

フィードバック

してみよう
受けしてみよう

グループワークで困る場面

- 自分の意見を言わない
- 自分の主張ばかりする
- 事前学習をしてこない
- どこかに行ってしまう

……etc

メタ認知

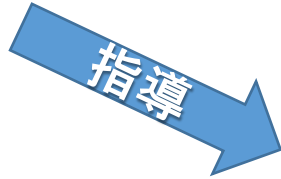


上位から俯瞰

他者



指導



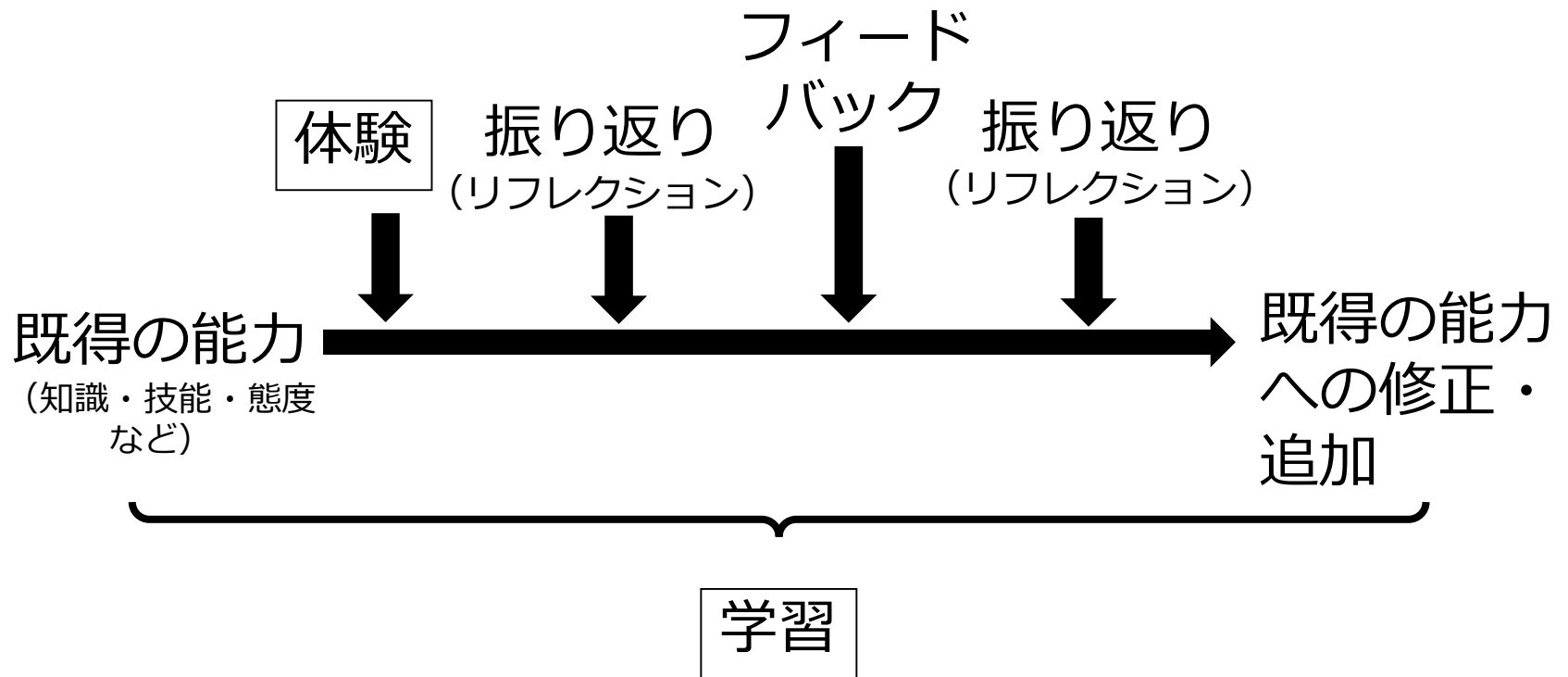
FB



自分



体験と学習の関係



(高橋ら、体験学習の意義を理解する。：体験学習の展開。高橋平徳、内藤知佐子編集，医学書院，東京。2019，p.2-16.を改変)

フィードバックの定義

これからの行動をよりよくするための

現在の行動に関する情報や評価や手助けとなる情報を

与える/与えてもらう

みんなが良く
知っている
フィードバック



岡田唯男. 4 医療教育技法. E.公益に資する職業規範, プライマリケア連合学会基本研修ハンドブック改訂2版 (日本プライマリ・ケア連合学会編), 南山堂, 東京, 2017, p.249-257. より改変

