

# 放課後等デイサービス支援員の実践力向上研修（基礎編）

## ～ 集団活動の進め方 ～



右のQRコードから  
左のページの表示を  
お願いします。

ハピネスキッズ R5 4.27



サンクスシェア  
代表社員 田中 聡



## 1 集団活動ファシリテートの留意点

動機付け 活動の構成 進め方 リーダーの在り方・スキル

## 2 集団活動ファシリテート①

じゃんけん自己紹介 フィードバック

## 3 集団活動ファシリテート②

なんでもバスケットフィードバック

# 集団活動ファシリテート留意点

動機付け 構成 リーダーの資質



# 集団活動に抵抗がある子どもの思い

活動がおもしろくない…

**活動の魅力**

負けるのがいやだ…

**障がい特性**

めんどくさい…

**性格特性**

やってもうまくできないからやらない…

**自己否定**

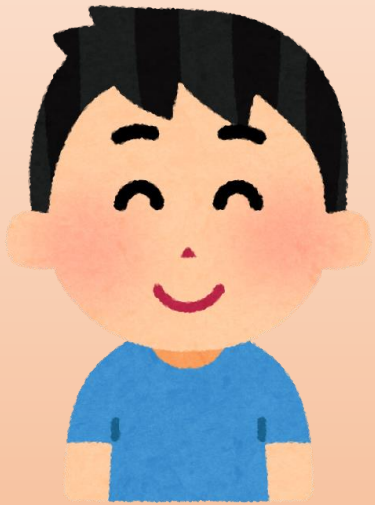
やってもつまらないに決まってる…

人が多いのがこわい…

**心理的抵抗**



# 集団活動参加を増やす二段式ロケット



活動の魅力

障がい特性

性格特性

活動への抵抗

自己否定

二段目

活動の  
よさの  
実感を

一段目

面白い  
活動を

活動時・活  
動後の評価

動機付け  
の工夫

自己肯定感をもつ子ども



# 動機付けの工夫



# 動機付けの工夫

表1 古くからの「遊び」の種類

ピューラーの分類 (心理的機能面)	カイヨフの分類 (遊びの内容)	ピアジェの分類 (知的発達の見点)	バーテンの分類 (遊び方の観点)
①感覚遊び (機能遊び)	①競技遊び	①機能行使の遊び	①専念しない行動 (何もせずにぶらぶらしている)
②運動遊び (走る/投げる)	②偶然遊び (サイコロ遊び)	②シンボル遊び (ごっこ・想像・模倣遊び)	②傍観者遊び (他の遊びを見ているだけ)
③模倣遊び (想像/ごっこ遊び)	③模倣遊び	③ルール遊び	③ひとり遊び
④構成遊び (想像遊び)	④眩暈遊び (渦巻き)		④平行遊び (他の子どものそばで、 同じような遊びを展開 するが互いに関わり合 わない)
⑤受容遊び (動植物・絵本)			⑤連合遊び (他の子どもと玩具の やりとりをして遊ぶ)
			⑥協同遊び(組織的遊 び:共通の目標に向け て仲間関係が組織さ れ役割を持って遊ぶ)



