

だいせん  
大山

仲間同士の心をつなぐ冒険教育プログラム

# アドベンチャーワーク

学校・企業などグループ研修プログラム

職場や学校の  
現場が抱える **悩み**

「あたり前のコミュニケーションがとれない」  
「団体行動ができない」  
「集団生活になじめない」

今、  
学校や職場で  
起きている  
**悩みごと**

人事・学生課担当・  
幹事の **要望**

「新入学生(社員)に、新しい環境や  
仲間になじんでもらいたい」  
「組織の連帯感を強めたい」  
「クラスの団結力を高めたい」



## 冒険教育プログラムのすすめ

当研修プログラムは、「自分へチャレンジ」「仲間と共にチャレンジ」し、「やればできる自分」「仲間を信頼できる自分」の発見を通じて、「生きる力」をはぐくむことを狙いとしています。



私たちが「ファシリテーター」と呼ばれる進行スタッフです。



## プログラム構成

### 1 アイスブレイク (緊張をほぐす)

心をほぐす「出会いのレッスン」です。今日初めて出会う仲間はもちろん、普段から同じ集団活動をしているグループも、この活動を通じて心と体をウォーミングアップします。

### 2 トラスト (信頼関係)

#### 2-1 体験

各グループに別れ、広場や森など大山の自然のなかでグループ課題に挑戦します。

#### 2-2 わかちあい

体験を通じて参加者同士がとまどったこと、気づいたことなど話し合い、同じ体験をしたもの同士の感じ方の多様性をわかちあいます。

#### 2-3 一般化

「なぜその活動がうまくいった(楽しかった)か?」「なぜうまくいかなかったか?」などその理由をみつめ返し、学んだことを自分の現場へ持ち帰れるよう「一般化」します。

### 3 ソリューション (課題解決)

2.と同様のサイクルですが、この段階までくるとお互いが率先して意見を出し合います。

課題解決型の体験に挑戦することで「やればできる自分」の発見、「仲間を信頼できる自分」の発見に近づき、自分の存在意義や、仲間と協力することのすばらしさを感じることができます。

### 4 クロージング (まとめ)

全体の行程を振り返ってみると、自分や他人、そしてグループ自体に何らかの変化がおきたことに気づきます。

それが何なのかを話し合い、明日から学校生活や職場生活など現場でどのように活かせるのか話し合う時間です。

## 👉 ここが違う! プログラム進め方のポイント

8~20人を1グループとし、各グループに「ファシリテーター」と呼ばれる進行役がつきます。ファシリテーターはいわゆる「決まった結論」へ向けて解説をしたり誘導をする“司会者”ではありません。

同じ団体でもグループによって得られる効果や気づき、その度合いは異なったものであることは当然で、各グループが「その瞬間得ようとしている気づき、発見、成果を最大化させる」ため、ゲーム課題の内容や時間の長さ、意見の引き出し方を調整します。

### 参加者の感想

「仲間が『がんばれ』と声をかけてくれたので、あきらめずに最後まで挑戦できた。」

### 「やればできる自分」の発見

「失敗すると思ったけど、仲間が励ましてくれた。失敗を怖がらずに挑戦できた。」

「自分のアイデアで成功した。自分に自身が持てた。」

「『一緒にやろう』って言ってくれた。自分の居場所が見つかった。」



「達成したときみんなで喜んだ。一人よりもみんなでやったほうが達成感がある。」

### チームワーク向上

### スポーツチーム

「お互いに意見を言い合いづけることで、相手の心が見え、一緒に壁を乗り越えるヒントが得られました。」

「仲間が苦手な部分をカバーしてくれた。自分もみんなのためにできることを考えた。」

「みんなが手を差し伸べてくれた。思い切ってみんなの中へ飛び込めた。」

### 相手を認め、信頼することの大切さ・すばらしさ

※これらの学びや気づきは、全ての人々がすぐに実生活で実行に移せるわけではありません。一歩づつでも実生活で実現できるよう、たとえば学校のホームルーム時間で話し合うなどの持続的なきっかけ作りをお勧めしています。

### <プログラムデータ>

コースと料金  
※1人あたり

・レクリエーションコース(1時間)  
1.アイスブレイクのみの活動ですが、アドベンチャーワークの効果を実感していただけます。出会ったばかりのグループや新入学生のレクリエーションに最適です。

700円

※別途入場料  
必要

団体入場料金  
大人700円  
小人600円  
(学校料金あり)

・半日コース(3時間程度)  
1.アイスブレイク + 2.トラスト + 4.クローゼングを行います。  
本来は1日コースをお勧めしますが、時間の制約のある団体にはお勧めです。

2,500円~  
(ご要望・  
内容に応じて)

・1日コース(6時間程度)  
1~4全ステップを行います。特にプログラム後半では急速に気づきや学びを得ることができ、参加目的の達成へ近づくお勧めコースです。

催行人数

6~80名  
※80名以上の場合は2班編成などを行いアスレチックや他の体験プログラムとの交代制も可

雨天OK  
出張OK

雨天時は体育館を利用したグループワークゲームを行うことができます。県内外出張可能です。滞在するホテルの会議室やグラウンド、近隣の公共広場や公園、学校の体育館などでも実施できます。まずはご相談ください。

## 森の国

TEL.0859-53-8036

[営業時間 9:00~17:30] 定休日なし

〒689-3319

鳥取県西伯郡大山町赤松634

FAX.0859-53-8004

🔍 森の国

