ラグビー部や高校バレーボール部のチームビルディングのファシリテートも行った。

表4 アドベンチャーカウンセリング体験会プログラム（帝塚山コース）

10:00	体験会の目的	<ul style="list-style-type: none"> ・アドベンチャーとは？ ・指の運動～体験から学ぶ ・4つの約束 ・みなさんの現場にどう活かせるか？を考えて！
10:15	ウォームアップ & アイズレク ネームアクティビティ	キャッチ～インパルス～トン・パン・トントン… ネームホイップ～ネームトス～右左私あなた～ピンボール～お席どうぞ フィルミーイン
11:20	ブレイク前の儀式 休憩	Look Down Look Up
11:30	ウォームアップ コミュニケーション ローエレメント体験 儀式	ハンドクラッピング～セブンイレブン エルボー&ニータッチ～アームレスリング～インチワーム～ウインドミル ジャイアントシーソー～モホークウォーク～ウォール トントンパンパンパチパチイエス！
13:00	昼食・休憩	
14:00	視点を交えるエクササイズ コミュニケーション	9ドッツ～白くま～ポーキュパイン～イエローピン グリーンボン フライニングペーパー～ヘリウムフープ
15:30	ローエレメント ハイエレメント	オールアボード～ニトロクロッシング クライミングウォール
17:00	終了の儀式	シーユーレーターアリゲーター



写真2 嬉野台野外コース体験会（2006年度）



写真3 アドベンチャー教育セミナー（2007年度）



写真4 D小学校アドベンチャーカウンセリング授業（2007年度）

2) 交野市教育委員会との教育提携

本学と交野市D小学校の間には、現代GP採択以前からさまざまな人的交流があったが、2006年度の採択、そして交野市教育委員会との教育提携により両者の連携はますます強化されることになった。さらにはD小学校のみならず全市へのアドベンチャーカウンセリング導入を睨んで2007年度からは教職員対象の研修（全市および各校）を開始した。

(1) 交野市D小学校授業への講師および学生スタッフ派遣

D小学校でのアドベンチャーカウンセリングの導入は、2006年12月の教職員研修と6年生児童を対象とした「卒業に向けて、よりいっそうの団結を図る」目的の授業からスタートした。本学からファシリテーターを含め14名のスタッフ（教員と学生）を派遣した。以降、D小学校におけるアドベンチャーカウンセリングの目的は「集団の予防的プログラム」となった。

前年度の成果を受けて2007年度には、アドベンチャーカウンセリングの手法を用いた授業を道徳科の年間指導計画に基づき、4年生を対象に年間9回実施した。前年度と同様に14名のスタッフを現代GPを通じて派遣した。

2008年度には対象学年を1学年（4年生）から4学年（3年生以上）に拡大、総合的な学習の時間を使って定期的に実施した。また、年間を通じたこの授業全体をベストクラス・プラクティス（Best Class Practice）と呼び、アドベンチャーカウンセリングを通じて「居心地のいいクラス」づくりを目指した。本学より延べ20名のスタッフを派遣し、支援を行った。

また、5年生の林間学舎（林間学校）のプログラムにアドベンチャーカウンセリングの考え方を取り入れ、本学より8名のスタッフを派遣した。林間学校は、ハイキングや登山、施設見学等を行う学校行事の一つで、校外学習としては規模の大きい活動であり、学習指導要領においては特別活動に位置づけられている。D小学校では、例年6月に交野市の野外施設において1泊2日を実施している。5年生は、2007年度にアドベンチャーカウンセリングの授業を経験した学年であり、授業で気づき学んだことを別の場面・空間（あるいは日常）に活かしていく機会として試みられた。