# 動機付けの工夫

「面白い」とは？

脳のどこ？を  
反応させようと  
するのか？



「PRESIDENT」 2019.12.13より



# 動機付けの工夫

モチベーションって

TEMONA

モチベーションと動機づけ

## 動機づけの種類



### 社会的動機付け

外発、内発、達成を包含する

### 外発的動機づけ

処遇、待遇、金銭、義務

### 内発的動機づけ

好奇心、感情性、挑戦性、認知性

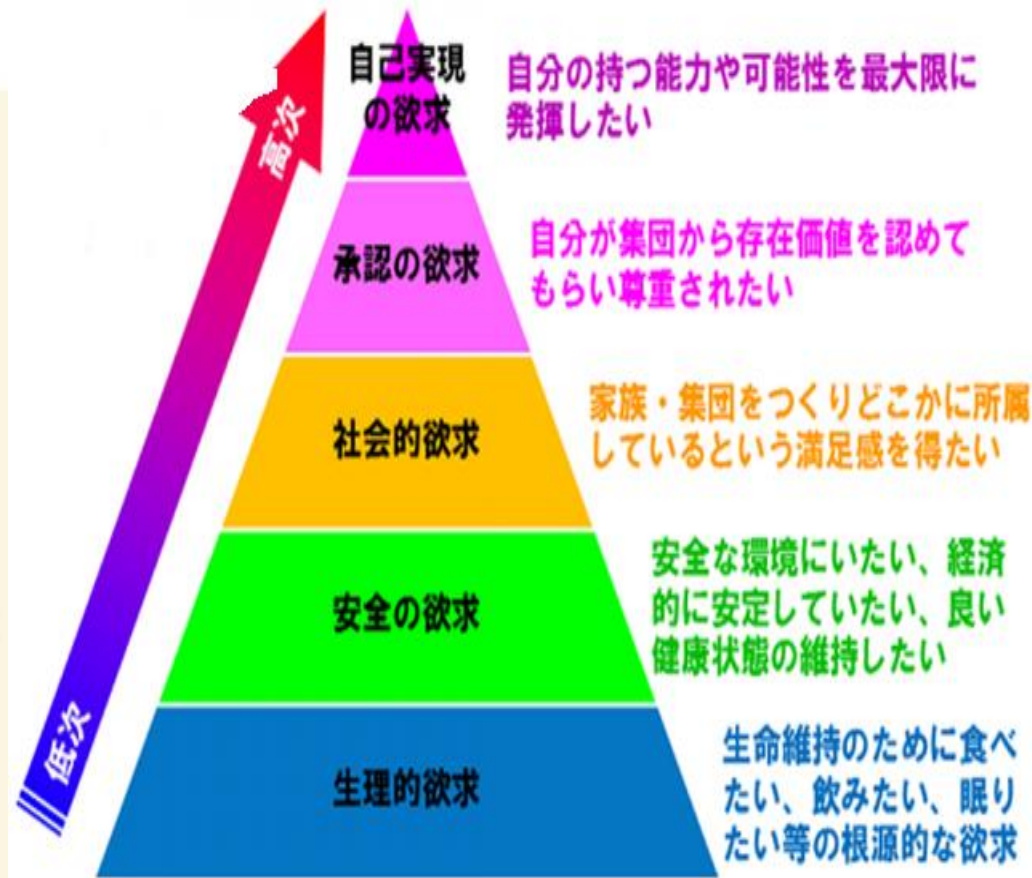
### 達成的動機付け

より目標達成をしようとする

### 生理的動機付け

食べたい、寝たい、排泄したい

## Maslowの 欲求の5段階説



# 動機付けの工夫

## 社会的動機付け

- 遊戯動機**…楽しさや面白さを求める。緊張をやわらげ、冗談やゲームを好む。
- 理解動機**…理論的な考えを求めたり、物事の仕組みを理解しようとする。
- 変化動機**…新しいことを好み、流行に敏感で変革を求める。
- 秩序動機**…安定、秩序、伝統、などを大切にする。整理、整頓、正確さを目指す。
- 達成動機**…努力して高い目標をやり遂げる。才能を生かし自尊心を高める。
- 親和動機**…好きな人の近くにいたい、助け合いたいと思う動機。友情を重視する。
- 屈辱動機**…自分を責め、非難や罰を受け入れたいと思う。敗北を認める。
- 攻撃動機**…言葉や力を使って相手を屈服させたい、反対を克服したいと思う。
- 自律動機**…束縛、強制、横暴な権威、因習を嫌い、自由と独立を求める。
- 支配動機**…人の上に立ちたい、説得や命令によって人に影響を与えたいと思う。
- 服従動機**…優れた人の命令に従い、その人の言う通りにしたいと望む。
- 顕示動機**…目立ちたい、人を驚かせたり、楽しませたりして印象づけたいと思う。
- 援助動機**…弱い者、困っている者などを助け、慰め、励ましたいと思う。
- 依存動機**…甘えたい、助けてもらいたい、愛されたい、同情されたいと思う。
- 異性愛動機**…異性を求め、恋愛関係や性的関係に関心を向ける。
- 屈辱回避動機**…失敗して軽蔑されることを避けたいと思う。自己防衛的な思い。



