

# 児童が意欲的に活動できる学級づくり

—特別活動における構成的グループエンカウターの実践を通して—

M18EP004

北川 圭吾

## 1. 問題と目的

教師の仕事において、教科指導と生徒指導は両輪をなすと言われている。中央教育審議会答申においても、「我が国の教師は、学習指導のみならず、生徒指導の面でも主要な役割を担い(文部科学省, 2017)」とある。また、「生徒指導提要」(文部科学省, 2010)では、生徒指導においては、学級集団の人間関係づくりが大きなポイントとして挙げられている。

私自身も、子どもがのびのびと活動し、友だちと関わりながら成長していけるよう、教科指導と生徒指導を通じて、学級づくりに力を入れてきた。しかし、「家庭や地域の教育力の低下、要保護・準要保護家庭、障害のある児童生徒、日本語指導が必要な外国人児童生徒、不登校、暴力行為の増加など、学校が抱える課題が複雑化・多様化するにしたがって、おのずと学校の役割は拡大せざるをえない状況にある(文部科学省, 2017)。」とあるように、子どもや学校が抱える課題は複雑化・多様化している。また、こうした課題は、子どもの人間関係づくりをより困難にし、学級経営にも大きな影響を及ぼしている。

学級づくりが求められる背景として、子どもにとって安心して過ごせる場づくりという視点がある。文部科学省が行った児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査では、不登校の要因の中で「いじめを除く友人関係をめぐる問題」が63.4%と次点の「教職員との関係をめぐる問題」の15.9%と比べても、圧倒的多数となっている(文部科学省, 2018)。このことから、学校生活において、学級内での友だちとの関わりは、子どもにとって大きな要因であることが分かる。

また、河村・粕谷(2010)は、横浜市のある小

学校にて、学級づくりの1例として構成的グループエンカウターの実践を行った。実践の結果として、Q-Uを用いた学級の満足度尺度推移を見ると、5月から10月にかけて、学級生活満足群の増加や非承認群の減少など、子どもの学級に対する所属感が向上していた。さらに学力についても横浜市で行われた学力検査の得点から見ると、国語・算数共に、取り組み前の2003年から取り組みを開始した2004年、2005年と上昇傾向にあることが分かった。これらのことから、学級づくりによる集団の安定は、学力に関しても好影響をもたらしていることが分かる。

このように、子どもが学校生活の中で、生き生きと活動し、成長していくためには安心して学べる学級が必要である。しかし、複雑化・多様化した諸課題を抱える学校現場において、こうした学級をつくることは難しくなっている。

そこで、本研究では、学級における子ども同士の人間関係の深まりを促進し、子どもが意欲的に活動できる学級にすることを目的とし、特別活動における構成的グループエンカウター等のグループ活動の実践を行うこととした。また、授業者が実践する上で行った配慮や教材の工夫など、運用についても考察していく。

本研究における意欲的に活動できる学級とは、子どもに学級への所属感があり、安心して学べる学級である。そうした学級にするため、子ども自身の自己肯定感を高め、互いに認め合える子どもを育てることとした。

※以降「構成的グループエンカウター」をSGEと表記する。

## 2. 方法

### (1)対象校

山梨県内の公立小学校

### (2)期間

2018年5月～12月(週1回)

### (3)児童

3年生児童(33名)

### (4)実施方法

- ①参与観察
- ②授業実践

### (5)特別活動におけるSGE等のグループ活動の授業実践

学級への参与を通して、教師による個別の子どもや集団としての学級に対しての理解を深め、学級の課題や担任の願いに沿ったSGE等のグループ活動を行った。活動の中で子どもの気づきから、子どもの自己理解、他者理解を促進し、望ましい学級へ近づける実践をした。

#### ①SGE等のグループ活動について

##### 構成的グループエンカウンター(SGE)

様々なエクササイズを行う中で、自己開示により、温かな人間関係を形成し、心と心のふれあいを深める中で、自己理解、他者理解を進め、自己変容、自己成長を図る。

(國分・片野, 2001)

