

## 1 MAPの導入

前述したようにMAPは、教科教育や学級（ホームルーム）活動など学校教育のあらゆる場面にPAの考え方や手法を取り入れ、「\*心の成長」と「生きる力」をはぐくむプログラムです。児童生徒同士、教師と児童生徒など相互の信頼関係を築き、豊かな人間関係のもとで充実した学校生活、社会生活が送れるよう、その推進を図るものです。

### MAPを学校教育に生かしていくには？

PAの手法・背景等を理解した上で、PAの手法を学校、クラス、グループ、個々の生徒の目的を達成するための手段として、いかに応用できるかを考えてみる必要があります。

- ① PAは一手法であって、PAを導入すること自体が目的ではありません。
- ② PAの手法は、一時的な対処法や解決策の処方箋ではありません。
- ③ PAの手法を理解するためには体験学習の実践法を理解することが必要であり、まず教師等（指導者）が自ら体験し実感した上で、実際にその手法を使っていくことが最も大切なことです。
- ④ 体験学習の一番大切な教育的要素は、学びを直接体験していくプロセスが大事であるということであり、したがって教科・科目に制限はありません。体育や学級（ホ

ームルーム）活動に限らず、各教科、実習、特別活動などに応用が可能です。

- ⑤ 指導者が自らの指導力を考える機会となり、ファシリテーション（支援）の役割と機能を理解する必要があります。
- ⑥ 実際の手法の適用に関して、手順や方法に明確なマニュアルや制限はありません。そのプログラムの成果は、PAのコンセプトを理解した上で指導者の創造力、他分野との統合化、応用力にかかっています。

MAPを実践して、初めからうまくできるとは限りません。失敗してもそのエラーから学ぶ、そして、またトライするという環境が重要です。エラーとトライの繰り返しの中で、学習者がいかに自らの学びとできるかが大事となります。

### MAPの実践

活動の中心や学びは学習者が主体となります。学習者がいかに学んだかに焦点があります。そして体験的な学びは、その場限りではなく、次へ生かされていくという体験学習のサイクル（14ページの図を参照）に従って進みます。

- ① PAの原則「\*フルバリューコミットメント（コントラクト）」「\*チャレンジ バイ チョイス」について、指導者及び学習者がそれぞれに理解、確認をしなければなりません。
- ② 指導者の役割の変化  
MAPでは指導者（教師等）の役割変化が見られます。これまでの「教える」という役割から、生徒自身の主体的な学びを促進する「学習の動機付け、観察・質問・フ

ードバック、必要な情報の提供」など支援的な役割を果たすこととなります。

### ③ 目標設定

活動の目標は、個人・グループの目標として、具体的に実現可能なものを設定します。目標を設定することにより、参加意識が高まり積極的な行動を促します。

### ④ 活動の実践

40～50分の授業の中で実践できる\*アクティビティは、せいぜい2～3つぐらいが適当であるとされています。どのアクティビティを行うかは、グループの発達段階や目標によって異なります(後述「アクティビティの分類」を参照)。

### ⑤ 活動と振り返り

指導者は、参加者が活動前・中・後において何を感じて、どのような態度・行動にあったのかを観察し、指導者が必要と感じたらプログラムを中断して振り返りをを行います。活動・振り返りの繰り返しによりグループの人間関係を観察します。グループの発達段階に応じて、次の段階に進むのか、あるいはその前のステージに戻すのか、指導者の適切な判断が求められます。

指導者には「グループとグループの中の個人を読む」、  
「グループの動きや形成、人間関係が築かれていく過程(プロセス)を読む」ということが求められます。観察・判断のトレーニングと経験を積み、指導者としてのスキルアップを図る必要があります。

### ⑥ 抽象概念の形成と一般化

振り返りにおいて個人やグループがどのようなことを

感じたのかなどさまざまな情報を集め、集めた情報を整理統合して、その中から自己への「気づき」につながる法則性を導き出します(一般化)。この一般化によって得た法則性を自分のものとして実生活への適用を試みます(概念の展開)。こうした体験学習サイクルは、繰り返されることにより何らかの形で一般化されることとなります。

## 2 アクティビティの分類

### 「ものには順番がある」

活動を行うときに考えなくてはならないのは、その集団にふさわしいものをふさわしい方法（指導・言語）でふさわしい時期に体験的に学んでもらうことです。指導者は、集団の発達段階やプログラムの目標に沿っているかを見極める必要があり、学習者の安全（後述）にも配慮しなければなりません。