## 活動の構成

### 【構成するよさ】

- ・ 心理的安心感を確保できる（枠の中の自由）
- ・ 心理的抵抗感を予防し心的外傷から守ることができる
- ・ 子ども相互のふれあいを効率的かつ効果的に促進できる

### 構成する条件設定「何を構成するの？」

時間

プログラムの  
内容とレベル

グループの  
種類や大きさ

ルール



# 集団活動の進め方



# 集団活動のすすめ方

## 1 インストラクション

エクササイズの「ねらい」「内容」「条件」「留意点」を説明する

目的：参加者への理解を求め、参加へのモチベーションを高める

### チェック項目

- 活動に参加する子どもの気持ちを盛り上げている
  - 一方的説明の連続時間は、1分以内である
  - 初めに「目的」「内容」「方法」「ルール」を説明している
  - 「内容」「方法」「ルール」の理解を助ける補助資料がある
  - すべての子が聞いていることを確かめながら話をしている
  - 注目を集める「声」「表情」「身振り」が意識されている
  - 子どもたちに話をする「位置取り」ができています
  - やり方について、モデル提示をしている
- 
- 他スタッフは、上記が成功するよう常にフォローしている



# 集団活動のすすめ方

## 2 エクササイズ

感情・思考・行動のスイッチを押して心理教育的体験をする

目的：自己開示をしてリレーションをつくる

### 6つのねらい

- ① 自己理解…自己発見をきっかけにして自分の本質を理解する
- ② 自己受容…短所があっても長所もある自分を受け容れている
- ③ 自己主張…必要なことを相手の気持ちを考えて表現する
- ④ 他者理解…仲間をかけがえのない大切な存在として受け容れる
- ⑤ 信頼体験…まわりの人を信用し安心して頼ることができる
- ⑥ 感受性…心の苦しさや喜びを共感的に受け止める

### チェック項目

- ルールが破られた際は、やり直し等進行を止めて指導している
- 「目的」達成に関わるできごとをメモする



# 集団活動のすすめ方

## 3 シェアリング

体験して「感じたこと」「気づいたこと」を参加者と共有する

- 意義：
- ・「違いを学ぶ」「違いから学ぶ」
  - ・ねらいが促進され行動変容の動機づけになる
  - ・受容と共感の傾聴的態度が育つ

やり方の例

- ・自由に感想や考えたことを発言
- ・感想用紙に記入（自由記述 アンケート形式）
- ・スタッフの補助自我による気づきの促進（障がい児版）  
子どもへ「質問」「促し」「代弁」

チェック項目

- 活動終了後、「目的」達成に関わる評価コメントをしている



# 集団活動をすすめるリーダーの在り方

個を育てるのに役立つ集団をつくる技能が必要

## リーダーとして必要な技能 その1 【自己開示能力】

①自分の事実 ②自分の感情 ③自分の思考 をオープンにする勇気

### 【自己開示能力】が大切な理由

- ・参加者のモデルになる
- ・参加者がリーダーに親近感をもつ

### 【自己開示能力】を高める方法

- ・多様な見分をする
- ・合理的でない固定観念を修正する
- ・子ども心を出すようにこころがける





# 集団活動をすすめるリーダーの在り方

個を育てるのに役立つ集団をつくる技能が必要

## リーダーとして必要な技能 その2 【自己主張能力】

現実原則（本能的ではなく理性に従う）を提示する強さ

### 【自己主張能力】が必要な理由

- ・ 構成的であるため、枠からはずれる参加者に「だめ」と介入が必要
- ・ エクササイズ中に介入が必要な場面がある（心的外傷の防止など）

### 【自己主張能力】を高める方法

- ・ 失愛恐怖（相手を悲しませるだろう）から脱却する
- ・ アグレッシブになること（敵意的ではない攻撃的）
- ・ タイミングや言い方のモデルを見つけて模倣する