研究を進めていく過程で、他にもグループ活動を通して人間関係を築いていく方法を学んだので、実践で活用することとした。

##### グループワーク・トレーニング

協力しないと解決できない課題を設け、課題解決を目指しグループで活動を行う。活動後に振り返りを行い、それを共有することで、自分や他者の気づきから、協働意識を学ぶ。

(日本グループワーク・トレーニング研究会, 2016)

##### プロジェクトアドベンチャー

体験を通して「何が起こったのか?何を感じたのか?」「何を学べるのか?」「次にどう生かせるか?」といったことについて、話し合う過程を通して、それぞれが体験の重要性に気づく。

(プロジェクトアドベンチャージャパン, 2013)

#### ②特別活動における実践の流れ

特別活動における実践では、担任の願いを基に、図1にあるように、個別の子どもや集団としての学級の実態を見とり、その実態に適したSGE

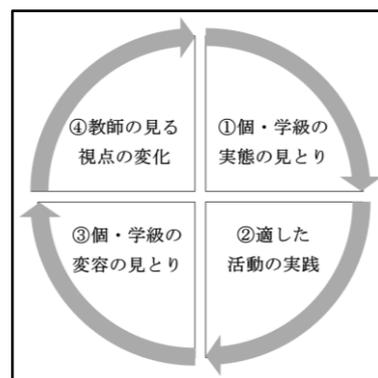


図1. 実践の流れ

等のグループ活動の実践を行った。実践後に、教師が子どもの変容を分析することで、教師自身の視点も変化し、次の実践を行う際、新たな視点で子どもの実態を見とり、適した活動内容を設定した。このような流れで、3回の実践を行った。

実践では、授業者、担任の観察や、子どものワークシートの記述から、その都度変容を見とり、記録していくことで、子どもの変容や、SGE等のグループ活動を実践する上で、教師が行った配慮や工夫などを考察しまとめた。

#### ③実践の全体計画

参与学級の担任の「友だち同士、互いを尊重しながら、正しいと思ったことはきちんと伝え合える人間関係を育みたい。その上でリーダーを中心に、良いことは認め合い、ルールを逸脱した行動については声をかけ、集団としてより良い方向へ進める子どもに育てたい。」という願いを基に、活動の全体計画を作成した。

担任の願いの中心は、友だち同士、相手が誰であっても、一定の関わりが持てるようになってほしいということであった。特に学級に大きな影響力をもった子どもに対しても、他の子どもが遠慮しすぎない接し方ができるようになってほしいと願っていた。

そこで、活動のめあてでは「友だちとの関わり」を中心とし、表1のような計画を立てた。

表 1. 活動計画

月	活動のめあて
6月	友だちについて考えよう (15分のショートエクササイズ)
11月	友だちと協力しよう
12月	友だちと力を合わせよう

ワークシートは、3回を通じて同じ形式のものを用いた。1回目では、図2のワークシートを用い、子どもは活動後の気持ちと感想を書いた。2回目3回目は、図3にあるように、同様の記入を導入にも行い、子ども自身が、事前事後の気持ちの変化が分かるようにした。

◇今日のかつどう「友だち見つけた」で、自分の気持ちをたしかめてみよう。

	①おわたあとの 気持ちはどうですか。	そのりゆうを教えてください。
うれしい	今の気持ち の段階へ○ をつける	その気持ちにな った理由を書く
ふあん		

図 2. ワークシート(6月)

ワークシート **友だちときょうかしよう**

組 番号前( )

1. 今日の活動「友だちときょうかしよう」で、はじめるまえの自分の気持ちをたしかめてみよう。

	①はじめる前の 気持ちはどうです	その理由を教えてください。
うれしい		
ふあん		

2. 「わたしたちのお店やさん」の活動で、はんの友だちのよかつたるころを書こう。

友だちとの具体的なやり取りや行動を書く

3. 今日の活動「友だちときょうかしよう」で、おわたあとの自分の気持ちをたしかめてみよう。

	②終わったあとの 気持ちはどうです	その理由を教えてください。
うれしい		
ふあん		

図 3. ワークシート(11月※12月も同じ形)

