

臨床心理学の体験的教育としてのエンカウンター・グループ ——大学生の対人関係の促進効果もふまえて——

村山正治

東亜大学 総合人間・文化学部 臨床心理学研究室
E-mail: Shmuray@attglobal.net

下川昭夫

東亜大学 総合人間・文化学部 臨床心理学研究室 (2001年度着任)
E-mail: akios@po.cc.toua-u.ac.jp

中田行重

東亜大学 総合人間・文化学部 臨床心理学研究室
E-mail: nakata@po.cc.toua-u.ac.jp

鎌田道彦

東亜大学大学院 総合学術研究科臨床心理学専攻
E-mail: 00cp009@mail.cc.toua-u.ac.jp

田中朋子

東亜大学大学院 総合学術研究科臨床心理学専攻
E-mail: 99cp005@mail.cc.toua-u.ac.jp

要旨

大学生を対象とするエンカウンター・グループは既に学生相談の分野において多く行われている。ところで、このほど学部における臨床心理学教育と対人関係作りの支援という目的で構成型のエンカウンター・グループが本学で行われた。このような目的をもったグループにどのような意義があるかについての研究はこれまで行われていない。本稿はこれらの目的に対してエンカウンター・グループがどの程度有効であるかを考察するためのパイロットスタディである。まず、グループの実際の概要を示した。次に、対人関係作りの効果をみるためにエンカウンター・グループ参加前後の学部生の感想を分析した。また、臨床心理学教育におけるオーガナイザーやファシリテーターを行うことの意義を検討するために、エンカウンター・グループ参加前後の大学院生の感想を分析した。次に各セッションの効果を検討するため、セッション毎の感想を分析した。結果は上記の目的に対してエンカウンター・グループが有効であることを示している。総合的考察としてエンカウンター・グループをキャンパス内で行うことの意義と可能性、及びそれを行うための大学側の協力の必要性が指摘された。

1. 問題と目的

1.1 エンカウンターグループの歴史的背景と意味

臨床心理学の教育には他者理解や自己理解を通じた心理的成長が欠かせない。ロジャーズ

(Rogers, C. R.) らは1940年代の後半、カウンセラー養成の方法としてエンカウンター・グループ (Encounter Group、以後“EG”と略す) を始めた。その後、ロジャーズはカウンセラー教育に留まらない様々な可能性をEGに見出した。その後、EGは1970年代になって畠瀬稔や村山正治らによって日本に導入され

た。程なくその効果が認められるようになり、学校教育や看護婦、養護教諭など対人関係の職種の研究として用いられるようになった(野島 1996、野島・坂中 1997、1998、1999、2000)。

大学におけるEGはこれまで主に学生相談の一環として、また臨床心理学専攻の大学院生の教育のために行われてきた。しかし、他者・自己理解の促進というEGの機能を考えると、その応用範囲はもっと広いと思われる。例えば、筆者の1人、村山はEGのもつ学校カウンセリング的な応用として、クラスの雰囲気作り、自己理解と他者理解のためのグループ、グループカウンセリング、親・子・教師のグループなどの方法があると述べている(村山 1992、p.169)。また筆者の別の1人、中田は看護学生の研修としてのEGの在り方を論じている(中田 1999)。

1.2 大学生の情緒的問題の対処としての意義

ところで、今日の大学生には引きこもり、無気力、情緒的不安定、心身症などの事例が多くみられる。これらの事例に対して学生相談室を持たない大学は教職員の説得による、いわゆる“学習指導”で対応してきた。しかし、夜間部、他学部・大学院との兼任、各種委員会、大学のPR活動など、業務が増加しているため、“学習指導”では対応し切れないのが現状である。本学でもこれらの事例に対応できる体制作りが急務である。

また、発達的には大学時代は心身共に親への依存から自立に向けた活動を開始する時期である。そのため、学生の多くがアイデンティティの確立を模索している。前述の症状を持つ事例も何らかの形で自立への模索が上手くいかず、不適応行動として表面化している場合が多い。そのため、問題が表面化していない学生に対しても、単なる“学習指導”ではなく、自分自身をみつめるというカウンセリング的な対応が必要である。

以上のような要請に対応する方法の1つの可能性としてEGが考えられる。これは大学職員

や専門のカウンセラーではなく、仲間同士で支え合うピア・カウンセリング的な効果を目指すものである。自立という発達段階では学生は親や教職員を敬遠する傾向がある一方で、切実に誰かの情緒的援助を求めている。ところが、現代の学生は対人関係を作ることを苦手とするものが多い。内に言いたいことを多く秘めながらも発言できず、授業場面では殆ど発言がない学生が個人的な面談で、意外なほど饒舌なことに驚かされることが多い。こうした学生に相互に支え合う対人関係の場を提供し得るのがEGである。