# 集団活動をすすめるリーダーの在り方

## 技術編

子どもを次の行動へ誘う声掛け

「〇〇すると、●●できるよ！」

# 集団活動をすすめるリーダーの在り方

## 技術編

指示や活動の前には空気づくりを意識する

脳内物質と行動の関係から  
(ドーパミン・セロトニン・ノルアドレナリンなど)

# 集団活動をすすめるリーダーの在り方

## 技術編

子どもへ行動を促す指示は具体的にする

「こっちを向くよ。」



「おへそを田中さんに向けます。」

# 集団活動をすすめるリーダーの在り方

## 技術編

子どもへの指示はわかりやすくする

一 時 に 一 事

行動や手順を細分化してスモールステップで

# 集団活動をすすめるリーダーの在り方

## 技術編

Aさせたいなら  
B と言え。

### 片付けさせたい時

- ・これを片付けたあと、一緒に〇〇しようね
- ・どっちが早いかな先生と片付けの競争しよう
- ・このタイマーが鳴ったら遊びは終わって片付けだよ
- ・この写真と同じにできるかな？  
(片付けた状態の写真を見せながら…)
- ・片付け手伝おっか？
- ・上手に片付けできたことをお母さんにお話ししようね
- ・終わったら片付けマンシールをあげるね
- ・この音楽が終わるまでに片付けできるかな？
- ・このブロックは、どこに直すといいのか教えて！
- ・次は〇〇するので、その前に片付けタイムね
- ・「お片付け〜♪」 (歌って片付けしてみせる)

### 走るのを止めさせたい時

- ・お外に行く人〜？
  - ・なわとびする人〜？
  - ・おやつ食べよっか？
  - ・公園に行って思いっきり走ろうよ
  - ・しっぽとり追いかけてこしよう！
  - ・スタートを決めてかけっこ競走しよう
  - ・走るの速いねえ！どうやったらそんなに速く走れるのか先生に教えてくれる？
- ※止めさせ系は、別のことに気持ちを切り替えさせることが有効だと思われます。しっかり気持ちが切り替わった後、ダメな理由等をじっくり言い聞かせる場面をつくると思います！

# 集団活動をすすめるリーダーの在り方

## 技術編

言葉の理解度が低い子どもの場合  
子どもへの指示は1人称を意識する。

「○○をします。」

# 集団活動ファシリテートの実際①

## じゃんけん自己紹介





## 「じゃんけん自己紹介」

- 1 クリップをひとり3個持ちます
- 2 スタートの合図で近くの人とじゃんけんをします
- 3 「勝ったら」クリップを相手にひとつ渡します  
そして「相手のいいところ」をひとつ誉めます
- 4 話を聞いたら、お互いにお礼を言って握手をします
- 5 別の人とじゃんけんを繰り返します
- 6 クリップが全部なくなったら順番に椅子に座ります
- 7 3分経ったら振り返りをします

### 【ルール】

- 同じ人と「連続で」じゃんけんをしません
- 話をする人は、相手の目を見てしっかり話します
- 話を聞く人は、相手の目を見てしっかり聞きます



## この活動の強み

- **動きがある**
- **全員が同時に動く**
- **短い時間で実施できる**
- **じゃんけんができれば低学年でも実施可能**
- **ルールが比較的簡単**
- **ルールのバリエーションが無限**
- **準備が簡単**
- **時間構成が簡単（進行役の裁量が効く）**
- **他者トラブルが起きにくい**
- **負け続けても「たくさんほめられる」というメリットがある**

## 活動の構成

### 【構成するよさ】

- ・ 心理的安心感を確保できる（枠の中の自由）
- ・ 心理的抵抗感を予防し心的外傷から守ることができる
- ・ 子ども相互のふれあいを効率的かつ効果的に促進できる

