

平成 24 年度 修士論文

初心者ファシリテーターの否定的感情を巡る一考察
—エンカウンター・グループの体験を通して—

弘前大学大学院教育学研究科
学校教育専攻学校教育専修心理学分野

07GP112 中新井美歩

目次

第 1 章	問題と目的	1
第 1 節	はじめに—治療者の感情に関する先行研究—	1
第 2 節	エンカウンター・グループでのファシリテーター体験について	2
第 3 節	本研究の目的	4
第 2 章	Fc 頻回体験者である心理臨床家の事例	6
第 1 節	頻回体験した心理臨床家における否定的感情体験の事例研究	6
第 2 節	Fc 頻回体験者の否定的感情体験について	13
第 3 章	初心者 Fc である大学院生に対する面接調査	15
第 1 節	対象と方法	15
第 2 節	大学院生 1 年生 Fc の否定的感情体験の事例研究	18
	A のエピソード①②③	18
	B のエピソード①②	21
	C のエピソード①②③	24
	D のエピソード①	26
	大学院生 1 年生 Fc の否定的感情体験について	27
第 3 節	大学院生 2 年生 Fc の否定的感情体験の事例研究	30
	E のエピソード①②	30
	F のエピソード①②	32
	G のエピソード①②③	35
	大学院生 2 年生 Fc の否定的感情体験について	38
第 4 章	筆者の否定的感情体験の自己分析	40
第 1 節	方法	40
第 2 節	M1 時の体験①②③④	40
	M1 時の否定的感情体験について	45
第 3 節	M2 時の体験①②	46
	M2 時の否定的感情体験について	49
第 5 章	総合考察	51
文献		58

第1章 問題と目的

第1節 はじめに—治療者の感情に関する先行研究—

心理療法において、相談者は治療者とのやりとりを通して様々な反応が起こり、自分の内的世界を見つめていくが、治療者も相談者との交流によって様々な反応が起こり、それらは相互作用となって治療関係の中で展開されていく。治療者の内的な反応について、河合(1970)は、「われわれの耳はクライアントのみならず、カウンセラーの内面に対しても開かれて」いるべきだと述べている。これは広瀬(1966)の「カウンセラーが自分自身の動きを一步離れてみる」ことが必要であるという指摘と重なる。ただ、広瀬は「一步離れてみることを、「すなわち『一体自分は今、何をしているのか、何をしようとしているのか』ということ」と述べており、これは、河合の言う内面を目的に限定する議論のように思われるが、目的観や役割も内面であることを指摘したと言える。治療者の内面には、体験することで生じる様々な感情も挙げられると考えられる。

相談者との二者関係の中で喚起される治療者の感情は、精神分析では「逆転移」と呼ばれ、これまで治療を阻害するものとされてきたが、その治療的意義が見直されている。

(1)治療者の陰性感情の克服および活用について

遠藤(1997,1998)は、治療者の陰性感情に着目し、治療の障害となった事例と活用された事例の比較から陰性感情の克服および活用に関する要因を挙げている。それは「治療開始時にすでに固定しているもの(周辺要因)」の「①来談者の病態水準と治療に対する動機づけ」、「②治療者の知識・経験」、「③治療者と来談者との性別・年齢の組み合わせ」、「④治療者を取り巻く環境」の4項目、そしてそれら周辺要因の影響を受けて「治療が経過するなかで浮かび上がってくるもの(中核要因)」として「①役割意識」、「②手応え感(援助意欲促進因子)」、「③期待の現実性」、「④援助動機」の4項目である。さらに治療者の言語的応答を「A.場面構成、B.意見・判断、C.直面化、D.支持・是認、E.感情の受容、F.感情・欲求の明確化、G.自己開示、H.解釈、I.治療・治療者の印象を問う、J.否定・拒否、K.困惑・弁明、L.分類不可」の12に分類し、それらを「父性性」、「母性性」、「来談者の内界の探索」、「治療者の内界の開示」(L.分類不可は除外)のカテゴリーに分けている。そしてそれらの要素を組み合わせることによって治療者の陰性感情が治療に活用され治療の展開を促進し、単一要素への偏ることが治療の障害となることを示唆した。

また、山本・花屋(2009)は、治療者の陽性感情がどのように治療に利用されていくのかについて治療者の発達的变化に着目し、初心者が自身の感情を治療に活用できるようになるまでの過程について述べている。その中で、陽性感情の活用に関与する要因として「役割意識」、「治療者の注意の方向」、「陽性感情の認識の程度」の3つを挙げ、それらが臨床経験を積むことによって「治療道具」として機能していくというモデルを提示した。

(2)認知行動療法の立場から

「逆転移」の観点から治療者の感情を扱った研究の他に、坂野(1998)は認知行動療法の立場から、「治療の際に見られる感情の問題を理解する視点」として「協力的経験主義」を挙げている。

「協力的経験主義」とは、坂野によると「治療者と患者はいわば一つのチームを作って協力しながら問題解決に取り組み、(中略)『今、ここで』の問題に焦点を当て、患者の抱えている問題を解決するための仮説を立て、それを現実の生活の中で経験的に検証していこうとする」ことである。その発想に立つと、「治療の場で生じる感情の問題も、治療の中で取り扱われるべき問題」であり、その問題を論じる時は、「治療者が示す感情が、患者にどのような影響を及ぼしているかという機能を論じることによって、治療者の示す感情を治療の資源として活用していくことができる」と述べた上で、治療者が臨床場面で表す感情の機能として、「①自己開示は心理的な安定をもたらす。」「②患者と治療者が相互に適切に感情を開示することによって、治療上必要な協力的な関係が出来上がる。」「③治療者の感情の表現は、患者のコミュニケーションスキル改善の良い学習材料となる。」「④治療者の感情体験を、患者の問題解決の資源として活用する。」の4点を挙げている。

坂野は、「感情の問題を『転移』や『逆転移』として理解することは、治療の妨害こそすれ、決して治療を促進するものではない」と述べており、治療者の感情の活用について逆転移の観点から論じた遠藤の研究とは相容れないように思えるが、どちらも“治療者の感情を治療者が意識的に扱う”プロセスを重視することは共通している。また、山本・花屋(2009)が治療者の感情が治療道具として機能するための要因の一つとして「治療者の感情の認識の程度」を挙げているが、治療者の自らの感情への認識の度合いが臨床経験によって強まるにつれ、また、その由来を自身の内に探る努力をするようになるにつれて治療道具として機能していくことを示していることから、その依って立つ理論に関わらず、治療者が自らの感情体験に目を向け、より意識的になることが必要だと言える。