フィードバックの目指すもの

これからの行動をよりよくするための

現在の行動に関する情報や評価や手助けとなる情報を
与える/与えてもらう



望ましい関係を保ちたい

関係がこじれては元も子もない

ハラスメントにならないように



(岡田より改変)

フィードバックのポイント

より「効果的な」環境作り

フィードバックのポイント

① **相手が受容られる**言葉がけと環境づくり

(これからFBすることを告げる)

② まず **自己評価**を尋ねる→自分で気付かせるのを最優先

自身が「問題行動である」ことを**理解**しないと効果薄

相手が「どこまで**理解**したか」を把握して次につなげる

相手なりの言い分、隠された事情があるかもしれない



自分の冷静さが問われる

フィードバックのポイント

FAST

- Frequently: 頻繁に 「授業終了時にまとめて」では遅い
- Accurate: 正確に 伝聞/憶測はダメ。事実確認をしてから
- Specific : 具体的に 事実を伝える。
いきなりの人間性、人格批判は逆効果
- Timely : タイミングよく その場でFBするか？
一段落してからFBするか？

**チャートでみる
フィードバックの実際**

～改善してもらいたいことが発生した場合～

環境づくり／枕言葉「ちょっといいですか？今からフィードバックをします」

レベル0：自己評価を尋ねる

「今のグループワーク（行動）を振り返ってみて
どうですか？」

レベル1

フィードバックする側（自分）が状況を再現

レベル2

自分自身や周囲の人間が抱く感情を伝える

レベル3

行動が改善されない場合の
予測される悪い将来の提示

相手「…が問題
だったと思います」

自分「そうね、じゃあ
次回はどうする？」

(岡田より改変)

環境づくり／枕言葉「ちょっといいですか？」

FAST

Frequently: 頻繁に

「授業終了時にまとめて」では遅い

Timely : タイミングよく

すぐFBした方がいい場合

落ち着いてからの方がいい場合

衆人環境の中では行わない

レベル0：自己評価を尋ねる

「今のグループワーク（行動）を振り返ってみてどうですか？」

相手

「グループワークで人の意見をあんまり聞かず、自分ばかり発言しちゃったのがよくなかったと思う。」



自分で反省点に気づいている状態

自分

「じゃあ次はどうすればいいと思う？」

相手

「頑張ってやっていたつもりだけど、何か問題あった？」



次のレベルに進む

(岡田より改変)

レベル1

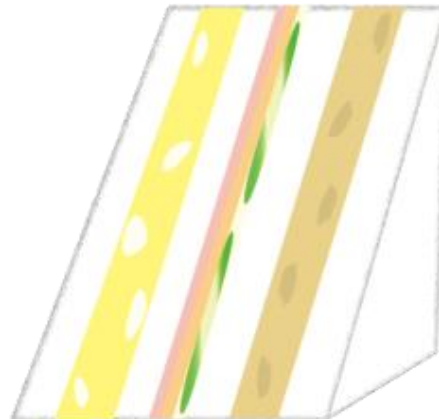
フィードバックする側(自分) が状況を再現

FAST

Accurate:正確に 伝聞/憶測ではなく事実確認をしてから

Specific : 具体的に 事実を伝える。
いきなりの人間性、人格批判は逆効果

教育の現場では「**サンドイッチ法**」がよく用いられる

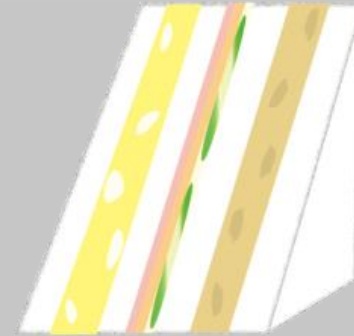


(岡田より改変)

サンドイッチ法

サンドイッチ法 (PNP法)

1. 良い点(Positive)をほめる
2. 悪い点(Negative)を指摘する
3. 改善点を自覚させる/良い点(Positive)をほめる



相手

「悪い点」を受け入れやすくする下準備
「一方的にダメ」ではないという安心感

自分

感情を抑え、相手を**多面的に観察**するきっかけ
→良い点を見つけるのもFB側の仕事

レベル1

フィードバックする側(自分) が状況を再現

相手

「頑張ってやっていたつもりだけど、何か問題あった？」



自分「頑張っていいのはよくわかるけど、〇〇さんのいい提案を無視してたよ。」

相手

「そこがよくなかったんだ。
わかったよ。」

気づいた!