### 構成する条件設定「何を構成するの？」

時間

プログラムの  
内容とレベル

グループの  
種類や大きさ

ルール



## 振り返りのチェックポイント

- 活動に参加する子どもの気持ちを盛り上げている
- 一方的説明の連続時間は、1分以内である
- 初めに「目的」「内容」「方法」「ルール」を説明している
- 「内容」「方法」「ルール」の理解を助ける補助資料がある
- すべての子が聞いていることを確かめながら話をしている
- 注目を集める「声」「表情」「身振り」が意識されている
- 子どもたちに話をする「位置取り」ができています
- やり方について、モデル提示をしている
  
- ルールが破られた際は、やり直し等進行を止めて指導している
- 「目的」達成に関わるできごとをメモする
  
- 活動終了後、「目的」達成に関わる評価コメントをしている

# 集団活動ファシリテートの実際

## なんでもバスケット



# なんでもバスケット

- 1 人数から1つ減らした椅子を円に配置して座ります
- 2 おにをひとり決め、カードの山から1枚めくって読み上げます
- 3 カードにあてはまる人は、立って移動して、別の椅子へ座ります
- 4 座れなかった人はおにとなり、リーダーからインタビューを受けます
- 5 おにの人が、カードの山から1枚めくって読み上げます
- 6 3番にもどってゲームを続けます（繰り返し）
- 7 5分たったら振り返りをします

## 【ルール】

- ・ 同じ椅子にはもどれません 隣の椅子への移動はOKです
- ・ 座るときは、先にお尻を椅子に付けたほうが勝ちです
- ・ あてはまっているのに動かないなどうそをついてはいけません
- ・ **移動時に、相手を押したり叩いたり蹴ったりしません（退場あり）**



# なんでもバスケット

目に見えること	属性	経験	価値観や思考	
知的理解高くない（低学年）		→ 知的理解がある（高学年）		
フルーツバスケット	男の人	福祉以外の仕事に就いたことがある人	スポーツが好きな人	長生きしたいと思っている人
くつしたをはいている人	35歳以下の人	魚釣りをしたことがある人	苦手なことがある人	自分のことが好きな人
めがねをかけている人	女の人	東京に行ったことがある人	仕事がきれいな人	親友がいる人
黒色がある服を着ている人	福岡県で生まれた人	外国に行ったことがある人	子どもがかわいいと思っている人	得意なことがある人
チャックがある服を着ている人	いま一緒に住んでいる人が4人の人	習い事をしたことがある人	お金が好きな人	性格が明るい方だと思っている人



## この活動の強み

- **動きがある**
- **なにもせずに待たされる時間がない**
- **決めた時間内で実施できる（進行役の裁量が効く）**
- **ルールが比較的簡単**
- **ルールのバリエーションが無限**  
(カードの内容操作次第でさまざまな目的の活動が可能)
- **少しの準備で実施できる**
- **他者トラブルが起きた際の絶好の指導の機会が生まれる**
- **リーダーのインタビューによりさまざまな深掘りが可能**



## 活動の構成

### 【構成するよさ】

- ・ 心理的安心感を確保できる（枠の中の自由）
- ・ 心理的抵抗感を予防し心的外傷から守ることができる
- ・ 子ども相互のふれあいを効率的かつ効果的に促進できる

### 構成する条件設定「何を構成するの？」

時間

プログラムの  
内容とレベル

グループの  
種類や大きさ

ルール



## 振り返りのチェックポイント

- 活動に参加する子どもの気持ちを盛り上げている
- 一方的説明の連続時間は、1分以内である
- 初めに「目的」「内容」「方法」「ルール」を説明している
- 「内容」「方法」「ルール」の理解を助ける補助資料がある
- すべての子が聞いていることを確かめながら話をしている
- 注目を集める「声」「表情」「身振り」が意識されている
- 子どもたちに話をする「位置取り」ができています
- やり方について、モデル提示をしている
  
- ルールが破られた際は、やり直し等進行を止めて指導している
- 「目的」達成に関わるできごとをメモする
  
- 活動終了後、「目的」達成に関わる評価コメントをしている