鳴澤はEGではグループメンバーの共感的理解に支えられて自分を受け入れ、同時に他者を受け入れ、更に自己理解を深める、という体験が得られると述べている。また、このような体験が人格的成長に寄与し、他者との「基本的出会い」の体験をもたらす、とも述べている(鳴澤 1986、p.173)。このようなEGの体験的特質を考えると、現代の大学生の情緒的問題の予防や対人関係の促進にEGが効果を持ち得るのではないか、と思われる。

1.3 臨床心理学教育としての意義

ところで、我が国の大学教育では文学部や教育学部に心理学科や教育心理学科がおかれてきたが、そこでは科学としての心理学の教育に重点が置かれていた。ところが近年、青少年の様々な異常な犯罪の多発、学級崩壊の問題、震災や噴火といった強烈な体験によるPTSDの問題などをきっかけとし、心理臨床に対する関心が高まった。また、臨床心理士の資格認定のための大学院システムが確立してきた。このような状況の変化に伴い、学部でも臨床心理学を専門に教える大学が増えてきつつあるが、本学の臨床心理学研究室はその1つである。

このように学部における臨床心理学教育は始まったばかりである。臨床心理学といえども心理学の1分野であるため、従来の科学的心理学の方法論を習得する必要があることは言うまでもない。仮説をたて、データを実証的に検証してゆく態度が求められる。

しかしながら、他の心理学の分野と異なり、臨床心理学教育に欠かせないものがある。それは理論や概念的な理解の前に、先ず人と触れ合い、自分が対象に没入し、自分の内的世界および他者の行動を見据え、そこから学ぶという体験を生きることである。その体験は臨床心理学を学ぶ者にとって基本であり、それなくしては週に2時間、ゼミで文献を読み、議論したところで臨床心理学を学んでいるとは言い難い。臨床心理学の教育においては、この体験の場を提供することが必要である。とは言え、知識も体験もない学部生を実際の臨床の場に初めから投入することが望ましくないのは言うまでもない。本学の臨床心理学研究室でもそのような体験の場を提供する必要がある。

臨床心理学教育に欠かせないこのような体験を提供できる方法の1つとしてEGがあげられる。前述したようにEGは本来、臨床心理学専攻の大学院生の教育のために行われてきた。しかし、EGが共感的理解に支えられて自分や他者を受け入れ、さらに自己理解が深まる、という体験を提供し得ることを考える時、それは専門家教育の大学院だけでなく、学部における方法としても大きな意義を持ち得るであろうと思われる。

このように、EGは対人関係作りを苦手とする現代の学生にピア・カウンセリング的な支え合いの場を、また学部における臨床心理学教育の体験学習の場を提供する可能性を持っている。

1.4 論文の概観

上述したように、今回のEGは主に学生の情緒的問題に対する予防や対人関係の促進支援という目的と、学部における臨床心理学教育という目的で行われた。心理的安全性の確保のため、今回は非構成型ではなく構成型のEGを行った。本稿ではこれらの目的に対してEGがどの程度有効であるか考察する。本稿で報告するのは臨床心理学専攻(希望)の1年生に対するゼミの一環としてのEGである。そうした企画によるEGが学生の教育にどのような意義が

あるかについての研究はこれまで行われていない。そのため、今回はパイロットスタディとして位置付けた上で、対人関係の促進効果についてはEG参加前後の学部生の感想を分析した。また、オーガナイザーやファシリテーターを行うことの臨床心理学教育の可能性を検討するために、同様にEG参加前後の大学院生の感想を分析した。次に各セッションの効果を検討するためにセッション毎の感想を分析した。

ところで、EGの意義や効果という時、そのプロセスだけに目が向きがちである。しかし、それ以前に行われるEGの企画、準備、運営の実際がEGの効果や意義を考える上で重要であると考えられるようになりつつある。EGのオーガナイゼーションそのものをテーマとする研究が行われるようにさえなっている(岩村、1999)。特に本稿で報告するEGは臨床心理学教育と学生の対人関係の促進という2つの目的をもち、かつゼミの一環という位置付けで行われた。そのため、通常の自発参加型EGや研修型EGとは異なるオーガナイゼーションが必要である。そこで、本稿が今後の資料となることも期待して、オーガナイゼーションおよびEGの経過についても詳細に記述した。