子どもが、めあてに迫る気づきを促進できるよう、図3の2の問いで、子どもが活動内

での友だちとの具体的な関わりや、気づきについても記入するようにした。

### 3. 実践における結果と考察

#### (1)実践1回目 6月

##### ①めあて

友だちについて考えよう

##### ②活動の概要

「友だち見つけた」※15分

背中に色カードをつけ、言葉を用いずに、同じ色の友だちとグループを作る。

##### ③活動選択の意図

無言で同じ色の仲間をさがし、グループを作ることを通して、友だちがいることの安心感や課題達成のために力を合わせる中での気づきを目指した。カードは無作為に配布し、普段と違う友だちとの関わりを期待した。

##### ④結果と考察

#### ○ワークシート子どもの記述(32名1名欠席)

- ア.活動(ゲーム)が楽しかった。【7名約22%】
- イ.グループが(色で)集まった。【4名約13%】
- ウ.友だちと活動(ゲーム)ができて楽しかった。良かった。【13名 約41%】
- エ.普段と違う友だちと関わられた。身振りや手ぶりで教えてくれた。【6名 約19%】
- オ.その他 【2名 約6%】

#### ○ワークシートの記述からの考察

ア、イは子どもが行った活動への感想や、活動がクリアできたことへの記述である。めあてである「友だちについて考えよう」については意識されていなかった。このことから、めあてが子どもに浸透しきれていないという課題が明らかになった。

ウではアに対して、「友だちと一緒に」「みんな」という記述が見られ、教師が提示しためあてを意識した記述になっていた。しかし、自分の言葉を用いた記述ではないことから、子どもが、自身の気持ちを深く考えるまでは到達しておらず、気づきにより自己や他者への理解が深まったとは言えないことが分かった。

エではウに対して、子どもが、自身や友だちへの気づきについて、自分の言葉で記述していた。このことから「友だちがいたから」「友だちがいてくれたおかげで」という気づきができたと考える。

以後の活動では、エのような記述を増やすため、めあてを意識させると共に、活動内での子どもの「ナイスアシスト」を取り上げたり、ワークシートに気づきを促進させる問いを入れたりすることが有効であると考えられる。

### ○実践の中で担任から見た子どもの様子

- ア. 普段では見られない組み合わせでの触れ合いがあった。普段、触れ合いが少ない子どもも自然と手をつないでいる姿が見られた。
- イ. 普段、自分から動くことのできない子どもが、一生懸命に仲間を探していた。最後のシェアでは挙手までしていた。

### ○担任の見とりに対する考察

アから、子どもは構成された場で新しい人間関係を作ることができ、新しい関係の中で、友だちに対する気づきが促されたと言える。また、活動が子どもを引き付ける力を持っていることや、活動内で「友だちを嫌な気持ちにすることは禁止」など、安心して活動するための約束があることにより、日常では気づきづらい、友だちの良さを気づき易くすることも確認できた。

イから、構成された場であることと、活動が子どもを引き付ける力を持っていることが、積極的な仲間探しにつながったことが確認できた。活動が意欲を喚起したことで、挙手にもつながったと考えられる。