プログラムを組み立てる際に役立つよう、活動を次のように大まかに分類しています。以下の分類は『アドベンチャーグループカウンセリングの実践』（1997）より抜粋し、一部加筆修正したものです。

### 【\*アイスブレイカー・ウォームアップ】

知り合う、心と体のウォームアップ、ふれあいなどのための\*アクティビティ

**目的**：グループのみんなが知り合うこと。そして一緒にイニシアティブやゲームを楽しみながら、親しい関係を築く。

**特徴**：◆楽しむことが大切である。  
◆グループのメンバー同士の関係が、基本的に穏やかで対立のないものになる。  
◆成功体験を大事にする。最小限の努力で達成できる活動である。

◆最小限の話し合いと意思決定の能力があれば誰でも参加できる。

**例**：ネームトス（28ページ参照）、キャッチ（29ページ参照）、太極拳ストレッチ、ペアタグ

### 【\*ディインヒビタイザー】

精神的抑制をとるアクティビティ

**目的**：グループの参加者が比較的レベルの低いリスクに挑戦できる場を与える。人の前で恥をかくおそれがあるため、積極的に行動できるようになる。

**特徴**：◆心理的、身体的リスクがあるので、不安や欲求不満を体験することがある。

◆成功か失敗かを問題にしない。大切なのは努力すること。

◆楽しさに焦点を当てた\*アクティビティは、参加者自身が考えているよりももっと自信をもって人前で何でもできると思える機会を与える。

◆協力的な雰囲気。グループの誰もが積極的に活動に参加し、自信を深めることにつながる。

**例**：スピードラビット（30ページ参照）、インパルス（31ページ参照）、進化論じゃんけん（32ページ参照）、ビープル to ビープル

## 【\*コミュニケーション】

**目的**：意見や感情を表現する能力を高めること。人の話に耳を傾けること。自分の意見や感情を、言葉や身ぶりで伝えることができるようになる。

**特徴**：◆活動と話し合いがコミュニケーションを高める。  
◆問題解決が目的である。  
◆リーダーシップの才能やスキルはグループの中で育てられる。  
◆大部分の活動で、少なくとも5人のメンバーが必要である。

**例**：グループジャグル、トラフィックジャム

## 【\*意思決定／課題解決】

**目的**：効果的にコミュニケーションをとって協力し合う経験をする。簡単なものから複雑なものまで、さまざまな問題について試行錯誤を繰り返して解決する。

**特徴**：◆問題を解くには、身体を動かすこと、話し合うことが必要である。  
◆強いフラストレーションの中では忍耐が必要なことを学ぶ。  
◆人の話に耳を傾けて協力することが必要である。  
◆困難を乗り越えて目的を達成する過程で、リーダーシップがはぐくまれる。  
◆試行錯誤を繰り返して、意思決定／課題解決のプロ

セスを身につける。

**例**：DNAを救え（33ページ参照）、グループジャグル、マシュマロリバー

これ以降のカテゴリーは、指導者の安全上の配慮が非常に重要になります。しかも、特殊な技能が必要になる場合もありますので、MAP事業の研修（3～4ページ参照）又はPAJの研修をぜひ受けてください。

## 【\*トラスト】

信頼と共感のためのアクティビティ

**目的**：身体的、心理的なリスクのあるさまざまな活動を通して、仲間といることで自分は守られていると実感する。

**特徴**：◆身体と言葉の両方を使って仲間と交流する。  
◆怖いとかリスクを感じる活動をすることもあるが、大半は楽しい活動である。  
◆仲間の安全のためのサポートと協力。  
◆グループ内に徐々に信頼関係が生まれる。  
◆信頼関係を築くためには徐々に基本的なものから始め、繰り返し行ってメンバーがお互い同士で安全を確保し合う。

**例**：トラスト・フォール（34ページ参照）、目をつぶる活動、トラストシーケンス、

注意：心理・感情的にも、身体的にもリスクの高い活動なので、特にこのカテゴリーの指導に関しては、指導者ばかりでなく全員がお互いの安全に配慮できる状態であるかどうかの見極めと指導者の十分な安全管理の技術が必要になってきます。

### 【\*社会的責任】

**目的**：課題をグループで解決する、場合によっては互いに安全を確保し合うことを通して、お互い同士を生かし合うこと、一人一人が自分の長所や欠点に対応する効果的な方法を身につけることを目的としている。メンバーが互いに協力し励まし合うことが必要になる。