2. 方法

2.1 EGのオーガナイゼーションのプロセス

集中講義形式のEGを2000年9月5～7日の3日間で行うことが正式に決定した後、6月中旬にEGプロジェクトを立ち上げた。プロジェクトの準備及び実施に関わるのは3人の教員と臨床心理学専攻の大学院生13名であった。その後、全員でのミーティングを7、8、9月に全4回行った。その他に、役割ごとにワーキンググループを作り、それぞれが打ち合わせを重ねた。この話し合いの中でいくつか重要な問題が明らかになった。

EGは通常、自然豊かないわゆる“文化的孤島”で2泊3日、3泊4日などの合宿で行われる。しかしながら本学は宿泊予算がないため、学内施設を用いて通いで行うことになった。そ

のため、通常の授業時間枠を離れて行うことや大学の施設を使うことに伴う様々な許可をとる必要があった。

以下にこの企画を行う際のワーキンググループについて記す。

(a). プログラム作成グループ

プログラム案を各セッション担当者と確認しながら作成した。それを元にポスターを作り、掲示板や学内に貼り出した。この時点で38名の応募があった。参加者名簿を作成後、ランダムに小グループに分け、一覧表を作成した。ファシリテーターとして参加する院生の振り分けもこの時点で行った。それぞれのグループに2、3名を割り当てた。

(b). 参加希望者へのプログラム送付・出欠確認・連絡グループ

参加者にプログラム案と返信はがきを送付し、最終出欠を参加者名簿により確認した。これは「強制的に参加させられる」のではなく、本人の意思を確認するための作業である。返事がない場合は学部の事務を通じて確認した。最終出欠確認終了時点では4名から欠席の返事があり、34名になった。また参加者の不安を軽減するために返信はがきに質問を記入する欄を設けた。それに対し、幾つかの質問が来たが、EG当日のオリエンテーションの時に教員が直接返答した。準備段階は夏休みを挟んだため、最終プログラムは学部生の集中講義中に事務から手渡し、欠席者には郵送した。スタッフの都合等で打ち合わせが十分に出来ない場合、この係が間に入って電話連絡等で作業進行状況を報告した。

(c). 物品の購入準備グループ

各セッション担当者と打ち合わせ、購入品のリストを作成し、それらを購入した。会計全般を受け持ち、領収書を集め、金銭の窓口を一つに絞った。

(d). ビデオ撮影グループ

各セッションのビデオを撮影するため、ビデオカメラを部屋に二台設置した。撮影前に学生に撮影許可を得た。各セッション毎に2名ずつがビデオカメラの責任者となり、撮影ならびに

テープの管理等を行った。また、セッション1と4については別に学内のCS（衛星放送）職員にも撮影を依頼した。

(e). 会場担当グループ

まず、この企画に適した会場を探すことが仕事であった。参加者の人数とプログラムの内容から考えて、机や椅子がなく、或る程度の広さをもった開放的なスペースを探した。その結果、本学のコミュニティーセンター3階がカーペット敷きでプログラムに適した場所であると判断し、利用許可書を学部事務に提出した。使用物品としてマイク3本とそのスタンド、ホワイトボードを1つ借りた。部屋の清掃は学校側に依頼した。新たに必要な物品が出てきたら使用許可を依頼する役割も持った。

(f). リサーチグループ

「参加者カード」「セッションアンケート」の作成と「効果尺度」の準備をした。これらをセッション担当者に見せ、足りないところを指摘してもらった後で印刷し、当日はその配布と管理を担当した。「参加者カード」と「効果尺度」はEGプログラムの前後で参加者に記入してもらい、「セッションアンケート」は各セッション終了毎に記入してもらった。

(g). 懇親会グループ

セッション7の準備を行った。参加者全員でゆっくりと食べながら話をするという予定をたてた。しかしながら、学生からそれ以外の希望が当日、出た時にはそれも出来る限り尊重すべく、臨機応変な体制で準備した。また、プログラムが夜間に及ぶため、安全面や責任上、学部生には終電車や、それぞれの都合に合わせて帰宅してもらうことを伝えた。

参加費（学部生にはオリエンテーションで伝える。）は学部生・院生が各1,000円、教員が各3,000円であった。総予算見積もりは56,000円程度である。そのうち、飲み物の予算は27,000円で、担当は1名（買い出し同行：1名）であった。つまみとして乾物を用意し、予算は3,000～4,000円程度で、1名が担当した。食べ物の予算は15,000円で教員および院生4名が担当した。業務用の皿やコップなどを購入