## (2)実践 2 回目 11 月

### ①めあて

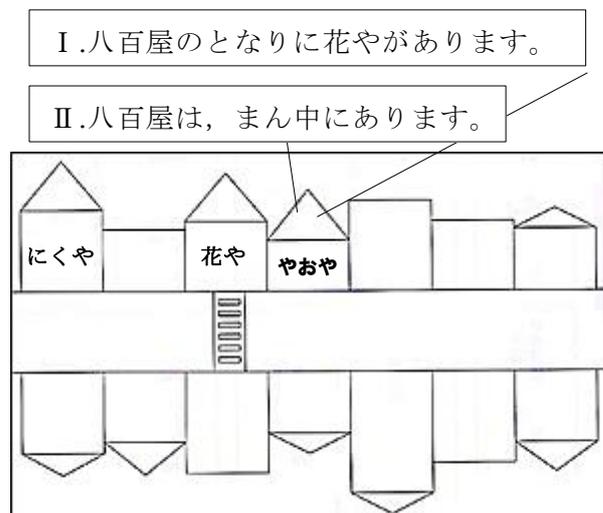
友だちと協力しよう

### ②活動の概要

「わたしたちのお店屋さん」

図 4 の I や II のようなカードの情報を基に、白地図に店名を入れていく。その際、カードは

見せ合わず、互いの情報を伝え合うことで、白地図に店名を入れていく。



※ 「にくや」「花や」は難度調節のため、記入済みの状態でスタート

図 4. 「わたしたちのお店屋さん」白地図

### ③活動選択の意図

カードを見せずに伝え合うので、友だちの話をよく聞く必要がある。そこから、友だちと協力すること、話を聞くこと、聞いてもらえることを実感し、気づきにつなげることを目指した。

### ④結果と考察

#### ○ワークシート子どもの記述(33名)

- ア. 活動(ゲーム)が楽しかった。【3名約9%】
- イ. 全てのお店が正解だった。【5名約15%】
- ウ. 友だちと協力したのでクリアできた。良かった。【20名約61%】
- エ. アドバイスしてくれた。しっかり聞いてくれた。【5名約15%】
- オ. その他【0名0%】

#### ○ワークシートの記述からの考察

ウは約41%から約61%へと増加している。このことから、授業の導入とまとめて「授業のめあて」を確認したことが、めあてを意識しながら活動できる子どもの増加につながったと考えられる。自分の言葉で

エでは、子どもが協力への気づきを、自分の言葉で記述していた。約19%から約15%と、

6月に比べ約4%減っているが、書かれている内容は、より友だちを意識した具体的なものとなっていた。③の増加とも関連して、「授業のめあて」の浸透が、子どもの気づきの質の向上に、好影響を与えていると考えられる。また、図3のワークシートの問い2「活動で、班の友だちのよかったところを書こう」で書いた内容が、まとめでの気づきへと反映されている子どもが多かったことも確認できた。

#### エの自分の言葉による記述

- ・困った時、○さんがアドバイスをしてくれました。
- ・私の話を一生懸命に聞いてくれて、嬉しかったです。
- ・○さんがみんなの話をまとめてくれました。
- ・○さんが大きな声で言ってくれたので、助かったし、ありがたかったです。

#### ○実践の中で担任から見た子どもの様子

ア.難しい活動だったが、みんなあきらめずに向き合っていた。その子なりの課題に一生懸命に向き合っていた。

イ.班活動で、活動的な子どもに頼りきりになってしまう子どもも、自分の情報を伝えようとしたり、人の情報をよく聞こうとしたりする姿が見えた。

ウ.班のリーダーが、優しく話を促したりアドバイスを送ったりする様子が見られた。

エ.授業に参加することが難しい子が、初めて最後まで座っていられた。

#### ○担任の見とりに対する考察

アから、6月に比べ活動の難度を大幅に上げたが、活動が子どもを引き付ける力があつたことで、意欲をもって活動に向き合えた。そのことが「友だちと協力することへの気づきにもつながったと考えられる。

イから、伝えること聞くことが重視される構成された場なので、今回の「協力」で求めている行動が出やすく、それによって子どもの気づきにもつながったと考えられる。

ウから、6月と同様、約束があることにより、安心して活動でき、日常では気づきづらい友

だちの良さを気づき易くすることができたと考えられる。

エから、活動が子どもを引き付ける力を持っていることと、伝えること聞くことが重視される構成された場であることが、活動への意欲の継続につながったと言える。頑張れたことや、友だちから認められたという有用感も、肯定的な気づきへとつながった要因だと考えられる。