第2節 エンカウンター・グループでのファシリテーター体験について

治療者の感情体験に目を向ける必要性は先に述べた通りだが、治療者が相談者との関係の中で生じる感情は様々である。自分の中で湧き起ってきた感情に対して受け入れることが出来る時もあれば難しい時もあり、その扱い方についてもその在り様は様々であろう。その背景には、とにかく相談者の発言や反応を一言一句逃すまいとしてそのやりとりに終始してしまうことや、「治療者はこうあるべきだ」という一種の義務感・理想像にとらわれてしまうこと、あるいは相談者と対峙することへの恐れや戸惑いから防衛的になってしまうことなど様々な要因が考えられるが、このような感情体験は、エンカウンター・グループでのファシリテーター体験と類似していると思われる。

エンカウンター・グループ(以下 EG) について、豊嶋(1993)は、「ロジャーズによるカウンセラー養成のためのワークショップから発展させ、『集中的グループ体験』(多くは合宿形式で行われる)によって相互関係を深め、人格成熟を促進する方法として定式化したものである」という論を紹介している。

EG では、一人の参加者でありつつも他の参加者の『今ここで』の感情や思考の傾聴・受容・共感・明確化に努めていく「ファシリテーター(以下 Fc)」を含む数人～十数人の小集団がフリーディスカッション

ョンの形をとるセッションをしながらグループとして進行していく。「ファシリテーター」とは促進者の意味であり、グループの意思・行動決定権をもつという、いわゆる“リーダー”ではない。Fcの機能・役割について安部(1982)は、「個人療法、集団療法におけるセラピストと、全くちがった行動をしているわけではない」とした上で、個人療法、集団療法と共通のFc行動について述べている。それによると、EGは『自己の成長』を目的としているため、当然ながら「個人の成長の援助の方法として、…個人を援助する臨床技法は大いに有用」であるとし、「ロジャーズが明確にした心理治療に必要な、共感的理解、一致、無条件の積極的関心といった治療者の3条件がファシリテーターに基本的に必要な態度であることは、明確である」としている。そもそもEGは、「ロジャーズによるカウンセラー養成のためのワークショップから発展したものである」ので当然と言えるのだが、これらのFcの役割をまとめ、「①傾聴」、「②発言の機会の確保」、「③個人およびグループへのフィードバック」の3点に大別した安部(1988)の解説を以下にまとめておく。

まず「①傾聴」について、EGでは「発言しているメンバー以外のメンバーが、必ずしも発言を受け入れてくれるとは限らない」ため、「ファシリテーターだけは確実にメンバーの発言に耳を傾ける態度が要請される」。安部は「この点においてファシリテーターの態度は、個人カウンセリングで「共感的理解」(Empathic Understanding)、「無条件の肯定的関心」(Unconditional Positive Regard)、「純粋さ(一致)」(Congruence)などと呼ばれるカウンセラーの態度と共通している」と述べている。この3点は河合(1970)が「クライアントに対する基本的な態度について非常にうまく述べたのがロジャーズ」として挙げている項目と同様であるが、前述の通りそもそもEGはロジャーズによって提唱されたので当然のことと言える。

次に「②発言の機会の確保」について、EGにおいてグループ場面が得意ではないメンバーが参加していることが多いため、「発言しやすい雰囲気形成するだけでなく…『発言しなくてもいることが出来る』ことにも配慮することが大切である」と述べている。個人面接などの治療関係では“グループ”としての力動はあまり見られないかもしれないが、“より安全に発言出来る場”を構成することによって心理的に安全な雰囲気を作ることを目的としているという点では、治療場面でも同様であると考えられる。

そして、「③個人及びグループへのフィードバック」について、「ファシリテーターがその場で感じていることをオープンにしていくことで、ファシリテーターとメンバーあるいはグループの間に…気持ちの一致あるいは不一致が存在するかが明確となる」としている。これについて、安部は、「個人カウンセリングでは、カウンセラーが自己の気持ちを表明することは少ない」と述べているものの、遠藤は「自己開示」、すなわち「治療者の内界の開示」をすることが治療を促進する要素の一つであると示唆しており、坂野は「治療者自身の感情の表現も、治療の場において治療者の心理的安定に貢献している」と述べている。また、この「自己開示」によって「ファシリテーターの…体験過程とグループの体験過程…を『一致』させようとするプロセスに出会い(エンカウンター)が生まれる」という安部(1988)の論は、Fcとメンバー、もしくはメンバー同士の相互理解(と、それによる発見)を意味していると考えられ、坂野(1998)の「患者と治療者が相互に適切に感情を開示することによって…患者と治療者の相互理解に資するものであり、好ましい治療関係の形成に良い影響を及ぼす」という論と重なる。よって、治療者同様Fcにとっても自身の感情体験に目を向けることが必要であることは明白であろう。

ところで、Fcは先に述べたようにグループの意思・行動決定権を持たない。そのため、「EGの初期段階では、沈黙や場つなぎ的発言が散発するセッションが続くが、このとき参加者の内面では、EG場面や自分のあり方・他者とのかかわり方などについて当惑・模索・試行錯誤が体験(豊嶋,1993)」される

とする。その体験から EG 場面や他の参加者、Fc に対する拒否・反発・不信感などが生じるが、こうした感情の表明も含む自己開示を契機にして、次第に参加者間の出会い(エンカウンター)が行われ、最終的には深い相互関係と自己直面、強い連帯感と帰還すべき日常生活に対する強い意欲などが経験されることで、日常生活に帰ってからも EG 集団が自我中核的準拠集団になり続けていくことも多いと豊嶋は述べている。これは、グループとしての動きについて述べたものであり、野島(2000)は、グループの動きを「グループ・プロセス」として、その発展段階を大きく 3 つにまとめている(表 1)。しかし、必ずしも「導入段階」から「終結段階」へと一方向的に流れていく訳ではなく、それぞれの段階を行きつ戻りつしながら、あるいは最終的な段階には到達しない場合もある。

表 1-1 グループ・プロセスの発展段階(野島 2000 から抜粋)

時期	発展段階仮説
導入段階	段階Ⅰ：当惑・模索 段階Ⅱ：グループの目的・同一性の模索 段階Ⅲ：否定的感情の表明
展開段階	段階Ⅳ：相互信頼の発展 段階Ⅴ：親密度の確立 段階Ⅵ：深い相互関係と自己直面 段階Ⅵ以降
終結段階	最終段階 ㉑ 段階Ⅳ以上に展開したグループ ㉒ 段階Ⅳまで展開しなかったグループ

その際の“鍵”となるのは、「導入段階」であり、野島は「ここでつまづくと、最後までグループはモタモタし、展開段階に入れぬままにおわることにもなりかねない。…ある意味ではこの段階が一番難しい」としている。小柳(1981)は、「グループがメンバーにとって魅力あるものとなり、参加度が高まり、グループにエネルギーがたまってゆく」きっかけになるのが否定的感情の表明であると述べており、そのことから否定的感情の扱いは EG のグループ過程を見ていく上で特に丁寧に扱われるべきポイントだと思われる。