写真5 教員研修（2008年度）

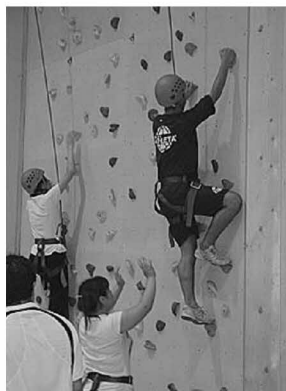


表5 2008年度 アドベンチャーカウンセリング授業内容

学年	回	テーマ	内容
6年	1	【導入】Best Classを目指して！ 目標設定と尊重（フルバリュー）	授業オリエンテーション：学校・教室でのアドベンチャーとは？ 体験学習：ペン回し、指の運動、ヘリウムフープ Best Classにするための規範づくり：フルバリューBeing
	2	アイスブレイクと相互理解 コミュニケーション チャレンジとチームビルディング 信頼と協力	Beingの確認：言葉だけでなく行動に！ ウォームアップ：Stop&Go、言葉と一緒に、ハンドクラッピング イニシアティブ：デュオシット、大縄跳び
	3		Best Classを目指して約束（Being）を実践する グループイニシアティブ：風船ネームトス、バルーンリレー、パイ プライン
	4		ウォームアップ：ペーパータグ、ヤートロープ トラスト：トラストブランケット、トラストリーン、ウィロー
	5		アイスブレイク&イニシアティブ：チキンベースボール
	6		トラスト：ブラインドベアウォーク、ブラインドトロリ
	7		アイスブレイク&コミュニケーション：フライングチキン トラスト：ヒューマンラダー（人間梯子）
	8		一年間のふりかえり
5年	林間	非日常体験と協力関係構築	グループイニシアティブ：アドベンチャーハイキング（課題解決）
	1	アイスブレイクと目標設定	「4つの約束」の確認とベストクラスについての説明 ウォームアップ：ワムサムサム アイスブレイク&イニシアティブ：チキンベースボール
	2	チャレンジと チームビルディング	ベストクラスからベストグレード（学年）へ ウォームアップ&アイスブレイク：グーパー、言葉と一緒に、バナナ タグ イニシアティブ：フライングチキン
	3	チャレンジと協力	ウォームアップ：エルボータッチ・ニータッチ コミュニケーション&イニシアティブ：Zoom ReZoom、大縄跳び
4	一年間のふりかえり	ベストクラス点数（目標達成度）、6年生に向けて	
4年	1	居心地のいいクラスにするには？ 目標設定とフルバリュー	4つの約束の紹介、ハンドサインの練習 アイスブレイク：キャッチ、ハッピーじゃんけん、進化じゃんけん いごこちのいいクラスにするための規範づくり：手のひらBeing
	2	アイスブレイク 「安全」「フェア」を意識	アクティビティを通して「安全」「フェア」にできたかを確認 エルボー&ニータッチ、トタグ、ペーパータグ、お魚ちゃん出たおいで！
	3	相互理解とチームワーク	アイスブレイク：肩たたき イニシアティブ：フープTシャツ、ヘリウムフープ、フープリレー
	4	信頼と協力、コミュニケーション	フリースボールアクティビティ（1人キャッチ～2人であわせる） コミュニケーション&トラスト：Pシューター
	5		コミュニケーション：フライングチキン トラスト：ブラインドトロリ
	6	一年間のふりかえり	5年生に向けて
3年	1	居心地のいいクラスにするには？ 目標設定とフルバリュー	4つの約束の紹介、ハンドサインの練習 ウォームアップ&アイスブレイク：キャッチ、木の中のリス、名前紹介 コミュニケーション：アップチャック、フープリレー
	2	アイスブレイク、コミュニケーション	4つの約束の確認 ウォームアップ&アイスブレイク：ストップ&ゴー、魔法使いと妖精 コミュニケーション：ドラゴンテール
	3		アイスブレイク&コミュニケーション：スピードレベル1・2・3、 鬼ごっこ
	4	信頼と協力	ウォームアップ：ハンドクラッピング、エルボータッチ、トタグ アイスブレイク&コミュニケーション：バナナタグ、お魚ちゃん出たおいで
	5		ウォームアップ&コミュニケーション：カッパの遠足、ターニングリーフ イニシアティブ：生きものジェスチャー
	6		一年間のふりかえり