#### (3)実践3回目 12月

##### ①めあて

友だちと力をあわせよう

##### ②活動の概要

「みんなでチャレンジ」

3種の活動(フープリレー・エブリボディアップ・新聞紙乗り)をグループで行い、協力してクリアを目指す。

フープリレー

- ・8,9人のグループで手をつなぎ円を作る。
- ・手をつないだまま、フラフープに体を通しながら円を1周する。

エブリボディアップ

- ・ペアで向かい合い、手をつなぎ座る。
- ・互いの足をつけ、離さずに立ち上がる。

新聞紙乗り

- ・4,5人のグループ、全員が新聞紙の上に乗る、その状態をキープする。
- ・新聞紙の大きさは、1枚の半分でスタートし、徐々に折り畳んでいく。

##### ③選択の意図

友だちを信頼し体をあずけることや、集団の1人として力を発揮することを通して、力を合わせることを実感し、気づきにつなげる。

##### ④結果と考察

#### ○ワークシート子どもの記述(32名1名欠席)

- ア.活動(ゲーム)が楽しかった。【3名約9%】
- イ.チャレンジをクリアできた。【4名約13%】
- ウ.友だちと力をあわせたのでクリアできた。良かった。【16名約50%】

エ.アドバイスしてくれた。○○してくれた。

【9名約28%】

オ.その他

【0名 0%】

### ○ワークシートの記述からの考察

11月には、イは約15%だったが、今回は、13%であった。わずかな減少だが、教室から出て体を動かす活動をするという、環境の変化から考えると、大きな進歩だと考える。3回の実践を繰り返したことで、子どもにもSGE等のグループ活動の趣旨が浸透してきており、活動に夢中になり目標を忘れてしまう子どもが減ったと考えられる。

エは、11月に約15%だったものが、約28%へ増加している。これは、目標である「友だちと力をあわせる」ことを捉えただけでなく、どのような行動が力を合わせることになるのか、自分の言葉で表現できる子どもが増加したと考えられる。

### ○実践の中で担任から見た子どもの様子

ア.体を動かす活動だったので、競争になった部分はあったけれど、「早くしろよ」などの言葉が出なかったのは良かった。

イ.リレー形式の活動では、順番でない子どもも「がんばって」「こうすればいいよ」などの言葉が頻繁に出ていた。

### ○担任の見とりに対する考察

アやイから、子どもは活動をクリアすることに気持ちにとられる部分はあったが、多くの子どもが活動の目標を意識して動いていたと考えられる。

「友だちについて」を、3回の活動でめあてとして取り上げてきたことで、友だちと関わる際の行動に変容が見られるようになってきた。

## (4)3回の実践を通した結果と考察

### ○学級としての変容

それぞれの実践における考察をまとめると、図5にあるように、アやイから、活動のめあてよりも、活動自体の楽しみや活動をクリア

することに意識が集中してしまう子どもが、回を追うごとに減ったことが分かった。これは、SGE等のグループ活動における、めあての大切さを理解できる子どもが増えたと考えられる。

ウやエは、回数を追うごとに増加していた。このことから、常にめあてに返る指導と、子どもの気づきを促す問いが有効であったと考えられる。

活動を3回行ったことで、子どもが活動の趣旨を理解し、活動中も友だちの様子を見とろうとする態度が育ってきていた。そのことが、友だちに対する意識にも反映され、普段でも優しい言葉をかけるなど、行動にも表れたと考えられる。

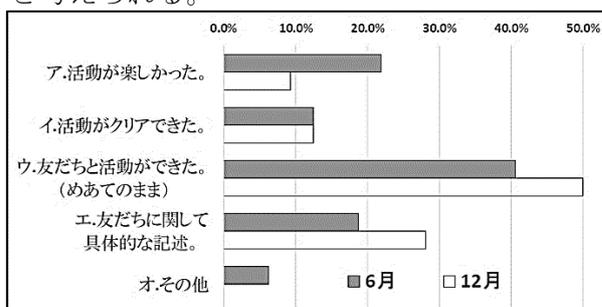


図5. ワークシートの記述の変容(6月⇒12月)