**特徴**：◆メンバーが互いに協力し、励まし合うことが必要である。  
◆行き当たりばったりの対応ではなく、前もって計画することが大切だと分かる。  
◆グループ全体のコミュニケーション、積極的に身体を動かして協力することが必要である。  
◆問題を把握し、解決策を見つけるプロセスに慣れる  
◆グループの「外側」の世界に共感を覚えることができる。  
◆グループや個人のリーダーシップ能力を認識し、高める。

**例**：\*ローエレメント（くもの巣(35ページ参照)など）、さ

まざまな方法で行う安全確保（\*ビレイ、\*スポッティング）

### 【\*個人的責任】

**目的**：恐怖心やストレスの高い挑戦をすることによって、ゴールを達成するまでストレスに耐えて努力を続けられるようになる。

**特徴**：◆大部分の\*アクティビティはローブスコースで、最も難しい活動になるが、それだけやりがいがある。  
◆恐怖やストレスや肉体的な限界を感じたときに、仲間が示す弱さを受け入れることを学ぶ。  
◆一人一人の努力を、グループが一体になってサポートするようになる。  
◆難しい活動をうまくやり遂げ、自分には思っていた以上の能力があると気づく。自分に自信がつく。  
◆行動を共にする、助け合う、仲間の安全を確保するなど、学んだことを実践する機会を与える。  
◆活動には、特別な設備、専門家のアドバイスと特殊なトレーニングが必要となる。

**例**：\*ハイエレメント

お断り：「MAPの理論的背景」及び「MAPの実践」の中で使用した参考文献は、49ページに記載のとおりです。

### 3 安全上の注意

プロジェクトアドベンチャーの活動を行うときは、くれぐれも安全に留意しなくてはなりません。その\*安全な環境には、物理的な安全(=身体の安全)と心理的・感情の安全(=心の安全)が含まれます。この安全は参加者個人(自己責任)、指導者も含めた参加者同士(社会的責任)、そして指導者が責任を持つものがあります。特に指導者が両方の安全に関して負う責任は重く、指導者はプログラムの事前・中・事後も含めて、あらゆる場面で常に安全に配慮しなくてはなりません。それには例えば、次のようなポイントを考慮する必要があります。

#### ① 活動の目標

活動はそのグループの目標に合致しているのか。

#### ② 環 境

活動場所及び周辺の状態、気温、天候、地面(床)

#### ③ 参加者は準備できているか

前もって必要なことはないか。

#### ④ 参加者の身体状況

疲れているのか、空腹なのか、時間帯はどうか。

#### ⑤ 参加者の気持ち・感情の状態

対立? 大きな感情の起伏を経験した後なのか?

#### ⑥ 参加者の態度・行動

活動の前、中、後においてどのような行動に出ているのか注意する。

#### ⑦ グループの発達段階

知り合ったばかりなのか、グループとして機能しているのか。グループの状態、個人とグループのかかわりを見る。

そして、グループの状態に合った活動を選んでいくこと(アクティビティの分類 19~24 ページ参照)。グループの学び合いの場・雰囲気づくりは指導者も含めグループの構成員全員が参加して培っていく必要があります。

あくまでも活動は、指導者が組み立てたものを一定時間内に「こなす」という考え方から「集団に合わせて変わるもの・変えるもの」となり、\*振り返りも含めて体験的に「学んでいく場、学びの材料」となります。

### 4 実施上の注意点

PAは、テクニックや技術(活動のノウハウや数)より、「なぜ」と「いかに」がはるかに重要です。料理のレシピと作り手・作り方に例えるなら、料理する人(指導者)は基本のレシピ(PAの考え方や手法)を知らなくては料理(実践)はできませんが、でき上がった料理は、作り手によって個性が出ます。そして、その料理は各家庭(対象者)の好みに合うように味つけも微妙に変わることになります。

PAでは、成長を促すために順番を踏みながらストレスの高い活動を設定するときもあります。対象者・場にふさわしい学びの場づくりは、指導者の判断、それが適切でしかも安全であるかということに委ねられるところが大きいものです。指導者は、意思決定ができる経験と判断基準がなくては、そのような判断と責任を負うことは難しいことになります。そのため、まず指導者はどのようなことが自分の中で起こるかを体験した上で、日常においてその学びを生かしていかなければなりません。