自分「そうだよね、
じゃあ次回は
どうする？」

相手「それが何か？」



次のレベルに進む

(岡田より改変)



レベル2 自分自身や周囲の人間が抱く感情を伝える

フィードバックの技法2 「私」メッセージ

- 相手の行動が原因で……
- 自分、あるいは他者が困った影響を受けており……
- 相手に行動を変えて欲しい時

それを具体的に表現する手法

- ①相手の行動内容を的確に指摘する
- ②自分・他者への具体的な影響を述べる
- ③自分の気持ち

レベル2
「私」メッセージ

事例その1 部活動編

練習後、皆で片づけをしているのに、ふざけてキャッチボールをしていて、片づけに参加しないメンバーがいる。



練習後、皆で片づけをしているのに、ふざけてキャッチボールをしていて、片づけに参加しないメンバーがいる。

①相手の行動内容を的確に指摘する

「あなたたちは片づけしないで遊んでいるけど……」

②自分・他者への具体的な影響を述べる

「私もほかのみんなも帰るのが遅くなるから……」

③自分の気持ち

「一緒に片づけを手伝ってほしい」

事例その2 学生生活編

①約束を何度も破る学生に対し

「君は何回やってもやめないな！」

②遅刻の多い学生に対し

「君は時間を守れよ！」

③根拠がはっきりしないことを言う学生に対し

「君は嘘つきだな！」

FB側の怒りの発散になる可能性

相手が「攻撃された」と感じ、反発を招く可能性

FB側「なんだその態度は！もう付き合わないぞ！」

→コミュニケーションの崩壊

→怒り損、時間の無駄



事例その2 学生生活編

①約束を何度も破る学生に対し

「何回やっても止めないので、
私はいつも心配しているんだよ」

②遅刻の多い学生に対し

「君が遅れてきた間、
私も皆も心配していたんだよ」

③根拠がはっきりしないことを言う学生に対し

「君はいつもちゃんと調べてきていると
私は信じているんだけど」

レベル2
私メッセージ


自分も相手も尊重した自己主張・自己表現

- 自分の行動が起こした、他者への影響を認識させる
- 無理に「優しく・迎合する」ということではない
- 褒めるときにも使える「共感」

レベル2 自分自身や周囲の人間が抱く感情を伝える

自分「頑張っていたのはよくわかるけど、〇〇さんのいい提案を無視してたよ。」

相手「それが何か？」



私
メッセージ



自分「私も〇〇さんの意見を取り入れたらもっと面白いものができたのと思ったよ。」

相手「それはそうだったかもしれないね、急ぎすぎたね。」

やっと気づいた！



自分「そうだよね、じゃあ次回はどうする？」

相手「それ、私のせいだっていうんですか？」



次のレベルに進む

(岡田より改変)

レベル3

予測される悪い将来の提示

- ◆ クラスメイトや仲間からの不信
- ◆ 成績への悪影響
- ◆ 自分の望むキャリア形成からの逸脱

- ◆ 教員への報告
- ◆ サークルなどからの除名

現在の行為が自身の将来に悪影響を及ぼす
可能性を提示する

レベル3

行動が改善されない場合の
予測される悪い将来の提示



相手「それ、私のせいだっているんですか？」

自分「私もほかのメンバーも君にはついていけない
って言ってるよ。」

ハラスメント
に注意

相手「そ、そんな風に思われていたなんて...」



やっと気づいた！

自分「そうだよね、じゃあ次回は
どうする？」

まとめ

- フィードバックは学生生活のあらゆる場面で有効である
- フィードバックの原則を日常的に活用することで自分の成長や人間関係の改善ができる

ロールプレイ:フィードバックのトレーニング

→こういったフィードバックを
「試しにちょっとやってみる」

今後のコミュニケーションに

- 丸ごと取り入れる
- 一部取り入れる

→ 今までの自分のコミュニケーションを振り返るきっかけに

ロールプレイの手順

- ① フィードバックのロールプレイ
- ② フィードバック役の学生の自己評価
- ③ 相手役の学生からのフィードバック
- ④ 評価者役の学生からのフィードバック

役を変えて①～④を繰り返す（4回）

評価者役の学生は以下の観点で「フィードバック」を観察し、評価してください

全般

- 相手がフィードバックを受け入れられる環境、ムードを作っているか？
- 自分の感情のコントロールができていますか？
- 相手の言動にうまく対応できているか？
- FASTが実践されているか