### ○個別の子どもの変容

全体の活動を通して、顕著な変容が見られた子どもを例示する。(男子児童)

表2. ワークシートの記述

6月	うれしかった。友だちときょうりよくできたから。
11月	みんなできょうりよくプレイができてうれしい。みんながいいよって、いってよかった。
12月	2はんの○○くんと、なかよくできたよかった。

表2から、6月には教師が提示しためあてに沿った内容だったが、徐々に具体的な行動や、友だちの名前などの記述が増えている。

表3. 授業での様子

6月	ジェスチャーを交えながら、同じ色の仲間を探していた。仲間が集まったら、手をつなぎ喜び合っていた。
----	--

11月	班長として、お店の名前を書く役目をしていました。友だちの話をよく聞き、優しい口調で、情報の確認をしていた。
12月	班長の1人として、教師の指示で準備をする際、真っ先に前に出てきていた。活動への期待で、落ち着かない様子だった。

表3から、当初は活動を楽しむこと、活動をクリアすることへの意識が強かったが、回を重ねるごとに、SGE等のグループ活動の趣旨に沿った動きができるようになってきた。活動を楽しみつつも、めあてを意識しながら、友だちについて考えている様子が伺えた。

表4. 担任・授業者の観察より

6月	活動を楽しんでいたことから、始終笑顔であった。そのことが、周囲との関わりにも良く作用していた。友だちと集まることができたことを喜び、友だちが集まってくれたとの意識を持てた。
11月	中心的な役割だったことで、最後まで意欲的だった。店名を書くために、友だちの話をよく聞いていた。全ての店名を書くことができたことを喜び、そのことに友だちとの協力が大きな役目を果たしていたことに気づけた。
12月	ペア活動では、力を入れつつも、相手が痛くないように気づかう様子が見られた。班での活動では、動作が遅い友だちがいても、待つことができた。他班より早く終わらせたいという自らの欲求がありつつも、他者への意識が芽生えてきた。

表4から、実践を行う中で、本人も自分の思いだけで活動するよりも、相手を意識して活動することで、より活動が充実することを実感しており、回を経るごとに他者意識が育っている。

構成された場の中で、友だちと親和的な関わりがなされたことで、本人の気づきと共に、周囲からの認識にも良い兆しが見えた。

#### ○実践における授業者の工夫

授業において実際にSGE等のグループ活動を行う際、授業者が配慮したことや工夫したこと、反省し改善したことを表5にまとめた。

表5. 各回で授業者が配慮や工夫した点

6月	・初めてのSGE等のグループ活動なので、全体の流れやルールは掲示物を用いて周知するようにした。 (めあての提示とめあての振り返り)
11月	・前回よりも難易度を上げ、全ての子どもに重要な役割があり、全員の協力が得られなければクリアできない状況を作るようにした。一方で、全てのグループがクリアの見通しが持てるよう、教材を加工した。 (難度の調節のため教材の選択・加工) ・終わった班への対応を考えた。 (迷路など別の作業)の準備
12月	・体を動かす活動を選択したので、安全面に注意した。 ・ペアでの活動、グループでの活動と、めあてである「友だちと力をあわせる」ことが意識しやすい形を行った。

表5の他に、全体を通して考えたことで、次のようなものがある。学級の実態を踏まえ、活動の難易度を調節することや、決まりなどを用いて、子どもが安心して活動に向き合える場づくりをすること。そして、子どもが、授業のめあてを意識しながら、活動できるよう常に意識づけをすることである。