そして、この<否定的感情の表明>と“受けとめ”は、グループの動きや個々のメンバーにとって重要であるだけでなく、Fc にとってもそうではないだろうか。それは、Fc は、同時にメンバーであるから、グループに生じている否定的感情を共有したり、個人としての否定的感情を体験したりするのは当然と考えられるからである。

第 3 節 本研究の目的

自分の中に沸き起こってきた感情に対して、受け入れることが出来る時もあれば難しい時もあり、その扱い方の在り様も様々であろう。特に否定的感情については、それが“否定的”であるがゆえにその

扱いは難しいと考えられ、初心者 Fc にとってはなおさらだと思われる。そのため、初心者 Fc の否定的感情体験の扱いは殊更丁寧に行われるべきであろう。

だが、これまでの EG 研究は、参加者について論じられたものが多い。Fc の研究については、安部(1982)が「1. 基本的態度・あり方、2. グループ観察、3. メンバーによるファシリテーター認知、4. 事例研究、5. 技法」の 5 つに分類して概観しているが、いずれも Fc のテクニカルな面に言及したものが多く、Fc の感情体験の研究は中堅・ベテラン臨床家が自身の体験を考察したものがほとんどであり、初心者 Fc の感情体験の研究は少ない。特に初心者が「否定的感情」をどう捉え、どう対応し、どう意味づけていったのかを明らかにする事が必要なのではないだろうか。

ところで、Fc 研究のためには、「研究者がかなり豊かなファシリテーター経験を積み重ねることが必要である」と野島(2000)が述べているが、筆者の Fc 体験は非常に少ない。だが、中田(2001)は、Fc の「器の小ささや陳腐さ、未熟さなどが露呈するような事例こそ検討すべき」としており、遠藤・池田・石津・大島・千葉・内田(2010)は「セラピストの成長の過程のある段階において、何を失敗ととらえ、そこで何を感じ、どう向き合っていくか把握することは、クライアントを害する関わりを防ぐ上でも、セラピストの職業的成長においても意義のあること」と述べている。“今まさに渦中にいる”初心者が感じ得る気持ちや思考は初心者だからこそのものであり、その体験のふりかえり方や意味づけの仕方も初心者ならではのものであろう。

本研究の目的は、初心者 Fc が自身の感情体験をどう捉え、どうふり返っているかの分析を通して、初心者 Fc、引いては初心者心理臨床家(カウンセラー)の成長の契機を明らかにすることである。また、分析のために、調査協力者の許可をえて、EG 場面内、場面外における感情体験についてのかかなり詳細なエピソードを提示するが、これまで少なかった初心者 Fc における感情体験の記述を残すという意義もあるように思われる。

初心者 Fc の否定的感情体験は、表 1-2 の 6 観点に基づいて事例法で分析していく。

表 1-2 初心者 Fc の否定的感情を捉える観点

1) どのような場面でどのような否定的感情を体験しているか
2) その感情にどのような対処行動をしたか
3) 対処行動によって否定的感情はどのように変化したか
4) 対処行動以外での、否定的感情の変化に関わる要因(外的要因)は何か
5) 否定的感情体験をどのように捉えているか
6) 否定的感情体験の捉え方に影響する要因は何か

なお、本研究では「否定的感情」について、詳細な定義付けを行わないことで EG のファシリテーションを通して経験される感情体験を広範に拾うことをねらう。

第2章 Fc 頻回体験者である心理臨床家の事例

第1節 頻回体験した心理臨床家における否定的感情体験

初心者 Fc の否定的感情体験を見て行く前に、まずは Fc 頻回体験者である心理臨床家が、否定的感情に対してどのような対処をしたのかを追って見ることで、初心者 Fc の否定的感情体験を検討する際の対照例を得たい。

しかし、前述のとおり、これまでの Fc 研究は、Fc の感情体験に焦点を当てたものが少ない。そのため、Fc が行った事例研究や Fc の体験談の中から Fc に否定的感情が生じたと思われる部分に注目し、①どのような場面でどのような否定的感情を体験し、②どのような対処をしたのか、③その後、否定的感情はどうなったか、の3点を中心に検討し、否定的感情への対処行動を拾い、その結果を見ていく。

a. EG8年目で否定的感情を克服した事例：小柳(1981)

小柳は8年に渡り、メンバーとして、あるいは Fc として、大学院時代から計27回のEGに参加し、その体験を「(1)反抗期」、「(2)積極的模索期」、「(3)役割安定期」、「(4)役割崩壊期」、「(5)自己確立期」の5つの時期に分けて自己分析している。当初、小柳は心理療法やカウンセリングに対して否定的であり、「カウンセリングの反改革性を暴露してやろう」という気持ちで、自分の考えに基づいた行動をグループで展開していたが、他のメンバーとの対立や他のグループとの違いを目の当たりにして、「自分のやり方に、私なりの自信をもってやっていたつもりだった…決定的な敗北だと感じた」体験(小柳はこままでを「(1)反抗期」としている)を通し、徐々に自分の行動特徴に目を向け始めていき(「(2)積極的模索期」、次第に「話題が自分自身にまわってくると、頑なで防衛的になってしまう」自分の在り方への疑問がうかび、「自分の気持ちを率直に語ることが苦手で、理論や知識を話すことにおきかえたりする傾向」(これを小柳は「飾り」と表現している)があること、「役割や飾りがはぎ取られて正体がばれてしまう…ばれたら見離され」るのではないかという恐さがあることに気づいている。しかし、そんな自分をグループで吐露することや暴かれそうになることを避け、避けるために「ますます飾りをつける」という悪循環に陥り、この悪循環は「グループでは片付かないだろうと半ばあきらめかけていた」(「(3)役割安定期」～「(4)役割崩壊期」)。この時の小柳は、グループへの参加を通して自分への気づきがあったり内省が進みながらも、“なまの自分”を出すことを避け続けていたことがよく分かる。これについて小柳は、「私の自己評価は基本的に低く…このために、グループで自己を開示することは、自分の恥部をさらけ出すだけのように思えて、容易…ではなかった」と振り返っている。Fc やメンバーからどのように受けとめられるのか、どう評価をされるかが不安であり、しかも、そんな自分を受け入れられない姿がうかがえる。この不安は評価不安と言えるだろう。その防衛として、知性化や、Fc として参加するようになる「(3)役割安定期」での“Fc としてふるまう”ことがあったようである。これらのふるまいが「華々しいスタンド・プレーをみせたり、…メンバーと…競うことの原因」となる一方で、「一定の評価を得