し、予算は5,000円で、担当は院生1名であった。懇親会会場のセッティング担当は会場担当グループ4名であった。残りの作業や補佐担当として4名があたった。

2-2 EGプログラムの概要

図1は今回のEGのスケジュールである。プログラムの概略は以下に述べる。セッション2から小グループ活動に入るが、当日、参加予定の何名かが欠席したので、急遽、当初のグループ分けを見直し、6グループから5グループに変更した。1グループは6名程度で、そこに院生が2、3名ずつファシリテーターとして参加した。

セッション1「こころとからだ」：大学院生担当

まずEG参加の安全感を高めることを目的として、個人の「ボディ・ワーク」によるリラクゼーションを行った。次に2人1組で「竹内ワーク」を行った。

セッション2「自己描写と印象フィードバック」：教員担当

セッション3「私の夢」：教員担当

予め決めてあったグループに分かれるよう、この時点で初めて参加者に伝えた。先ず休憩時に参加者から要望のあった催眠を教員が行った。次に自分自身を形容する言葉を3つ探し、用紙に書き込んだ。次にその用紙の裏にその3つの言葉をつなぎ合わせて「だから自分は～な人間です。～になりました」など自己描写の文章を作った。それをグループの中で発表させた。全員が終わったら、それぞれがグループ内の他のメンバーに「自分がもし神様だったらあなたに～のような人生をプレゼントします」という文章を書いて渡した。

セッション4「集合」：教員担当

グループ毎に参加者が自分の夢を語った。始める前に教員から、夢が実現するかしないかは関係ないこと、人の夢を批判しないで大切に聞くこと、いくつ話してもいいこと、などの説明があった。院生によるデモンストレーションの後、学部生が語った。

	一日目	二日目	三日目
8:30		集合	集合
9:00		セッション4 インナーイメージ ドローイング	セッション8 心の花束
10:30	集合		
11:00	オリエンテーション アンケート		振り返り アンケート
12:00	昼食	昼食	
13:00	セッション1 こころとからだ	セッション5 グループタイム	解散
15:00	セッション2 自己描写と印象 フィードバック	セッション6 お任せセッションの 話し合い	
17:30	夕食		
18:30	セッション3 私の夢	セッション7 お任せセッション	
21:00	スタッフミーティング	スタッフミーティング	

図1 EGプログラムとスケジュール

セッション4「インナー・イメージ・ドローイング」：大学院生担当

まず練習として「暖かいと冷たい」「明るい」と「暗い」を絵で表現した。次に今の自分の気持ちを絵を通して表現した。その際に絵に上手下手はないという考えを大事にすべきことが大学院生から強調された。その後、グループでシェアリングを行った。

セッション5「グループタイム」：大学院生担当

このセッションで何をするかはグループごとに相談した。枠をほとんど設定しないことで参加者がグループの中で自然に振る舞える場を提供することが目的であった。

セッション6「お任せセッションの準備」：教員担当

各グループから選出された2名が集まり、次のセッションをどのようにするか話し合った。次に各グループの要望や意見をまとめ、再び代表者が集まって話し合った。その結果、肝試し大会とゲームを行うことが決まり、肝試し大会に必要な物品を係が購入に行った。

セッション7「お任せセッション、パーティー」：教員担当

食べ物や飲み物を並べ、立食パーティーという形を取った。個人個人の話が盛り上がっていたため、結局ゲームは暗黙の内に中止になったが、肝試し大会は行われた。

セッション8「こころの花束」：教員担当

それぞれのグループの全メンバーと自分に対して、現在自分が感じているその人のいいところをメッセージとして手紙に書いて送った。グループメンバーからのメッセージが集まったら、隣の人と交換し、隣の人がそれを一枚一枚丁寧に読み上げ、感想を話し合った。

3. 結果と考察

3.1 参加者カードの分析

3.1.1 学生データの分析

今回の参加者予定者は34名であったが、実際に参加当日に現れたのは30名であった。このうち1名は初日に風邪のため帰宅し、実際の

参加者は29名（男性15名、女性14名）、年齢は18歳から23歳まで平均18.8（SD=1.2）歳であった。

今回は参加者カードに記入されている「参加前の気分、感じ（期待、不安などを含む）」と「参加後の気分、感じ、感想」における文章、プログラム前後の7件法による「期待度」と「満足度」、およびセッション毎にとられた「セッションアンケート」の分析を行った。

まず、参加前の期待度の平均値は4.8（SD=1.3）で、期待しているとも期待していないともいえない値である4に近かった。ところが、参加後の満足度の平均値は6.8（SD=0.8）で非常に満足している7に極めて近い値になった。また、ばらつきを表す標準偏差の値が非常に小さく、皆が同じように満足したという結果になった。