Frequently : 頻繁に

Acurate : 正確に・・・、伝聞憶測ではなく事実確認してから

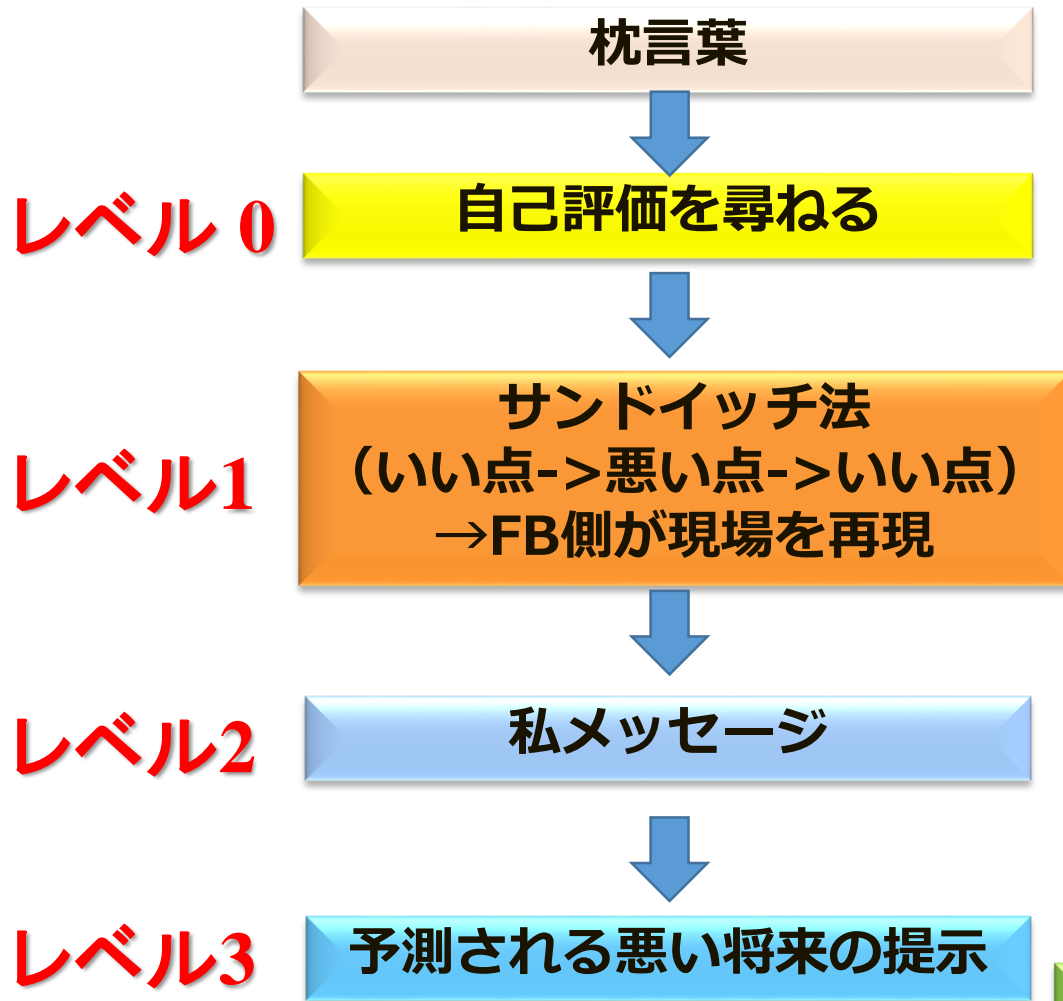
Specific : いきなり人間性や人格批判をしていないか？的を絞って指導しているか

Timely : タイミングよく行えているか？

フィードバックはどのレベルだったでしょうか

- レベル 0 : 自己評価を尋ねる
- レベル 1 : FD側が状況を再現
- レベル 2 : FD側自身/周囲の人間が抱く感情を伝える
- レベル 3 : 予想される悪い将来の提示

ロールプレイのデモ



学生Aがどの段階で
学生Bの意図に気づいたか
チェックしてください

「そうだね、じゃあ次回は
どうすればいいだろう」

ロールプレイのデモ

背景：IPEの授業でA君は、事前学習はちゃんとやってきて、グループワークでも発言はしているが、司会役やメンバーが熱心にディスカッションしているのに、「それでいいから早くまとめよう」と議論をすぐに丸めて終わりにしようとする。