ることに成功」し、「自分を安定」させていく。このことから、小柳の言う「役割安定期」とは“Fc 役割にすぎり華々しく演じることによって自己を安定させた時期”と言えよう。この“自己の安定”は「真の自己受容にはつながらない」防衛であったが、評価不安のある自己を一時的に安定させる機能は持ち、否定的感情への対処行動ではある。よって、否定的感情への対処行動として<知性化>、<Fc 役割へのすぎり>を挙げる。

そして、EG 体験 8 年目になる第 25 回目の EG で、「意欲的に自己を開示してゆこう」、「どうしても話したい」という気持ちが沸き起こり、その時悩んでいることやこれまで悩み続けてきたこと、願望などを一気に話すという体験があった(「(5)自己確立期」)。この時の小柳の状況は「学業面でも内的にも行き詰っていて解決を余儀なくされていた」状態であり、EG に参加する自分に対して強い希望(自分の存在を認められるようになりたい)を持って EG に参加していた。小柳が話した内容は、これまで小柳が「立っている足場を崩すような気がしたり、友だちだった人も愛想をつかして離れてしまうのではないかと恐れて長い間胸にしまってきたし、多分話すことはないだろうと思ってきたものばかり」であったのだが、この発言に対して参加者から賛否両論のフィードバックを受けたことで「必ずしも否定されず、かえって全面的に受け入れられた」と感じている。その結果、小柳は「満足感とすがすがしき」を得て、「もう縮こまらないで生きていけそう...これがエンカウンター・グループだったんだ」という思いに至っている。

この体験は、これまでの長く続いた不満や恐れが小柳自身の「内側からこみあげてくる情動」によって支えられ、「率直に従って話した」結果、メンバーから受け止められたこと、もしくは、メンバーから受け止められたと感じたことが「満足感とすがすがしき」につながり、小柳自身が「これまでの体験の総決算」と述べたように、ある意味“悟り”が開かれたような体験となったと考えられる。

このような結果に至ったのは、「内側からこみあげてくる情動に率直に従って話した」ためだと思われる。この時の小柳は、相談者が自らの悩みを躊躇しながらも必要に迫られて治療者に打ち明け、それを治療者から受け入れられるという治療場面での流れと酷似しているように思う。はからずも小柳はこの時、相談者と同じ体験をしたと言えよう。こういった“相談者—治療者関係の逆転”が治療場面でもしばしば見られることはすでに多くの心理療法家が体験していることと思われるが、ここでは小柳が「情動に率直に従って話した」ことと、それをメンバーに受けとめられたことが、これまでの「体験の総決算」と感じるための大きな要因であったと思われる。「率直にしたがって話した」ことは、遠藤(1998)の語を用いれば「治療者の内界の開示」と言えるだろう。しかし、遠藤の言う「開示」は、治療的意図をもって計画的に行われるものであるのに対し、小柳の開示は、前述した通り“必要に迫られて”、“内側からこみあげてくる情動に率直に従って”なされたものであることが異なっているように思う。そこで小柳の開示を<率直な自己開示>とし、否定的感情の解消行動として取り上げたい。また、否定的感情の解消に至った外的要因として<メンバーからの受容>を挙げておく。

ここで取り上げた EG 体験について小柳は自身の評価不安を軸にして考察しているが、評価不安はそれ自体が否定的感情であるのに加えて小柳に生じた他の否定的感情もこの評価不安が大元になっていること、そして評価不安への対処行動がさらに否定的感情を生じさせていることがうかがえる。よって、評価不安は否定的感情の発生・促進要因として挙げておく。

ここで、小柳が否定的感情に適切に対処できたのが 25 回目のグループであったことに注目すると、Fc 初心者が 1~2 回の EG 体験の中で適切な対処が出来るのかという疑問が生ずる。それへの解は、第 5 章で見えていくことになる。

b. 既知集団による EG 実習のファシリテーションで否定的感情を体験した EG 熟達者の事例：野島 (2000)

高等看護学校の 1 学年全員に対して精神科実習の 1 週間後に「人間関係訓練(エンカウンター・グループ)」として行なった EG で、小グループを、低展開・中展開・高展開の 3 つに分け、それぞれについて、主に Fc のファシリテーションとグループ・メンバーの様子を追いながら考察している。

表 1 の段階Ⅲまでに留まった低展開グループにおいて、野島は冒頭、長く続く沈黙に“居心地の悪さ”を強く感じている。次のセッションではメンバーからの自発的な発言が見られ、笑いが起こったりリラックスした雰囲気場で場が進行し、結果として居心地の悪さは軽減している。これはメンバーの動きという外的要因による居心地の悪さの軽減である。

ところが、その後のセッションでは、メンバーのやりとりに“のれなさ”を感じ、メンバーの発言を中断させている。さらに同セッションで「メンバーが他人のことについて発言することを禁止する」ような“暗黙のルール”を感じ、それが EG の場で作られたものではなくもともとこのメンバーが持っていたもののように思われ、「カベは厚いなあ」と感じている。そこで、「人のことを言うてはならないという暗黙のルールがあるように感じる」と伝えたところ、メンバーから「精神科実習の前から既にある」と応答があった。これについて、「メンバーの自発的な流れを尊重することは大切であるが、ファシリテーターがのれない感じが強くする時には、それを表現することは、相互作用の活性化につながる」としている。これは自己開示と言えるが、小柳(1981)が「どうしても話したい」欲求に支えられたものではなく、Fc としての、より技術・技法的な開示である。これは遠藤(1998)の、関係構築の方法としての「治療者の内界の開示」に相当すると思われる。

その後、「自分のなかに疲れを感じ」つつグループの展開に合わせて「グループを activate しよう」と何度も発言していくが、「このセッションは、本道が進めないから脇道をとという意味での『バイパス・セッション』という感じ」になり、メンバーの発言を聞いて「ダレ」を感じている。この「ダレ」は、「バイパス・セッションだから」と割り切り、次のセッションでは“のろう”と努力して実際に“のれた”感覚を得ることが出来たため軽減している。この「割り切り」は、これまでの場面とは違う場面として新たに捉え直したと言える。これによって“activate する”という Fc 役割から自由になり、そこからグループに対する不満が緩和されて自由な自己表出ができるようになったものと思われる。つまり、Fc 役割から離れた分、メンバーがふってくる話題に「のれて」いくようになったと考えられる。この、“場面の捉え直し”を<EG 場面の再構成>とし、否定的感情への対処行動として挙げ、否定的感情の緩和に関わる要因として<<Fc 役割からの離れ>>を挙げる。

