

■ 実習

実習「借り人競争」

中磯重鈴鈴高
尾崎岡木木原
陽未紬 昂
子來杏舜樹希
(南山大学経営学部)

ねらいの例

- ・自分らしさを大切にしながらも、これまでの関わりを一步超え、相手をより深く知ることに取り組む。
- ・メンバーとの関わりの中で、自分自身やお互いの間に起こっていること（プロセス）に気づく。

(上記のねらいは、参加者の状況やその他の実習とのつながりに合わせて、表現を変えていくとよい。)

グループサイズ

15名以上で実施できるとよい。

所要時間

20～30分（取り組むお題の数で、所用時間を調整できる）

準備物

お題を書いたカード

会場の設定

メンバー全員がゆったりと動ける広さであることが望ましい。机や椅子は特に必要ない。

手順

1. 導入：実習タイトルとねらいを伝える。
2. グループ分け：何らかの方法でグループ分けを行い、グループの場所に集まる。1グループの人数は5～6名程度だと進めやすい。お互いに初めて会う場合は、簡単に自己紹介の時間を設ける。
3. 課題の導入：グループへの課題を説明する。その際、以下の点について伝える。
 - ・グループから一人ずつ前へ出てきて、お題カードを一つ引く。
 - ・合図からの2分間で、そのお題に当てはまる人を一人でも多く集める。2分経過した時に集まっている人数が、そのグループのポイントとなる。
 - ・お題に当てはまるかどうかを判断する際は、必ず一人一人に対して個別で声をかける。全体に向けて大きな声で「〇〇な人いますか？」というような声かけは禁止。
 - ・お題に当てはまる人が見つかった際には、その人のことをより深く知ることができるような深掘り質問を一つ以上する。難しく考える必要はなく、自分がその人についてもう少し知りたいことを質問してみるとよい。1ラウンド終了する毎に、どのようなお題に対してどのような深掘り質問をし、どのような回答をもらったのか、進行役（ファシリテーター）がランダムにインタビューをする。このインタビューに答えられなかった場合は、その人が集めたポイントをチームの合計ポイントからマイナスするので、深掘り質問の内容とその回答を覚えておくかメモしておくこと。
 - ・お題に当てはまった人は、そのままお題を持った人と一緒に動く。別のお題を持っている人は、一旦どこかのお題に当てはまった人に対して声をかけてはいけない。
 - ・声をかけるのは早いもの順とする。誰かが話しかけている人に対して、横から質問を被せることは禁止。もし同じタイミングで話しかけてしまった場合は、相談や譲り合いをしながら、一対一で話ができるようにする。
 - ・お題カードを持っている人は、当てはまる人を探すことに専念する。別のお題カードを持っている人から声をかけられても、対象外であることを伝え、回答しないこと。
4. グループ内で順番決め：グループメンバーで相談し、お題に当てはまる人を探す順番を決める。グループ間で人数が不均衡な場合は、2回実施す

る人も決めておく。

＜手順1～4までで約10分＞

5. 課題の実施 ＜15分～30分＞

（6. ふりかえり用紙記入 ＜10分＞）

（7. わかちあい ＜15分＞）

ファシリテーションのポイント

進行役（ファシリテーター）は、時間管理をしながら以下を実施する。1 ラウンドに実施する内容は、

- ①全グループのメンバーにお題カードを引いてもらう
- ②全グループがお題を引いたことを確認し、お題に当てはまる人探しスタートの合図
- ③2分経ったら、人探し終了の合図
- ④各グループの獲得ポイント確認と記録
- ⑤インタビュー

となるため、4－5分程度である。②の際は、楽しい雰囲気が損なわれない程度に、ルール違反のチェックもしていく。また⑤のインタビューは全体シェアにもつながるので、参加メンバー一人ひとりのことを全体に知ってもらえるよう、できるだけ多様なメンバーについて答えてもらうようにするとよい。

お題の例

* 以下は大学生を対象に実施した際の例。参加者に合わせた内容を考えるとよいだろう。

- ・ アクセサリーつけている人
- ・ 半年以内に髪を染めた人
- ・ 動物を飼っている人
- ・ 3年以上習い事をしたことがある人
- ・ 高校時代に自転車通学をしていた人
- ・ MBTIの〇〇の人
- ・ 自分より上／下の兄弟がいる人
- ・ 〇〇オタクの人
- ・ 外部活動経験がある人
- ・ 漫画〇〇（ex.何でもよいので、現在も続いている長編ものの具体名を入れる）の最新を追っている人
- ・ 雑誌〇〇（ex.何でもよいので、参加者の様子に合った具体名を入れる）を

