

## チームビルディングとは・・・一部（社）日本チームビルディング協会より抜粋文

チームビルディングとは、『仲間が思いを一つにして、一つのゴールに向かって進んでゆける組織づくり』のことです。もう少し言葉を補うと、『仲間が主体的に自分らしさ、多様性を発揮しつつ、相互に関わりながら丸となって共通のゴールを達成しようとチャレンジする、そうした組織をつくるための取り組み全般』と言えます。日本でも多くの組織のリーダーシップ研修、人材開発の現場で「チームビルディング」が導入されるようになっていきます。

平成25年から文部科学省 中央教育審議会 初等教育分科会より『チームとしての学校・教職員のあり方に関する作業部会』を立ち上げ、学校教育の現場・教職員組織に『チームビルディング』を導入すべく既に作業を開始しております。

平成29年度以降には、学校教育においても随時導入されるプログラムです。

具体的な実施内容としては主に以下があげられます。

### 体験の共有

- 1) 親睦を深めるためのイベントや旅行・部署内での飲み会など共通体験を持つことはチームの関係性をよくするため、チームビルディングの一環として考えられます。お互いのことを知りあい、コミュニケーションの量を増やすことで、チームとしての関係性の基盤を作ることにつながるためです。
- 2) チームビルディング研修・合宿 チームビルディングを目的に開発された研修プログラムを実施することは、さらに効果的です。メンバーと困難な課題に挑戦し、行動を振り返って改善点を見つけ、さらに改善点を反映して再挑戦するなどのプロセスを実践します。その中で夢中になる感覚や本気で取り組む達成感を得たり、チームの力を発揮するためのさまざまな行動の仕方、考え方を得たりすることができます。2日～数日にわたる合宿プログラムを実施すれば、「このチームなら何でもできる」と感じられるような強い信頼関係を築くこともできます。
- 3) 継続的な組織づくり 日常の場（例：職場など）で、日々の取り組みを続けることも重要です。たとえば、以下のような取り組みです。
  - ・定期的にチームミーティングを持ち、日常のコミュニケーションを振り返り改善する
  - ・オフサイトミーティングなどでミッション・ビジョン、部署の目標を新しく見直す
  - ・チームがより良い関係性になるような人事制度を構築する

どのような目的で行うかによって様々な効果を出す事が出来ますがチームビルディング研修は次のような変化を生む事が出来ます。

- 1) 本気で取り組む中でのメンバーの考え方、行動、関係性の変化  
研修の中では、さまざまなゲーム形式のアクティビティ(課題)に挑戦します。  
例えば「○mの壁を、道具を使わずに全員で乗り越える」・「○秒以内に、一つの輪を全員がくぐり抜ける」・「謎を解いてゴールに到達する」などです。  
一見「とても無理!」と思えるようなものもあります。困難に思えるゴールにどのように立ち向かうか、ここからチームビルディングは始まります。一人で悩んでもできないことを仲間と一緒に作戦を立て、実行して、失敗して、課題を見つけて、改善して再挑戦して……チームで悩んで、チームで力を出し合って乗り越えるのです。本気になれば、思いもかけない突破口が開けることもあります。失敗すれば悔しく、次に成功するためには自分の殻を脱ぎ捨てることも必要でしょう。夢中になって取り組むことで、一体感や達成感を得ます。このようなプロセスを経て、チームで取り組んだときに“気持ちが動く”感覚を体得します。その感覚を日常の場に戻ったときにも味わいたい、どうやったら味わえるだろうかとそれぞれが考え、行動するようになったら……チームビルディングの第一歩は成功したといえるでしょう。
- 2) 日常の場（職場・学校など）に戻ってからの変化  
前述のような体験をした後に日常の場に戻ることで、日常の考え方、行動、関係性の中にも以下のような形での変化が起きてきます。
  - ・チーム内の上下の壁が薄くなる、なくなる。
  - ・達成感を共有したことから日常の場でもモチベーションが上がる
  - ・仲間への尊敬や信頼が増して会話やコミュニケーションが活性化する
  - ・タスクを通してコミュニケーションの改善方法についても学ぶため、普段から率直で正直なやりとりができるようになる
  - ・相手の言い分に耳を傾ける心の余裕が生まれる
  - ・思考の枠組みを外して、さまざまなアイデアが出せるようになる
  - ・リーダーは、実践すべき明確な行動指針を持つようになる
  - ・チームとしてイノベーションを起こす方法に気づく