その後、メンバーの疲れやダルさを緩和しリラックスすることを目的に野島が提案したエクササイズを行い、「グループの雰囲気が少し和んできた」ように感じたが、それ以前のセッションから、他のメンバーから批判的なこと(「どうしてそういう態度をとるの？」など)を言われていたあるメンバーが、まるで“スケープ・ゴート”のようだと感じ、“暗黙のルール”とともにそれはグループ自体の問題と捉える。その“問題”について野島は、「何度も発言し、何とかしようとかかなりの努力」をし、最終セッションでは、「negative な発言をする人には反論をし、目立たない人には support をする」など Fc としての動きを多くしたものの、全体を通してメンバーの感想は「物足りない」ものであり、野島も「もはやこの問題は扱う時間がないので、(特に取り上げることをせず)そのままにした」として、「不満足ではあっても、先には到底進めないで、仕方ない」と総括している。これは、否定的感情への対処として積極的

に拾い上げるものではないかもしれないが、熟達者においても「あきらめ」がひとつの対処になっていることを示すエピソードではある。

ちなみに野島は、EGの3つの発展段階(導入段階、展開段階、終結段階)においてそれぞれ必要とされるファシリテーション技法をまとめる中で、「メンバーが消極的で、あまり相互作用が活発でないような時には、ファシリテーターは…たくさん質問をしたり、サポートの発言を多く入れたりしがちである。…やりすぎると、…かえって相互作用がうまくいかなくなる。だから、ファシリテーターはあまり積極的になりすぎないことが大切である」と述べている。これは、発展段階に応じたファシリテーション技法を用いることで、グループの滞りとFcの否定的感情を乗り越えていくといういわば“操作的方法”は有効だが、操作の自重も重要であるとの指摘である。前述した「あきらめ」は<操作の自重>と言い換えることが出来るかもしれない。

この体験では、EG開始前からのグループ要因やFcの心身のコンディションが悪かったことがグループ体験の在り様に影響していると野島は述べており、Fcの否定的感情体験についても同様であろうが、Fcが感じた“居心地の悪さ”や“のれなさ”などの否定的感情への対処行動として、<自己開示>、<EG場面の再構成>、<操作の自重(あきらめ)>が挙げられ、否定的感情の緩和要因として「Fc役割からの離れ」が考えられた。

c. 既知集団におけるEGで否定的感情を体験した事例：中田(1993)

看護学校の学生に対して行われたEGのFc体験の考察である。

中田は、EGについて、「潜在的成長力の信頼」とは異なる事態が起こり、それが場合によってはいわゆる“心理的損傷”を生んでいるように思える」ことから、「通常EGの目標とされている…教義にこだわらず、ごく素朴に出てくる自然の感情のまま」の態度で望むことで、本来の意味で「メンバーの成長力、可能性に開かれ、信頼することになるのではないか」、また「EGを“深めよう”という構えを持たなければ…心理的損傷回避能力を妨げることはならないだろう」として、「①基本的にはメンバーが自由に、希望通りにやっけていけるよう可能な限り援助する、②こちらからはできる限り何も導入しないようにする、③いわゆるEGのプロセスモデルにはこだわらず、その場の雰囲気として自然、当然と思えることをする」という3点についてのみFcとして意識するという前提でグループに臨んでいる。

冒頭、中田がEGの在り方についての教示を述べた後に沈黙が続いたことについて、「EG冒頭での沈黙は、とくにEG初参加のメンバーにとって、非常に居心地の悪いものだ、と考えていた」ことと、中田自身も居心地の悪さを感じたため、沈黙を破って「どんなふうにしたら楽そう？」とメンバーに質問している。その後メンバーとのやりとりの中で、中田の意図(楽に、自由に何でもしても良いということ)が伝わっているように感じ、メンバーがグループとしてどうあろうかを模索する場面において、自分の意図が伝わったことにより、「よくありがちの、…「探索」に比べると、その探索する雰囲気ははるかに自然で、のびやかである」と望ましく感じている。これは、中田の働きかけに対し、メンバーから「(意図が)分かった」という明確な発言はないものの、彼らの様子に意識を向ける中でそれとなく実感した、ということだろう。目の前で起こったことに対して意味づけを行うという意味で、野島(2000)の事例で見られた<EG場面の再構成>と類似すると思われるが、ここでの構成とは場面ではなくメンバーの言動に対する肯定的な意味づけと言える。よってこれは<肯定的な意味づけ>とし、居心地の悪さを緩和

させる対処行動として挙げておく。

次に、ある場面で、「ほかのグループでは“深い”話が出ている...のに、実際には『このまま EG が終わっていいのかなー』という気持ち」が沸き起こり、後半になるにつれその気持ちは強まったが、「どうなるかわからんけど、なんとかなるだろう」と“一種の開き直り”のような気持ちになり、「この開き直りこそがメンバーを信頼している、ということの筆者なりのあり様ではなかったか」と意味づけるに至っている。これは、メンバーへの信頼だけではなく、他のグループと自分のグループを比較した上で感じた気がかり、不安などの自分自身の不具合な感じに対して、Fc の自分自身への信頼に基づく“自己の在り方”に対する＜肯定的意味づけ＞と言えるだろう。そしてその背景には、多くの類似場面を乗りきってきた臨床家としての経験があると思われる。

別の場面では、メンバーから要求されたことに対して本心では「したくない」気持ちだったが、「①基本的にはメンバーが自由に、希望通りにやっていけるよう可能な限り援助する」という点に誠実であろうとするために、自分の気持ちに反してメンバーの要求に従った。これについて中田は、「単に要求通りに...するのではなく、それをするとき『メンバーの期待通りにしてあげたい気持ちと、そうしたくない気持ちの二つが筆者のなかにある』ということ...言うておくとよかった」とふりかえっている。つまり、葛藤の表明よりも Fc 役割を優先したのである。河合(1970)の言葉を借りると、「カウンセラーの内面に対して(耳が)開かれて」いなかったのであり、自分の気持ちに「genuine に従う」ことが出来なかったことを意味するだろう。これは、野島(2000)の事例でも見られている。そしてその対策として中田は＜自己開示＞を挙げているのである。

ここでの否定的感情への対処行動は、小柳(1981)、野島(2000)で挙げた＜自己開示＞に加えて、メンバーの言動や Fc 自身の在り方に対する＜肯定的な意味づけ＞が挙げられた。

d. 既知集団における研修型 EG で否定的感情を体験した事例：中田(2001)

看護学校主催の研修型 EG の考察である。Fc の否定的自己開示がきっかけとなって最終的にグループ全体での深い自己開示が起こったため、「否定的な自己開示の持つ可能性を示唆する意味で、この事例には意義がある」とし、「Fc の否定的自己開示」について考察している。