また、3回の実践を通して学んだことを生かし、実際に自分の学級で、友だちへの気づきを主にした活動行うことを考えた。今年度は参与学級において、6月、11月、12月に特別活動の時間で、SGE等のグループ活動の実践を行ったが、今回のような内容は、1学期に行うことが望ましいと考える。なぜなら、「個の変容」でも述べたように、構成された場で友だちへの気づきを促進することは、その後の学級づくりに大きな影響を及ぼすからである。1回目の「友だちみつけた」は、学級開きのアイスブレイクで用いることが考えられる。また、3回目の「みんなでチャレンジ」は、体育科の体づくり運動の中で行い、その後ショートエクササイズとして用いれば、運用し易いと考える。2回目の「わたしたちのお店やさん」は、難度が高いため、話し合い活動を他教科で指

導した上で、1学期の後半か、運動会前などに行い、友だちと協力することへの気づきを深めると良いと考える。

一方で、子どもの気づきによる変容は、必ずしも段階的に向上していくものではない。行きつ戻りつする子どもの変容に対して、教師は、「2. 方法②」で述べたように、子どもの実態を見とる中で、その実態に合わせて教材を工夫し、用いていくことが求められると考える。

#### 4. 全体の考察と今後の課題

今回の研究では、子どもが意欲的に活動できる学級づくりの手立てとして、子ども同士の間関係づくりを選択した。その中でも、特別活動の時間に行うSGE等のグループ活動を用いた実践を行ってきた。実践を重ねることで、分かったことが2点ある。

1点目は、SGE等のグループ活動による個としての子どもの変容と、集団としての学級の変容についてである。構成された場という、一定のコントロールがなされた場だからこそ、見えやすくなる子どもの特徴がある。そのことに周囲の友だちが気づくことが、周囲からの認識を改める機会ともなる。よい認識をもたれることが、当人の行動にも反映され、親和的な学級へと近づく要因となる。このように、SGE等のグループ活動が「児童が意欲的に活動できる学級」の素地を作り出すことに有効であることを確認することができた。

2点目は、SGE等のグループ活動を実施していく上での教師自身の配慮や工夫である。活動を行う際、教師は目標に応じた活動を選択する。目標に近づけるためには、子どもがその活動に入り込む魅力と、クリアするために知恵や力を絞り、力を合わせることへの必要性をもたせなければならない。そのためには、授業者の工夫が求められる。さらに、学級や子どもの実態により、内容や難易度を調節することも求められる。また、目標に迫るため、子

どもの言葉や動きが阻害されないよう、ルールやきまりを用いて、安心して活動に向き合える場を設定することも重要である。

これらのことは、全ての授業や活動においても、求められている事項である。つまり、こうした教師の心がけや、学級内での規律づくり自体が、「子どもが意欲的に活動できる学級」をつくることにつながっていると考える。

以上2点を基に、来年度は道徳科で心情を育み、特別活動ではSGE等のグループ活動を用いて、子どもの自己理解、他者理解を進めた上で、他の教科でも教科の特徴を生かし、子どもの関係づくりや、学級づくりを行い、それを年間を通じた活動計画として、まとめていきたいと考える。

#### 5. 引用文献

中央教育審議会答申(2017)新しい時代の教育に向けた持続可能な学校指導・運営体制の構築のための学校における働き方改革に関する総合的な方策について(中間まとめ) [http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/1400723.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/1400723.htm) 2018.11.6 閲覧

河村茂雄(2005)公立学校の挑戦 図書文化社  
國分康孝・片野智治(2001) 構成的グループエンカウンター の原理と進め方 誠信書房

文部科学省(2010)生徒指導要領 教育図書

文部科学省(2018)平成29年度児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査 [http://www.mext.go.jp/b\\_menu/houdou/30/10/1410392.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/30/10/1410392.htm) 2018.12.12 閲覧

日本グループワーク・トレーニング研究会(2016)

学校グループワーク・トレーニング 図書文化

プロジェクトアドベンチャー ジャパン(2013) クラスのちからを生かす - プロジェクトアドベンチャー - みくに出版

プロジェクトアドベンチャー ジャパン <http://www.pajapan.com/> 2018.11.9 閲覧

八巻寛治(2001)構成的グループエンカウンター ミニエクササイズ 56 選 明治図書