表6 子どもたちの声（抜粋：ベストクラス点数とその理由）

6年生

- 85点 この1年間で楽しいこともあったし、けんかをしたりしたから。
- 80点 クラスの中心的存在の人が、いろいろなきかくを考え「みんなで楽しいことをしよう!!」とみんなを引っばってってくれるから。
- 50点 みんなで協力してできた時もあるけど、話を聞かないで、しゃべっていた時もあったから!
- 90点 BCPが始まる前は、悪口をいっぱい言ったりしてたけど、BCPが始まってからはみんなあんまり悪口を言わなくなったし、いろんな事も協力してできたから!!
- 77点 あまり悪口を言わなくなった。しずかにできない。とりくみはいつもしんけん。
- 83点 いつも、うるさかったりするけど、男女関係なくなかよしだから…。
- 70点 まず70点はみんなが協力してゲームをやったりしてたから。あとの-30点は人が話しているのに友達としゃべったりしてたから。
- 69点 やっぱり、だれかが失敗すると、その人を責めてしまったりしているから。
- 75点 良いところもあったけどきつい言葉を言ったりたたいたりしていたから。
- 75点 アドベンチャーカウンセリングをしてからは、前よりみんながまとまっている気がするからです。

5年生

- 98点 最初は4年生のときのクラスの方がメンバーがよかったなあとと思ったけれど、最近はこのまま6年生に持ち上がったらいいのに…と思うぐらいいいクラスだから。
- 100点 1年間の中で、1番におもったのは、みんなやさしいことでした。
- 95点 たまにけんかをするけど、すぐになかなかおりができるから。
- 85点 不安なときもあったけど、まわりの友だちが仲よくしてくれたから。
- 95点 友達関係でいやなことがあったけど今は楽しい!!
- 85点 授業の時は、ちょっとうるさいけど、楽しいし、おもしろいから85点ぐらいにした。けんかもよくしてるけど…。
- 60点 授業中しゃべっていない人もいたけど、しゃべっている人がいた。
- 50点 けんかをしたし授業中に立ちあるいたりしてうるさいから。ちょっと仲がいい。
- 70点 みんなで協力したこともあったし、けんかしたりしたから70点。
- 95点 けんかもしたけど、たのしかった。

表7 教職員の感想（抜粋）

一番印象に残っていることや場面は？

- ・アドベンチャーがある日は、子どもたちがとても楽しみにしている様子が伝わってきたこと。
- ・夏の校内研修。帝塚山大学の施設をお借りしてのアドベンチャーカウンセリングの研修会。職員同士で「ちがいがい」・今まで気づけなかったことを発見できたこと。
- ・普段係わりが少ない子同士が笑って楽しそうにゲームをしている姿は印象に残っています。
- ・先生が子ども以上に楽しみ、本気でぶつかっているのを見たこと。
- ・大縄跳びで、なかなかスムーズに進まず、子どもたちの意見や気持ちがまとまらずに、すっきりしないまま終わってしまった授業。
- ・子どもたちがゲームをしている時。外から見ていて、ハラハラ、ドキドキ。