中田はこの EG の中で、セッション 9 までの間に 3 回の否定的自己開示を行っている。その中で、「ファシリテーターがのれない感じが強くする時には、それを表現することは、相互作用の活性化につながる」という野島(2000)を支持するエピソードや、「EG に対する憂鬱さ」をメンバーに開示したことで「心外だ」と反発があったが、お互いに「ネガティブな気分を開示し、それがグループのなかで受け止められたことで、表現の自由度が増したような柔らかい印象が少し出てきた」ように感じ、「憂鬱さ」が減じたエピソードが見られた。これらは、エンカウンター・グループ・プロセスの発展段階(表 1)の＜段階Ⅲ：否定的感情の表明＞で生じる、否定的感情の表明とその受け止めによってグループへの参加度が強まり、グループの発展がもたらされる好例と言え、＜率直な自己開示＞と＜メンバーからの受けとめ＞によって否定的感情が解消された小柳(1981)と重なる。

しかしその後、それまで自己・他者理解に真剣だったメンバーが逸楽行動をしたため「不意を突かれた感じ」を得たが、「メンバーに嫌な思いをさせたくない」という思いからメンバーに開示しない選択をして、「行き詰まり」を強く感じる。野島(2000)や中田(1993)でも Fc 自身の気持ちを押しこめた体験

があったが、ここでも“メンバーを気遣う”ために自身の気持ちを押しこめている。この気遣いは、一見、メンバーの成長や権利に心を配るといふ本来の Fc 役割に沿っているように見えるが、その本質は、「fac という立場によってメンバーを何とかしよう」とする操作であり、そのことに気づいた中田は「今度は、メンバーに対して個人としてどのようなかわりを期待しているのか」と自問していく。これは、「どうすればよいのか」という“行き詰まり”を「どうしたいのか」という問いに再構成したと言えるだろう。それによって中田の“行き詰まり”が解決された訳ではないが、自らの“行き詰まり”の背景を把握し、受け入れるのに役立ったと思われる。これを<視点の転換>として挙げておく。この<視点の転換>は後に、中田が「“専門家としての権威の殻から脱却”して「個人としての有り様を浮かび上げさせる」、つまり《Fc 役割からの離れ》へとつながっていくが、その際、中田は自身の“行き詰まり感”が「もし…間違ふとグループの続行が危ぶまれるほどのネガティブな内容」で、「fac という仕事を契約放棄したい気分」も現れるほどであったが、「fac としての能力の限界を受け入れざるを得なかった」「これしか言いようがない」として自己開示している。この自己開示は「fac としてではなく、fac という仕事を請け負う個人として率直」なものだったと中田は述べ、これによって中田が「個人としての在り様を浮かび上げさせ、…メンバーにも、より個人として居ることを促進」し、「メンバー…も…そこに自分を賭けていることがよく伝わってきて筆者の胸を打った」ほどの自己開示がメンバーから得られていく。

中田の“行き詰まり”が<自己開示>された要因として、自分の“行き詰まり感”を「能力の限界」として受け入れたことが挙げられるだろう。そしてその受け入れに影響したのが<視点の転換>と考えられる。なお、ここでは2つの視点転換が含まれている。第1は、専門家としての自己像から“限界ある自己”というイメージに転換したことであり、第2はそのイメージの受容を通して、Fc 役割から自由な個人としての率直な自己開示をしていくという、“Fc 役割を背負った自己”から“個人としての自己”への視点転換である。これら2つの視点転換は、いずれも《Fc 役割からの離れ》と言えよう。ここから、否定的感情への対処行動として、<視点の転換>に加えて<限界ある自己の受容>を挙げ、否定的感情を緩和させた要因として《Fc 役割からの離れ》を挙げておく。

e. 既知集団で「ファシリテーター・スケープ・ゴート」体験をした EG の事例：安部(2002)

看護専門学校学生対象の、授業の中で行われた既知集団による EG である。「唯一ファシリテーターだけが見知らぬ存在」であるため、導入期のファシリテーションが難しいとして、「Fc の受容」(既知集団が Fc を受け入れる、という意味)に失敗した事例と成功した事例を提示して考察している。

「Fc の受容」に失敗した事例では、冒頭の自己紹介で Fc が「積極的に自己開示」を行ったが「話の内容が重かったせいかメンバーは受け止めるのに苦慮した」印象を受けている。小柳(1981)や野島(2000)、中田(2001)の「自己開示」が、その時のグループ体験の中で感じた感情や考えの開示だったのに対し、この「自己開示」はグループ外の自分の過去の体験の開示である。これは“グループに自分を受け入れてもらう”目的で意図的に行われたと考えられ、野島(2000)で述べた“操作的方法”のように、Fc としての目的志向性の高さを感じる。この自己開示によって「メンバーとの距離が近くなった感じ」はなく、その後、メンバーの「不満足感が蓄積されている」と感じてそれを話題にしたり、グループの目標が定まらない「混迷」に対して話題を提供するなど、Fc 役割行動を多くしたものの、メンバーからのフィー

ドバックは否定的であり、「メンバーと何か共有できたという実感は少なく、何ともいえない無力感」が残り、その感覚は「日常生活にもどっても…筆者を苦しめた」と言う。

一方、「Fcの受容」に成功した事例では、メンバーから質問されて自分の過去を話している。その過去は「言葉に詰まりながら」話され、内容も「(昨年はグループから)あまり受け入れられなかった」という否定的なものであったが、メンバーからの共感を得て「メンバーとの間に強く気持ちが通じ合う」と感じ、グループによる「Fcの受容」が出来たとしている。失敗した事例と異なっているのは、Fcの過去がメンバーから質問されて開示された点が挙げられる。また、「言葉に詰まりながら」という表現から、何らかの目的(例えばメンバーに受け入れてもらう)のために積極的に話された印象はない。メンバーとのやり取りの中で流れに従って率直に話したことが、メンバーから共感を得ることにつながり、ひいては「Fcの受容」に至ったものと思われる。野島(2000)の事例では<操作の自重>を挙げたが、ここからは“Fcとしての目的のために行動しない”という意味での<操作の自重>、つまり、《Fc役割からの離れ》があったため、Fcをメンバーのやり取りの中に自然に溶け込めさせ、それによってFcの過去の自己開示が<メンバーから受容>され、否定的感情が解消したと言えるだろう。

f. EG 熟達者のみをメンバーとする「教官エンカウンター」のFcの事例：都留・福井(1981)

佐治・村上・福井編『グループ・アプローチの展開』(1981, 誠信書房)において、佐治ら編集者3名に末広・都留・松井・村山・山口を加えた8名による座談会の形をとった「教官エンカウンター・グループ」のふり返りである。

「教官エンカウンター・グループ」は、九州での「九重グループ」(1976)を初回として、「蔵王グループ」(1977)、「中島グループ」(1978)、「河口湖グループ」(1979)の計4回行われている。ここでは、「河口湖グループ」に参加した松井と、「九重グループ」に参加した都留の体験を取り上げる。