このような変化が起きることで、チームが育っていきます。



# 梓水苑で出来るチームビルディング・学習体験

## BBQでチームビルディング!?! たかがBBQ されどBBQ

みんなで焼肉バーベキュー！盛り上がりますよね♪ そんな中でもチームビルディングが出来ます。

### ① 火付け体験・・・新聞紙と木炭を使って火を付けてみよう！

- A. 化学・・・紙と木の着火点の違いを確認(燃焼 = 酸素 + 熱 (光) + 燃焼する物質)
- B. チームビルディング・・・チームで火おこし体験

木や紙の燃え方と紙の燃え方の違いを考える前に、「燃える」とはということなのか、また「炎」とはなんなのかを確認しておきましょう。燃焼とは、簡単にまとめると「物が大量の熱や光を出しながら酸素と結びつく現象」となります。したがって、燃焼が進むためには燃えるものが常に酸素と接触する必要があります。一方、炎と呼ばれているものは、可燃性の気体が空気中の酸素と反応する際に見られる現象です。木や紙は高温にすると分解して可燃性のガスを出します。木や紙の燃焼時に見られる炎は、高温になった木や紙から放出された機体に火が付いたものであることがわかります。

- × よくやる間違い 紙に火をついたらうちわで扇ぐ → 紙が燃えるだけ
- 正解 紙に火を着ける。その火力を木に着火 → 木が燃焼してうちわで扇ぐ



### ② 美味しく焼けるか？炭となるか？

- A. 家庭科・・・加熱について考える。  
BQで最も多いのが、強火過ぎて焦げてしまうパターン。**焦げは旨みも栄養もありません。食材を炭化させて無駄にしているだけです。炭は、放射熱(ふくしゃねつ)とよばれる赤外線による加熱方法により満遍なく内側まで加熱する事が出来ます。**これにより、炭火は、**強火の遠火**が最も適しているといわれています。

災害・震災時等は、電気・ガス・水道等のライフラインがストップする恐れがあります。このような時に  
・火を安全に素早く着けられる。(暖をとる。衣類を乾かす。)・安全に美味しく温かく調理が出来る。  
等を事前体験しておけば『万が一の時備えの体験』ともなります。

## ◎ ラフティングでチームビルディング・・・上高地を源流とする清流『梓川』でネイチャー体験も

上高地を源流とする清流『梓川』は日本海まで流れる日本最長の『信濃川』の源流です。『梓水苑』からラフティング体験を(約4.5キロ)行いますが上流部ですので水の臭いも気にならず、川の底まで見るともきれいな川です。ラフティングを行いながらも2000メートルを雄に越す日本アルプスを眺めながら自然の地形を感じながらラフティングを体験できます。春は梓川両岸に堤防決壊を防ぐために植えられた桜が咲き誇り、夏から秋にかけても日本アルプスの豊富な水で体験することが出来ます。

チームビルディングの代表とも言われるラフティング体験。一緒にパドルを操作したり、もしも溺れた場合の救助方法や自分のみを守るための防護方法等、この活用法は只楽しむだけでなく多岐にわたります。

### ① 安全講習(約30分)は災害時対応力のアップ・・・水難救助方法の体験、溺れたときの身の守り方講習

梓水苑のラフティングでは安全講習をみっちり30分を行います。これから行うラフティングの事故防止はもちろんのこと、普段の生活の中で起こりうる水害等での水中事故防止や救助方法など身につけていただく実践講習となっています。

パドルは7名1チームで漕ぎます。チームの意思疎通が無く、1人が反対方向に漕いだりするとボートの推進力が失われたり、バランスを崩したり、正反対のことをやったりするとボートがくるくる回るだけでボートは進みません。

全員が一体となって声を掛け・支え合い ゴールを目指すことで自然とチームビルディングが構築されます。



② 一緒に舟をこぐことで一体感が生まれる。