この結果は実際に書かれた文章からも支持される。参加前の気分に関するアンケートを分析してみると、「不安、怖い、緊張、心配、無気力、眠い」といったネガティブな表現が含まれているものが58.6%あり、平均1.2語が含まれていた。その一方、「楽しみ、わくわく、期待、安心」といったポジティブな表現を含むものが72.4%あり、平均1.2語が含まれていた。これは「何をするか分からず不安である。その一方で楽しみでもある」というように期待と不安が入り交じっている状態で、期待度の結果を支持している。

参加後については参加前に無気力だと記入した1名が「まだ無気力はのこっているが……」という表現で、参加前からのネガティブな気持ちを表明しているが、同時に「……とりわけ後半が楽しかった、3日間というのが非常に短いものだ」というようにポジティブな気持ちも表出している。これ以外はネガティブな表現はみられず、96.6%が平均2.3箇所「楽しい、うれしい、面白かった、良かった、いい気分、感動した、充実していた、満足した、すばらしい、幸せだ」といったポジティブな言葉を用いていた。

特筆すべき結果はプログラム前後で文章量が

大きく変化したことである。プログラム参加前では平均文字総数が 51.5 (SD=40.3) 語であったのが、プログラム参加後には 130.0 (SD=80.0) 語に変化した。この結果はポジティブな気分の高揚とともに、自分の気持ちを表出することにためらいが少なくなったことを示していると考えられる。

ここで実例を取り上げ、少し詳しく検討する。参加前に比べ参加後に最も文字総数が増加しているのは或る 19 歳の女性で、52 語から 384 語に増えている。それによると、“初め、「あーなんかイヤだなあ」と思い、楽しみにしてなかったのに、今、本当にこの講義を受けてよかったと心から思う。こんなに楽しいと思った授業は初めて。学校に来るのが全然イヤじゃなかった。同じグループの人とも仲良くなれて、いろいろな発見があった。みんないい人だった。いろいろな人からパワーをもらえた。本当によかった。” というように変化している。

参加前は実際はネガティブな気持ちであったことを暴露し、その後にはプログラムの楽しさに言及している。EG プログラムの治療的・教育的効果はこのような記述に如実に表される。学生が普段の授業では本心を出さないのはある程度適応的な社会生活を行っていく上で必要な自我防衛である。しかし、EG プログラムを施行した後はこのような自我防衛が少し緩まってくると同時に、内面の生き生きとした気持ちの流れをはっきりと掴むことができるようになる。これが自己理解につながってゆくと考えられる。また、そうして理解した部分をお互いに表出できるようになるため、他者の理解も進むのである。

上述したようにプログラム参加後の学部生全員の文章には様々な思いや感想が幾重にも折り重なって詰め込まれている。これを詳しく分析するために、句点またはひとまとまりの意味を持つと考えられる読点で文章を区切り、バラバラにしてどのような内容がかかっているか分析した。その結果、133 のパーツに分けることが出来た。これらを KJ 法によってまとめると、

以下のように 8 種類に分けることが出来た。

①始まりの不安：「最初はすごく不安だった」という記述が 7 カ所に見られた。②院生との出会い：「大学院生と交流があり、よかった」という院生に言及する記述が 7 カ所に見られた。③メンバーとの出会い：「グループのメンバーと分かり合えた感じ」といったメンバーに言及する記述が 19 カ所に見られた。④自分との出会い：「新しい自分や再確認した自分」といった自分に言及する記述が 20 カ所に見られた。⑤心理学との出会い：「この講義は授業と言うより人を学ぶものだったように思える」などの授業に言及する記述が 11 カ所に見られた。⑥感謝：「参加して良かった」「また参加したい」「ありがとうございました」「楽しかった」といった感謝や喜びの表現が 51 カ所で見られた。⑦今後の問題点：「3 日間が非常に短い」「朝早くてつらい」「休み時間などが短い」といった今後の問題点に関する記述が 7 カ所で見られた。⑧その他：「人間は人間にしかわからない」「そうやって生きることが出来れば私が死んだときすばらしく死ぬと考える」といった上記のいずれにも属さない抽象的な表現が 11 カ所で見られた。これらはほぼ 1、2 人の記述で、全体的に見られるものではない。

EG の最大の特色である「基本的出会い」であるが、このプログラムでは他者や心理学と出会うだけでなく、自分とも出会うことを参加者に明確に意識化させている。おそらく、通常の授業で「基本的出会い」を説明しても知識としてだけに留まり、こうした形で実感として根付くことはなかったであろうと思われる。また、このような出会いを通じて自発的に感謝の念が表出されている。この教育的効果は計り知れないものがあると考えられる。