学んだと思うことは？

- ・外から一步下がってみると子どもたちの様子がわかった。
- ・必死になることの大切さ。相手を信頼する気持ち。
- ・相手のことを考えたり、見ようとする気持ち。
- ・今までない児童へのアプローチ。
- ・教師の立場としては、一言、言いたくなくても根気よく待つこと。
- ・一生懸命に楽しんでいる子どもの姿から、自分が純心に楽しむことが少なくなってきたなあと感じさせられたこと。
- ・相手をよく知ることで許容範囲が拡大するので、日常的な会話も大切。
- ・人と協力でできれば、不可能だと思えることも可能になりうる。声をかけあい、確認したり、励ましたりすることの大切さ。
- ・仲間を思いやる気持ち、協力する気持ちを強制せずに自然と身につけさせる活動があること。
- ・集団の中で仲間をいろいろな面から見つめることで、再度自分を見直すことができる。相手のことを考え、自分の思いを伝えることで信頼関係が生まれる。支えあうことで一つの目標に向かって全員でとりくむことができる。（再認識しました）
- ・合奏の授業で、楽器を片付ける際、自分が使った楽器以外も進んで片付けることができていた。アドベンチャーで「みんなで」「クラスで」という意識が自然に身につけているのだと感じた。

その他、感想や気づいたこと

- ・子どもたちがやさしくなった。個々の場面ではまだ問題点は様々あるが、靴かきしが少なくなったし、大きなけんかも減ったように思う。すべての学校でも取り組めるようになればよいが、教師だけでは難しい。応援者が必要です。
- ・自分が子どもの頃にクラスや学年でやってみたかったと思いました。何らかの集団でこういう経験ができるということはすごく貴重なことだと感じています。教頭先生がしてくださった事業報告会で、教育委員会の方が、「この学校だけでなく他の学校、さらには大人にも、社会全体にも必要とされるもの」というお話をされ、確かにそうだなと思いました。
- ・子どもたちのいきいきした表情など教室では見ることはできない顔を見ることができる時間でした。いつもやっていただくゲームはいろいろと工夫されており、教室でも取り入れたいと思うゲームばかりでした。これからクラス作りをしていく上で、実践していきたいと思います。
- ・夏の研修をさせていただいて、一生懸命に楽しみながら、だれかと何かを取り組むことで、その人の「良さ」やその人「らしさ」を感じることができた。ここの職員がより好きになれた。子どもたちもそんな気持ちで、一回一回の授業を終え、知らず知らずのうちに一人ひとりが認め合え、好きになっていったのかなあと思った。
- ・卒業を迎えた子どもたちを見て、子どもたちが仲良く遊んだり、けんかをしたり、仲直りをしたり。そして、一つのことをみんなでやろうと考え出す（式後の挨拶、プレゼント、タイムカプセルなど）力って、私は何も言わなかったのに身につけてきたのはアドベンチャーでの授業の成果もあると、今気づきました。
- ・こう着状態にある生徒指導、とりわけ中学校での実践を試みた場合どのような効果があるのか見てみたい。小西先生をはじめ帝塚山大学の今後の実践研究に期待しています。

(2) 教職員研修会の実施

D小学校での授業実施と並行して、2007年度・2008年度において2日間にわたる交野市教員研修会およびD小学校ほか2小学校での教職員研修（校内研修）を行った。研修内容・プログラム（表8）と参加教員の感想は（表9）は以下の通りである。