松井がFcを務めた「河口湖グループ」で、松井は、メンバーが全て「何年物」であり、かつ、相互に「顔見知り」であって、グループにおいて「段階の出会いが、各自それぞれ、いろいろなかたちであることがひとつ流れている」中に、ほとんど知り合いがない状態で入っている。松井の状況は、既知集団でのFcという点で安部(2002)と似ている。そのため、安部のように「グループ全体にいかにも受容されるか」が気がかりだったであろうが、松井は「(これまでどんな経緯があろうと)そんなことは一切関係なく、今度のグループが始まるんだ」と思うことでFcを引き受けている。これは中田(1993)で見られた<自身の在り方に対する肯定的な意味付け>であると思われるが、「そんなことは一切関係なく、…始まるんだ」という記述からは、“過去に囚われない”、“今ここから新しく始めて行く”という意味を感じさせる。

一方、都留がFcとなった「九重グループ」では、メンバーの中に「日頃その道の大家だという感じを受ける人」や、日頃対決を避けて何となく付き合っている「同僚のような感じにいる人」などの顔見知りが含まれており、既知集団でのFcではあるが、“Fcだけが(ほとんど)未知”だった安部(2002)、松井(1981)に対して、都留の場合は“メンバー同士もFcも既知”である点で異なっている。都留はそこに「ためらいもあった」と述べ、顔見知りとのグループにプレッシャーを感じたことがうかがえる。その「ためらい」を「こういうグループだからこそ、正面から立ち向かってみる事が出来るのではないか」と捉え返し、自分にとっての「チャレンジ」と位置付け、Fcとしてメンバーの出会いをファシリテ

ートすることよりも「それまでのまあまあというつき合いを突破」するという期待をグループ参加への積極的な動機としている。これは「ためらい」や「なんとなく恐れを感じる」ことを“だからこそチャレンジ出来る”とすることによって克服しようと試みたものである。EGでの自分の在り方を意味づけ規定するという点では中田(1993)の<自身の在り方に対する肯定的な意味づけ>と同じだが、中田の場合はそれが自分自身の“不具合感“に対する肯定的な意味づけであったのに対し、都留は「ためらい」を動機として再構成している点で異なっているだけでなく、EGやFc役割を離れ、自分自身の存在を賭けた再構成であると言えよう。松井の、“過去に囚われない”、“今ここから新しく始めて行く”意思是、EGやFc役割とは関係のない、松井自身が、EGへ向かうために自分を新しく再構成したことによるものと思われる。よって、これを<自己の在り方の再構成>とし、否定的感情への対処行動として挙げておく。

第2節 Fc 頻回体験者の否定的感情体験について

前節では、Fc 頻回体験者の否定的感情体験について、生じた否定的感情にどのように対処し、どのような経過を辿ったかを中心に見てきた。Fc 頻回体験者の否定的感情への対処行動、否定的感情の変化に関する要因を以下にまとめる。

定的感情への対処行動は、①と②の合わせて9項目であった。否定的感情が変化したのは、①に挙げた6項目である。対処行動を外的対処・内的対処として分けたのは、実際の(目に見える形での)対処行動と、Fcの内的・心的な対処行動を区別するためである。また、否定的感情の変化に関わる要因も同様に、メンバーの言動やグループでの出来事といった外的要因と、Fcの言動、心の中での動きという意味での内的要因に分類した。

否定的感情が緩和・解消した対処行動として挙げた<(率直な)自己開示>は、「もう縮こまらないで生きていけそうだ」という、EGの場に限らず今後の人生への展望と言えるような思いに至っている事例(小柳 1981)や、Fcの自己開示によって、Fcだけでなくメンバーもグループの中で「個人として居ることを促進」し、そこに「自分を賭けている」のが感じられて「胸を打った」体験となった事例(中田 2001)、「メンバーとの間に強く気持ちを通じ合う」と感じた事例(安部 2002)のように、その対処行動がFcの否定的感情を解消させるだけではなく、Fcにとって“肯定的な結果”をもたらしていることが考えられた。そしてこの“肯定的な結果”をもたらしたのは、いずれも<メンバーからの肯定的な受けとめ>があった場合であり、そうでない場合はいずれもFcの否定的感情は緩和・解消しない、あるいはさらに強められている(野島 2000、安部 2002)ことから、<自己開示>が否定的感情の緩和・解消機能をもつためには<メンバーからの肯定的な受けとめ>が必要であることが示唆された。そのため、<メンバーからの肯定的な受けとめ>を、否定的感情の緩和・解消要因として③に挙げた。同じく③に<Fc役割からの離れ>を挙げているが、これは、①で挙げた対処行動によって得られた結果と考えたため、①ではなく③に分類した。

②では小柳の事例で見られた<知性化>と<Fc役割へのすがり>、野島の事例で見られた<操作の自重(あきらめ)>を挙げている。いずれも、否定的感情の緩和・解消には至っておらず、そのまま継続させたものと考えられる。<知性化>は、小柳の評価不安の防衛であるため、否定的感情の緩和・解消に

至らないのは当然であろう。<Fc 役割へのすがり>は、評価不安のある自己を一時的に安定させる機能があったものの、自分では認められない自己の(自己評価が低い)姿を見せることを避ける行動で、評価不安に対する防衛であるため、ここに分類した。

表 2-1 Fc 頻回体験者の対処行動と否定的感情の変化に関わる要因

否定的感情への対処行動		否定的感情の変化に関わる要因	
①【否定的感情が緩和・解消した対処】		③【否定的感情の緩和・解消要因】	
外的対処	<(率直な)自己開示> ←----- 否定的感情の緩和・解消に必要	外的要因	《メンバーからの肯定的な受け止め》
		内的要因	《Fc 役割からの離れ》
内的対処	<EG 場面の再構成>	④【否定的感情の発生・促進要因】 《評価不安》	
	<自己の在り方の再構成>		
	<視点の転換>		
	<限度ある自己の受容>		
	<肯定的意味づけ> (対：メンバーの言動・自己の不具合)		
②【否定的感情が変化しなかった対処】			
外的対処	<知性化> <Fc 役割へのすがり>		
内的対処	<操作の自重>		

④は【否定的感情の発生・促進要因】として、小柳の事例で見られた《評価不安》を挙げた。評価不安はそれ自体が否定的感情であり、評価不安を避けるために対処をするが、それによってさらに評価不安は強まります。対処行動(小柳の事例では、知性化や Fc 役割へすがること)をとるといふ、発生と促進が円環的に起こっていると考えられたためである。

全体を概観すると、否定的感情の促進・発生要因は少なく、小柳を除いた多くの Fc 頻回体験者の対処行動は否定的感情の緩和・解消に至っている。そして、その対処が、いずれも Fc の否定的感情を緩和・解消させていただきだけでなくその後のグループ展開にも寄与していることが共通点であり、そのほとんどが具体的な対処をする前に自分自身の否定的感情とそれをもたらした外的条件(メンバーやグループの様子、出来事など)の意味や背景を捉えようとするものであった点に注目しておきたい。