3.1.2 大学院生データの分析

次に、プログラムに参加した臨床心理学専攻の院生のデータを分析する。平均年齢は 28 (SD =7.4) 歳の 12 名 (男性 2 名、女性 10 名) であった。参加前の平均期待度は 4.6 (SD =0.8) であり、学部生と余り変わらず、期待

しているとも期待していないとも言えない値である。参加後の平均満足度は6.2 (SD=0.7) で、学部生ほどではないが満足したという値である。

アンケートの文章では「心配、難しそう、不安、調子よくない、けだるい」といったネガティブな表出をしたものが75%で平均2語の言葉を用いていた。一方、「期待、楽しみ、安心感、わくわく、何とかやれる」といったポジティブな表現を用いたものが50%で平均1.7語を用いていた。この割合は学部生とちょうど逆である。これは「ハードな3日間になりそうで、煩わしく感じる部分もある」という、積極的にファシリテーターの役割を担わなくてはならないという緊張が強いためと考えられる。

参加後の文章では33%が「少し疲れた、きつかった、反省、乗れない自分」といったネガティブな表現を平均1.3語使っている。逆に「和やかな、うれしかった、自分を支える力をもらった、楽しい、良かった、自然な感じ、安心、魅力的、脳テンションが高い、達成感、名残惜しい、暖かい、元気の素、居心地のいい」といった多様な表現を全員が平均2.4語用いている。この結果は学部生と同様にポジティブな気持ちは強く感じてはいるが、「(学部生が) 部屋を出ていく回数が全体的に減った」、「何事もなくおわってよかった」、「イメージしていた理想のグループとはひと味違ったグループになった」というようにファシリテーターとして疲れたり反省したりする部分が多かったと感じているためであろう。

文字総数はプログラム前後で平均61 (SD=35.5) 語から平均133.4 (SD=50.3) 語に増えている。この点ではファシリテーターとして参加した大学院生にもEGは学部生と同様に防衛的な態度を和らげ、その時々感じを表出しやすくするという同様な効果をもたらしていることが明らかである。また、自分の中にネガティブ、ポジティブ両方の気持ちがあることを的確に把握し、表出しつつ、それぞれのグループに対する達成度や反省点を冷静に分析する余地もあった。この自分を見つめる能力は面接場

面での「漂う注意」に通じるもので、臨床家として学ぶべきものである。このように、知識のみにとどまらず、生き生きとした臨床心理学の体験的教育を行うにはこのような場が不可欠である。

3.2 セッションアンケートの分析

楽しいなどの主観的感情とそれに関係するセッション内容に言及したものが多かった。また、「大学院生と話が出来て良かった」、「臨床心理学の講義があるのかと思っていたが、意外だった」というようなプログラムの枠組みにふれたものも見られた。これらをさらに詳しく検討するためにセッションごとにKJ法を行った。無記名アンケートであるので、大学院生と学部生のアンケートを一緒に分析した。

3.2.1 第1セッション

回答総数は43、平均文字数は49.2 (SD=35) 語であった。心理的感情のみに言及しているものが8あり、「楽しかった」などポジティブなもの9.1%、「物足りない」などネガティブなもの9.1%であった。身体感覚への言及が32あり、「リラックスした、気持ちよかった」とポジティブなもの54.5%、「力が抜けない、難しい」等ネガティブなものが18.2%であった。また、周りを気にしたものや抽象的な一般論など、その他が4あった。

初回でボディワークが主だったので身体感覚に言及したものが多し。意外なことに感想を一言で済ませず、「院生と話せてよかった」、「誰かに教えたい」といったセッション以外の話を付け加えたり、ボディワークに対する抽象的・具体的感想を加えたりしている。

3.2.2 第2セッション

回答総数は41、平均文字数は46.4 (SD=23.1) 語であった。主に心理的感情のみへの言及が12あり、「疲れた、緊張している、楽しかった」等ネガティブなものが9.8%、「楽しかった」等ポジティブなものが12.2%、「緊張と楽しさと」というアンビバレントなものが

7.3%であった。主にセッションの具体的内容への言及が25あり、「他人が自分をどうみているか」が29.3%、「他人を見ることが難しい」が9.8%、「初対面の人で緊張する、楽しかった」などが22.0%であった。また、「問題が難しく大変、自己紹介は苦手」等セッションの抽象的内容への言及が3あった。その他は1で、周りを気にするものであった。