表8 教員研修プログラム

	種類	アクティビティの名称とねらい		アクティビティの解説
1日目	ウォームアップ アイスブレイク コミュニケーション	指の運動	体験から学ぶことと教わる学ぶことの違い	両手（同じ指同士）をあわせて中指だけ交差させる。そのまま両手をずらしていくと…自転車の乗り方を忘れる人がいないように、自分自身が体験したことは忘れない。
		キャッチ	集中と緩和、エラーを楽しむ	手のひらを上に向け、もう一方の手の人差し指を立てて真ん中に乗せる。“キャッチ”のかけ声で人差し指を掴み、掴まれないように逃げることを同時に行う。
		ペーパータグ	視点を変える、助け合う、協力	手の甲を上に向け名刺サイズの紙を乗せる。押さえたりせずに他の紙を落しに行く。使えるのは紙の乗っている手だけ。紙が落ちたらその場へたり込んでしまう。第2回戦、紙が落ちた人もまだ落ちていない人に助けを求めて、乗せてもらえれば復活できる。
		ヤートロープ	他者を感じる、あわせること、バランス	ロープを通じて他の人の力を感じる。ロープを持ったまま後ろに身体を委ねる。次はそのまま腰を下ろす。目を閉じて、合図なしで、というように難易度を上げていく。
		ネームホイップ	名前の確認 名前の紹介、呼ばれた名前を自分が決める（自分を含めた全員を尊重する）	マイク代わりのおもちゃ等を回して名前を紹介していく。次のバージョンは、名乗った後に他のメンバー全員で名前を呼んであげる。
		ネームトス	知らない人の名前を覚える、名前を呼ぶ、呼んでもらう、相互理解、エラーを気にしない	自分の名前を言って毛糸のボールをパスする。受け取った人は「ありがとう○○」と相手の名前とお礼を言って同じように別の人にパスする。徐々にボールの数が増えていく。次のステップは、両隣の2人の名前を覚えて場所チェンジし、その2人とだけトスしあう。次に4・6・8人…と左右の人を覚えてその人にそれぞれボールを送っていく。
		右左私あなた	名前の確認、楽しさ	真ん中の人「右」「左」「私」「あなた」というカウント（ジャンプ×3）するので、ダウンになるまでに該当する名前を答える。間違ったりカウント内に言えなかったらチェンジする。
イニシアティブ	フープリレー	協力、目標設定とチャレンジ	円になって手をつなぎ途中でフラフープを入れ、全員手をつないだまま1周させる。グループでの目標タイムを設定しチャレンジする。	
コミュニケーション	ルックダウン ルックアップ	合せること、目を見るチャレンジ、終了の儀式	全員で円をつくり、「ルックダウン」で床を見る、「ルックアップ」で天井、「キャッチ」で誰かの目を見る。目が合ったら2人で「イエス！」と言いながら両手を握り締めて身体の方へ引きながら円から抜けていく。最後の2人が抜けるまで繰り返す。	
2日目	ウォームアップ アイスブレイク	ワムサムサム	リスクを受け入れる、一日のスタートの儀式	おまじないのようなユニークなかけ声に合わせて動作をする。
		zip zip	恥ずかしさを脱却	真ん中の人誰かを指しながら「zip」と言うと、指された人はしゃがみ隣の人が「zap」といって手を出してカバーする。失敗したり、関係のない人がつられたりするとチェンジする。
		トータグ	ウォームアップ、足の準備運動	円になって全員で手をつなぎ、自分のつま先で他のメンバーのつま先をタッチする。
		エルボータッチ ニータッチ	準備運動、ウォームアップ	2人向かい合って、相手の肘と膝をタッチ、自分はタッチされないように逃げることを同時にしあう。
	ローエレメント	オールアボード	支えあい、信頼	メンバー全員が70～90cm四方の台の上に5秒間乗る。
		ニトロクロッシング	目標に向かう、協力	ターザンロープにつかまり、全員がスタート地点から離れたステップに渡る課題解決。
		モホークウォーク	協力、バランス、コミュニケーション	高さ50cm、幅4cm、長さ5mの板を落ちないように全員が渡る。
ハイエレメント	クライミングウォール	目標設定、自己決定、リスクをおってチャレンジ	高さ8mの壁を壁面に設置されたホールドを手がかりに登る。	
	ジャイアントラダー	リスクをおってチャレンジ、協力、信頼、意思決定、至高体験	天井から吊り下げられた角材の梯子を二人でチャレンジ、ゴール（最上段=約6m）をめざす。	

表9 教員研修のふりかえり(抜粋)

2007年度

2日間に渡り楽しく研修できました。はじめのうちは、みんなが遠慮しがちだったのに、名前や顔を覚えて、どんどん会話することができるようになり、たくさん笑顔が見られるようになったのはすごいなぁと感動しました。一緒に研修を受けたみなさんと仲良くなれた気がします。学級で、すぐに実践できる、実のある研修を受けることができ本当に良かったです。一步ふみ出す勇氣、ふみ出してもいいかなと思える動機づけの大切さを実感しました。ありがとうございました。