今回のエピソード：来週の発表に備えてディスカッションをしていた。ある患者さんの発言に対して、グループ内では患者さんの思いについて意見が分かれた。

A君は自分の意見を言わないばかりか、「話し合いばかりしてないで早くスライド作って帰ろう。」とせかすので、メンバーの何人かが同調し、早々にスライドづくりの作業になった。

司会のあなたは、このディスカッションは重要だと思っていたので、帰る前にA君にフィードバックすることにした。

最初に役割を確認します。

- フィードバック役
(FB役)
- 学生役
- 評価者役

評価者役が使う評価表

<評価者役の学生は以下の観点でフィードバックを観察し評価してください>

全般

- 相手がフィードバックを受け入れられる環境、ムードを作っているか？
- 自分の感情のコントロールができているか？
- 相手の言動にうまく対応できているか？
- FASTが実践されているか

Frequently : 頻繁に

Acurate : 正確に~伝聞憶測ではなく事実確認してから

Specific : いきなり人間性や人格批判をしていないか？的を絞って指導しているか

Timely : タイミングよく行えているか？

フィードバックはどのレベルだったでしょうか

- レベル 0 : 自己評価を尋ねる
- レベル 1 : FB側が状況を再現
- レベル 2 : FB側自身/周囲の人間が抱く感情を伝える
- レベル 3 : 予想される悪い将来の提示

ロールプレイのデモンストレーション

ロールプレイの解説

枕言葉

FB役：今日のグループワークのことで、ちょっと話したいんだけどいいかな？

学生役：いいですよ。

自己評価を聞く

FB役：今日のグループワークでのAさんの発言で、少し気になったことがあったんだけど自分としてはどうだった？

学生役：そうだな・・・。みんなも結構盛り上がっていたし、別になんも問題感
じなかったけど・・・。

良かったことをほめる

FB役：Aさんは、事前学習もきちんとやってきてくれてみんなも勉強になったけれど、今日は患者さんが食事制限のことで言ったことについてみんなの意見が分かれたときに、自分は意見も言わないで「そんな面倒なことどうでもいいから、サクサクやろう。はやく帰るし。」って言ったよね。

事実を具体的に指摘する

学生役：みんなもそう思っていると思って言ったけど、あれでみんなもなんか、ま、いっかーみたいになっちゃったね。もうちょっと話し合った方がよかったかな。

FB役：そうだね、あそこはもっと皆で話したかったな。次はどうしますか？

学生役：自分もちゃんと意見を出して、もっとディスカッションに参加したい
と思います。

次にどうするかを聞く

ロールプレイのデモンストレーションが終わって

FB役の自己評価

言いにくかったけど、あらたまってフィードバックをしてみて、Aさんも真摯に受け止めてくれ、次からどうするかも言ってもらえてよかったです。

学生役からのフィードバック

最初に良いところを言ってもらえたので、ほっとしました。自分では気づけなかったメンバーの受け止めに気付いて良かったです。

評価者役からのフィードバック

気になったことを勇気を出して伝えたことがよかったですと思います。Aさんも感情的にならず、冷静に振り返りをできていてよかったですと思いました。

フィードバックの “レベル” は？

- 次の時間に数グループずつ各部屋に分かれます。
- シナリオがグループごとにまとめて配布されていますが、指示があるまで触らないようにしてください。

次のスライドからは、各部屋に提示

ロールプレイを用いた フィードバックのトレーニング

シートの文書はお互いに見せ合わないでください。

①各グループ（3～4人）ごとに行う

②各自が参加者1～4(3)のシートを1枚ずつとる

③ロールプレイを行う

④-1 フィードバック役の自己評価

④-2 学生役からのフィードバック

④-3 評価者役からのフィードバック

③-④を繰り返し、4回のロールプレイを行う

ロールプレイを用いた フィードバックのトレーニング

4人グループ	参加者 1	参加者 2	参加者 3	参加者 4
ロールプレイ 1	FB役	評価者役	学生役	評価者役
ロールプレイ 2	評価者役	FB役	評価者役	学生役
ロールプレイ 3	学生役	評価者役	FB役	評価者役
ロールプレイ 4	評価者役	学生役	評価者役	FB役

3人グループ	参加者 1	参加者 2	参加者 3
ロールプレイ 1	学生役	FB役	評価者役
ロールプレイ 2	評価者役	学生役	FB役
ロールプレイ 3	FB役	評価者役	学生役
ロールプレイ 4	学生役	FB役	評価者役

各自、自分のシートを
まず読んでください。

準備はいいですか？

ロールプレイ開始

フィードバックのロールプレイ をやってみた感想