このセッションでは初めてグループに分かれ、他者を身近に感じ、どう見られているか緊張する反面、自分に関する何らかの反応が返ってくることで意外な楽しさを感じている。

3.2.3 第3セッション

回答総数は43、平均文字数は58.6 (SD=31.9) 語であった。心理的感情のみに言及しているものは6あり、「楽しい、疲れたが面白かった、未熟さに気づいた」などであった。セッション内容にも言及したものが36あり、「みんなの夢を聞いて驚いた、意外だった」というものが39.5%、「自分の夢や話をするのは難しい、苦手、照れくさい」というのが18.6%、「人それぞれで色々」といった客観的表現が25.6%であった。その他は1つであった。

抽象的表現が少なくなり、セッション内容に基づいた自分の気持ちの表現が多い。一方で、あまりセッションに巻き込まれないように距離をとった客観的表現も見られた。

3.2.4 第4セッション

回答総数は40、平均文字数は47.4 (SD=30.4) 語であった。「おもしろかった」など心理的感情のみに言及したものは1つであった。「人生を考えさせられた」等その他は3あった。それ以外はどれもセッション内容にふれており、36あった。描画を「難しい」が15%、「楽しい」が25%、「難しかったが、楽しかった」というものが25%であった。また、セッション内容に触れてはいるが、具体的な気持ちを表現したものでなく、「みんないろいろある」、「その人なりの感受がある」といった客観的なものが12.5%、「自分を見つめる時間を

もっと作りたい」といった抽象的、主観的な表現のものが12.5%みられた。

描画体験のもつ独自性とその感情体験がつながったためか、描画やその後のシェアリングについての楽しさ難しさについての記述が多い。「みんないろいろだ」といった客観的な表現や非常に主観的・抽象的表現は内的体験と距離をとろうとしたことの現れであろう。

3.2.5 第5セッション

回答総数は40、平均文字数は33.2 (SD=24.6) 語であった。主に心理的感情のみに言及しているものが27あり、「楽しんだ」が27.5%、「のんびりした、ゆっくりした」が27.5%、「食べたものがおいしかった」が12.5%であった。主にセッション内容にも言及しているものが10あり、そのすべてが「行った場所について」説明している。その他は2あり、「こんなもありさ」といった他人事のような記述であった。

セッションをどう過ごすかは各班で決定したので海に行ったり、大学院を見学したりした。そのため、自分の気持ちを特定の体験と結びつけて説明することが難しく、「楽しい」といった一言での記述となり、文字総数が他のセッションに比べて減少したと考えられる。

3.2.6 第7セッション

回答総数は40、平均文字数は65.9 (SD=31) 語であった。「楽しい」など単に心理的感情のみにとどまらず、なぜそう感じるのかセッション内容に触れたものが大半だった。そのため、他のセッションに比べて平均文字数が1.5倍近く増えているようである。これらは36あり、「自分のことを言われるのは恥ずかしく、照れくさかった」というものが37.5%、「うれしかった、楽しかった、充実していた、感動した」が45%、「きつかった、むつかしい、自分は最低だ」が7.5%であった。「みんないい人だ」などのその他は4であった。

4. 総合的考察

結果から、EGが大学生の対人関係促進を支援する上で有効な方法であることが明らかになった。ここでは本学においてEGを行う意義と問題点について考察する。

本年度は本学部の初年度で入学者数が定員の半数以下であったため、学生の問題に対し、教職員によるある程度きめ細かい対応も可能であった。しかし今後は、新入生が増加し、在学者数も数倍に達することが予想される。当然、情緒的問題を抱える学生数も増加する。しかも授業に加えて卒業論文の指導など様々な教職員の業務量も現時点の数倍に達する。このような状況ではもはや教職員による細かな指導はほとんど望めないであろう。そのため、現在のような教職員個人だけではなく、学生相談室や嘱託医の確保を含め、大学全体で対処可能な体制を作る必要がある。

学生相談室や専門家と並んで重要なことは、学生が情緒的に不安定であってもそれが癒される人的・物理的環境である。それは換言すると学生同士がお互いを支え合う環境とも言えよう。今回の結果はEGがその実行可能な方法の1つとなり得ることを示している。

今回、ファシリテーターとして大学院生を参加させた。その結果、院生と学部生の間「基本的出会い」があったことはデータが示している。EGを通じて信頼感が芽生え、その後、実際に研究室に学部生が訪ねていったケースも見られた。このことは普段は接触のない未知の先輩とのつながりを作る可能性を予感させる。今後は、学部の上級生もファシリテーターとして参加することが望ましい。学生間で支えあう環境作りになる一方、臨床経験をもてない臨床心理学専攻の学部生にとって優れた体験学習の場となる。