- 読んだことある人
- ・ 海外へ行った経験のある人
 - ・ 骨折した経験のある人
 - ・ ○○（ex.飲食店、塾など何でもよいので具体名を入れる）でアルバイトした経験のある人
 - ・ 名古屋市外に住んでいる人
 - ・ これまでに受賞経験のある人
 - ・ 引越したことのある人
 - ・ 今年に入って「夏と言えバ！」な体験をした人
 - ・ 献血経験のある人
 - ・ リーダー経験（クラス委員・生徒会長・部長・バイトリーダーなど何でもよい）のある人
 - ・ お酒で失敗したことがある人
 - ・ スマートフォンにゲームアプリが入っている人
 - ・ 何かにむけて身体づくりしたことがある人

備考

- ・ ある程度お互いを知り合った参加者同士のアイスブレイクとして適切な実習だと考えられる。この場合、手順6と7にあたるふりかえり用紙の記入とわかちあい実施しなくてもよいだろう。
- ・ ふりかえりを実施する場合は、ねらいとのつながりを考えながら、資料1のようなふりかえり用紙を使い、ふりかえり・わかちあいを実施するのも一つだろう。

（本実習は、筆者の磯崎未来・重岡紬杏・鈴木 舜・鈴木 樹・高原昂希の5名により考案され、2025年度のゼミ活動において実施された内容に、中尾が微修正を加え、ふりかえりの内容を付してまとめたものである。）

資料1

実習 借り人競走 ふりかえり用紙

1. あなたは、どのくらい自分らしく、この実習に参加できていたと感じますか？（どのような点から、そのように感じますか？）

1	2	3	4	5
└──────────┘			└──────────┘	
できなかった			充分できた	

2. 実習の中で起きていたメンバーとの関わりをふりかえってみて、気づいたことや感じたことは？（ex. 自分の中で起きていた気持ちや考えは？ 自分自身の動き方や関わり方は？ メンバーとの関わり中で起きていたことは？それは誰とのどのような場面で？ など）

3. この実習を通して、他のメンバーについて気づいたことは？
〈誰の〉〈どのようなことから？ 気づいたこと・感じたこと・考えたことは...〉

4. その他、気づいたことや感じたことなど、なんでも。

実習使用規定

ラボラトリー方式の体験学習に関するツールを公開することで、ラボラトリー方式の体験学習が広く普及することを願って、第7号(2008)より「実習」を掲載しております。ここに掲載されている実習は、当センター研究員とその仲間によって開発され、これまでの教育実践で用いられてきたものです。使用の際には以下の留意事項をお守りください。

なお、ラボラトリー方式の体験学習を実施する際には、まずはご自身がラボラトリー方式の体験学習を体験されることをお勧めします。当センターではラボラトリー方式の体験学習を用いた公開講座を開催しております（詳しくは当センターの Web ページ <http://www.nanzan-u.ac.jp/NINKAN/> をご参照ください）。体験学習のファシリテーションを学んだ上でご使用ください。

実習を使用する際の留意事項

1. 著作権は著者に属します。実習を販売することや、営利目的の発行物などに転載することは禁止します。なお、教育目的での無料の発行物などに転載を希望される場合は、当センター事務局にお問い合わせください。
2. ラボラトリー方式の体験学習として教育・研修などに使用される場合には、各実習の課題シート（実習の指示書）に出典を明記してください。使用の際に当センターや著者に許可を得る必要はありません。また、使用料も発生しません。

【出典の記入例】

出典：大塚弥生（2008）「グループ エントランス」

南山大学人間関係研究センター 人間関係研究, 第 7 号より

3. 課題シート（実習の指示書）をそのまま使用するのではなく、プログラムの実施状況に合わせて適宜修正・変更した上で使用する場合は、「参考」として出典を明記してください。
4. ラボラトリー方式の体験学習で大切にされている教育観（学習者中心の教育、非操作の教育、学習者が自らの人間的成長に取り組む教育）に反する使用は禁止します。たとえば、営利目的で学習者を操作する自己啓発セミナーなどでの使用は一切禁じます。