体を動かしての2日間とても楽しい研修でした。最初からは、なかなかうちとけられず緊張して自分を出せませんでした。活動を通して自分を出し居心地のよい空間にかわっていきました。このような活動を通してクラスの輪に入っていけない子が少しずつうちとけて自分の場所があると感じられるようになるのではないかと思います。クラスでもぜひやってみたいと思います。ありがとうございました。

2日間ありがとうございました。“アドベンチャー”ということで、どんな活動なのかなと思っていたのですが、心と頭をときほぐすという意味でのアドベンチャーなんだなと思いました。「子どもたちの集団作り」が大事と思っていても、つついとお説教ばかりになって実態は子どもがバラバラになっています。いろいろな活動を体験させることで理屈をこえて友だちとつながることの楽しさをわかってもらえるようにこの研修で学んだことを活かしていきたいと思います。本当にありがとうございました。自分が学ぶ立場に戻ってみると、子どもたちが授業中どれほど勇氣を出してがんばっているかということに改めて感じました。

今回の研修ではなかなか発表できない子どもの気持ちを感じることができたと思います。発表を促すためには何かを知る事ができました。ただ発表しやすいよう問うだけではなくて発表しやすい環境を子どもたちに提供してあげなければ、発表を促すこともできないのではないかと考えました。今回体験したことを子どもたちにかえしていくことで、子どもたち同士にもはずかしさや戸惑いが無い環境をつくっていきたくと思いました。

二日間ありがとうございました。この研修を通して心と体がつながっているのだということを実感しました。体験を重ねることで自然と笑顔になり気分も晴れていくように感じました。他の先生方ももいつの間にか関わりをもつようになり、人と人とのつながりができていくように思いました。何も特別な準備が必要なわけでもなく、すぐに始められる活動を2学期教室でも取り組んでみたいです。“自然につながっていく”そんな風に子どもたちの関係も深くつながっていけば、と思います。

2008年度

アドベンチャーカウンセリングって何だろう？という気持ちで参加しました。アドベンチャーという言葉は、外に出て身体を動かすイメージでしたが教室で座っていても体験できるものなんだなということがわかりました。(手を挙げる行為もアドベンチャーです。)私はそれがものすごく苦手だということを知りました。そして今回のようなタイプの研修を何回もすることで、この苦手意識はなくなるんじゃないかということも感じました。子どもたちにも同じような体験をさせてあげたいと思います。

初日、参加メンバーとの間に少し距離を感じていましたが、2日目終わった後は、とてもこちよく参加できていた自分に気が付きました。子ども一人ひとりの成長にも、学級経営としてもアドベンチャーカウンセリングは効果的な取り組みだと感じました。しかし実際に取り入れるためには、設備面はもとより、自分自身がファシリテーター(?)になるために勉強が必要だと思います。

去年に引き続き、今年もお世話になりました。特に2日目の大学に伺っての体験は非常に楽しみながら学習させていただきました。教師としてより、人として参加し実感させていただいたことが何よりも良かったと思います。2学期以降子どもたちにかえしていけるのが楽しみです。

「アドベンチャー」というと壮大な冒険のイメージがあったが、日々の生活の中にもアドベンチャーがあふれていることを知りました。子どもたちに当たり前のようにさせていたことも、その子にとっては大冒険だったかもしれません。一人一人思いは違うのだから、その子なりのトライができればいいですね。アドベンチャーカウンセリングのマインドを心に置き、子どもたちと関わっていこうと思います。ありがとうございました。