また、今回のEGが単なるゼミや講義を超えた、人と人との出会いの感動を与えていることが参加後の感想の多くから見い出される。これは、対象に触れ、没入し、そこで感じるという臨床心理学教育にとって基本的な体験がEGに

よって感動をもって提供され得ることを確認する結果であると言えよう。

このような多くのメリットや教育効果の考えられるEGであるので、更により実践的で意義あるものにしていく努力が必要であろう。その1つの方法として、現実には様々な社会問題のために臨床心理学的援助の必要が生じている身近な学外、つまり地元の人々が参加するEG体験が望ましい。このようなEGは臨床心理学の教育として優れているばかりでなく、地域社会に貢献する大学としての信頼を地域に根づかせ、それが更に学部教育の質を高めるという好循環を生み出すであろう。そうした教育を授業の中で体系的に実現していくには、場の確保や現行の授業単位認定のシステムなど様々な問題がある。これらの解決には学部・大学当局の積極的協力が不可欠であり、それが無いことには臨床心理学教育の充実、発展は望めない。

引用文献

- 岩村聡 (1999) 安全なエンカウンター・グループへのオーガナイゼーション：宮浜の回と私たちの歩み『広島大学総合科学部学生相談室「学生相談室活動報告書」』23: 42-58
- 鳴澤實 (1986) 『学生・生徒相談入門』川島書店
- 村山正治 (1992) 『カウンセリングと教育』ナカニシヤ出版
- 中田行重 (1999) 研修型エンカウンター・グループにおけるファシリテーション：逸楽行動への対応を中心として『人間性心理学研究』17 (1): 30-44
- 野島一彦 (1996) わが国の「集中的グループ経験」と「集団精神療法」に関する文献リスト (1995) 『福岡大学人文論叢』27 (4): 2049-2074
- 野島一彦・坂中正義 (1997) わが国の「集中的グループ経験」と「集団精神療法」に関する文献リスト (1996) 『九州大学心理臨床研究』16: 81-99
- 野島一彦・坂中正義 (1998) わが国の「集中的グループ経験」と「集団精神療法」に関する文献リスト (1997) 『九州大学心理臨床研究』17: 99-112
- 野島一彦・坂中正義 (1999) わが国の「集中的グループ経験」と「集団精神療法」に関する文献リスト (1998) 『九州大学心理臨床研究』18: 135-150
- 野島一彦・坂中正義 (2000) わが国の「集中的グループ経験」と「集団精神療法」に関する文献リスト (1999) 『九州大学心理臨床研究』19: 103-120

Abstract

Encounter Group: Method for Experiential Education of Clinical Psychology and Facilitation of Interpersonal Relationship of College Students

MURAYAMA Shoji

Division of Clinical Psychology, Faculty of Integrated Cultures and Humanities, University of East Asia
E-mail: Shmuray@attglobal.net

SHIMOKAWA Akio

Division of Clinical Psychology, Faculty of Integrated Cultures and Humanities, University of East Asia
(coming after 2001 academic year)
E-mail: akios@po.cc.toua-u.ac.jp

NAKATA Yukishige

Division of Clinical Psychology, Faculty of Integrated Cultures and Humanities, University of East Asia
E-mail: nakata@po.cc.toua-u.ac.jp

KAMADA Michihiko

Division of Clinical Psychology, Graduate School of Integrated Science and Art, University of East Asia
E-mail: 00cp009@mail.cc.toua-u.ac.jp

TANAKA Tomoko

Division of Clinical Psychology, Graduate School of Integrated Science and Art, University of East Asia
E-mail: 99cp005@mail.cc.toua-u.ac.jp

Basic encounter group is frequently offered in college student counseling setting in Japan. Structured encounter group was held in the campus of University of East Asia for the purpose of preventing psychological problems by facilitating interpersonal relationship of college students and clinical psychology education on the undergraduate level. The article is a pilot study designed to discuss in what way encounter group can contribute to such purposes. Firstly, the group process is illustrated. Secondly, pre-post inquiries of participants are analyzed to find the potential of encounter group for prevention of emotional problems and facilitation of relationship of students. Thirdly, pre-post inquiries of graduate students who participated as facilitators or organizers are analyzed to see how encounter group can be offered as important educational method of clinical psychology. Session by session analysis is also made to clarify the effect of each session. Results show that encounter group is quite effective for the two purposes above mentioned. It is discussed that campus encounter group has a great potential and that the administrative of the university needs to provide support for such a group to be organized and practiced.