IV. おわりに

現代GPは2008年度で一応の終結を迎えたが、交野市との取り組み以降、ボーイスカウト、介護福祉士会、スポーツクラブチーム、PTA、NPO法人等、さまざまな団体からアドベンチャーカウンセリングによる人間関係・グループづくり、チームビルディング等の要請は増加の一途を辿っている。2009年度からは、アドベンチャーカウンセリングの理論および実践研究（教育効果の分析と発表）と現代GPで築いてきた教育・臨床現場との提携強化による人材（ファシリテーター）養成を並行して展開していく。このような研究と実践の繰り返し（トライ&エラー）により、社会のニーズ・課題に応じた、単なる教育・心理手法としてではない“アドベンチャーカウンセリング”を確立させていくことと、そして本大学および大学院で育った学生が将来的には担い手になることを最終ゴールとして設定したい。

文献

- Schoel, J. Prouty, D. & Radcliffe, P. (1989) : Islands of healing. Hamilton, MA : Project Adventure, Inc.
(伊藤 稔 監・プロジェクトアドベンチャー・ジャパン訳1997: アドベンチャーカウンセリングの実践) みくに出版
- 谷島弘仁 (2005) : 大学生における大学への適応に関する検討 人間科学研究 文教大学人間科学部 第27号
- 眞崎徹彦, 丹後政俊 (2005) : ひょうご冒険教育(HAP)の展開 ―平成16年度ひょうご冒険教育の実践から― 2004研究報告「うれしの台」12-31
- 松岡有季, 小西浩嗣 (2006) : 基礎演習におけるアドベンチャーカウンセリングの実践 帝塚山大学心理福祉学部紀要 第2号 79-95
- 難波克己 (2001) : プロジェクトアドベンチャーを理解していただくために PAJ Official Paper
- 難波克己 (2006) : 動き出した心の教育 玉川アドベンチャー教育の取り組み 玉川大学学術研究所紀要 第12号 107-114
- 心の教育実践センター (2007) : 第2回「心の教育を考える」シンポジウム: PAフォーラム実践から見える体験学習を生かした学級づくり ―フルバリュースクールを目指して― 玉川大学学術研究所 心の教育実践センター 1-55.
- プロジェクトアドベンチャー・ジャパン監修 諸澄敏之編著 (2005) : みんなのPA系ゲーム243 杏林書院
- 小西浩嗣 (2005) アドベンチャーカウンセリングと冒険教育について 帝塚山大学心のケアセンター紀要 第1号 9-25.
- 小西浩嗣 (2006) 帝塚山大学アドベンチャーカウンセリング体験会報告 帝塚山大学心のケアセンター紀要 第2号 38-42.
- 小西浩嗣 (2007) アドベンチャーカウンセリングの実践と転用について 帝塚山大学心理福祉学部紀要 第3号 31-40.
- 小西浩嗣 (2009) アドベンチャーカウンセリングの授業実践に関する研究 ―授業を通じての学生の意識と行動の変化についての事例検討― 帝塚山大学心理福祉学部紀要 5, 39-48.
- 小西浩嗣 (2008) アドベンチャーカウンセリングの授業における学生の意識と行動の変化について 帝塚山大学大学院修士論文 (未公開)

- 中地展生・野村恭代・蓮花一己・柴田正美（2008）帝塚山大学現代GPプロジェクトによる「心のケアとサポート教育」の展開 帝塚山大学心理福祉学部紀要 第4号 59-67.
- 中地展生・志満慈子・蓮花一己（2009）帝塚山大学現代GPプロジェクトによる「心のケアとサポート教育」の展開(2) 帝塚山大学心理福祉学部紀要 第5号 75-85.
- 蓮花一己（2006）帝塚山大学現代GPプロジェクトによる「心のケアとサポート教育」の展開
「心のケアとサポート人材養成と自立支援」2006年度の活動 vol.1
<http://www.tezukayama-u.ac.jp/GP/2006/2006.html>
- 蓮花一己・三木善彦編（2009）こころのケアとサポートの教育 ―大学と地域の協働― 3章アドベンチャーカウンセリングの実践 45-72. 4章交野市立小学校における総合的心理教育の実践 73-99. 帝塚山大学出版会