第3章 初心者 Fc である大学院生の事例

第1節 対象と方法

(1)対象者と EG の概要

【対象者】

某年 10 月下旬及び 12 月中旬の計 3 日間(10 月下旬で 2 日間、12 月中旬に 1 日の日程)行われた、H 大学心理学科教室の教員を含む全構成員を対象とする EG において、Fc もしくはコ・ファシリテーター(以下、コ Fc)として参加した大学院生 1 年生 4 名(A、B、C、D)と、大学院生 2 年生 3 名(E、F、G)の 3 名である。A、B、C、D はいずれも EG 体験および Fc・コ Fc 体験は初めてであり、E、F、G は前年に Fc もしくはコ Fc として EG に参加したほか、学部生時代、3~4 回メンバーとして EG 参加経験があった。また、EG 実施までに、A、B、C、D は学外での臨床実習(主に座学)は行っていたが学内でのカウンセリングケースはまだ担当しておらず、E、F、G は、学内でのカウンセリングケースを最低 3 件担当し、学外での臨床実習でもカウンセリングを担当していた。

【EG の概要】

某年 10 月下旬及び 12 月中旬の計 3 日間(10 月下旬で 2 日間、12 月中旬に 1 日の日程)行われた、H 大学心理学科教室の教員を含む全構成員を対象とする EG である。参加者は、1 グループ 7~8 名ずつの 6 つのグループに分かれ、それぞれ 7~8 つのエクササイズを実施する構成的グループである。会場は H 大学構内の小教室で、1 グループに対し 1 室を割り当て、他の学生との接触を避けるため土・日曜日に実施し、日常の場面とは違うと意識してもらうために、EG 中は実名ではなくエンカウンター場限定の名前である「エンネーム」を使用した。なお、この EG は授業科目に組み込まれており、学部学生、大学院生どちらにとっても必修である。

グループは事前に行われた EG 実習への参加動機を問うアンケートで「他者との交流を楽しむ」S(交流)群と、「自己を見つめる」D(洞察)群、「どちらでもない」N 群に分けられ(N 群希望者は D、S 群どちらかに所属)、臨床心理学分野の大学院生は Fc またはコ Fc をつとめた。

エクササイズの選択や構成は、大学院生全員による「Fc 養成エンカウンター・グループ」の中で参加者の参加動機に合うように検討され、その構成は以下の通りである。

1 日目：S、D 群毎で同一のプログラム

2 日目：全グループで同一のプログラム

3 日目：グループの展開に合わせて各 Fc・コ Fc が自由に構成したプログラム

表 3-1 EG 実習の日程

1 日目		2 日目	3 日目
8:50 集合		8:50 集合	8:50 集合
9:00 導入セッション それぞれの部屋へ移動		9:10 午前のセッション	9:10 午前のセッション
		11:40 昼食	13:00 昼食
S 群	D 群	13:00 午後のセッション	13:00 午後のセッション
9:50 午前のセッション①	9:40 エンネームで自己紹介	16:30 集合・お披露目	16:00 終結セッション
10:50 午前のセッション②	10:10 午前のセッション	17:00 2 日目のふりかえり	16:30 3 日間のふりかえり
12:10 昼食		17:30 終了	17:00 終了
13:30 午後のセッション	13:30 午後のセッション	※学部生の授業や実習、帰宅手段との兼ね合いから、終了時間の厳守が決められていた。	
15:30 1 日目のふりかえり			
17:00 終了			

「Fc 養成エンカウンター・グループ」とは、EG 前に、Fc またはコ Fc を務める予定の大学院生が、エクササイズを試演、ふりかえり、エクササイズ特性や効果についてのディスカッションを重ねていくものであり(豊嶋・久米川, 2005)、その中で各人が最低 2 回、Fc を経験した。E、F、G の 3 名は前年も同様に「Fc 養成エンカウンター・グループ」を経験している。A、B、C、D の 4 名にとっては、「Fc 養成エンカウンター・グループ」でのメンバー体験と Fc 体験を除けば、初めての EG 体験と初めての Fc 体験であった。EG 終了後は EG に参加した臨床心理分野担当教員および院生をメンバーとしたカンファレンスを、EG 体験のふりかえりとして行っている。

(2)調査時期・手続き

○第 1 回調査：平成 23 年 12 月。

半構造化面接によるインタビューを行った。面接時間は 90 分～120 分である。

2 日目終了時にインタビューを行わなかったのは、EG 全体での流れを把握するためと、3 日目のファシリテーションへの影響を避けるためである。

インタビュー前に、「EG 実習の Fc 体験の中での否定的感情体験についてお聞きします。否定的感情とは、EG の中で感じたネガティブな感情です。例えば“辛かった”、“嫌だな”といった感情です。今の例にこだわらず、自分で『否定的感情』だと思った感情体験について教えて下さい」と教示した。否定的感情を体験した場面を<エピソード>とし、それについて以下の 5 つの項目を提示して語ってもらった。

- ① どのような場面か。
- ② どのような感情が生じたか。
- ③ どのような対処をしたか、またはしなかったか。
- ④ ③によって②が変化したか、どのように変化したか。
- ⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのようなことが起こっていたと考えるか。

この質問項目は、第1章 本研究の目的で述べた初心者 Fc の否定的感情を捉える観点(表2)を基に、否定的感情場面を概観するために必要と思われた項目で構成した。

不明瞭な部分については適宜質問を行い、1つのエピソードごとに、筆者の捉え方と対象者の体験にズレがないか、語ってもらった内容を5つの項目ごとに整理して「この体験についての一連の流れはこれでよいですか」と対象者に確認を求めた。

○第2回調査：第1回調査より5か月後頃。

第1回調査結果をまとめた後、補充情報収集と仮説確認のために実施した。面接時間は40～90分である。各エピソードの意味づけや捉え方について「体験のふりかえり」として語ってもらった。その際、「この体験は自分にとってどのような意味がありましたか。どのように考えていますか」と共通して問うている。

以下、否定的感情体験を対象者ごとにまとめ、学年別に検討する。学年別での検討は、EG 経験の有無によって否定的感情への対処行動と否定的感情の変化に関わる要因が異なると考えたからである。また、インタビューの際、各対象者は最も強い感情体験や印象的だった体験から語ったが、感情体験の把握には全体の流れを掴むことが重要だと考え、得られたエピソードを時系列順に並び替えて記述する。

なお、それぞれのエピソードにおける否定的感情とそれへの対処行動、否定的感情が変化(発生・促進、緩和・解消)する要因について、筆者の考察を記述する。表中の“カッコ”の表示の意味は、以下のとおりである。

否定的感情への対処行動…〈 〉

否定的感情及びその変化に関わる要因…« »

Fc 頻回体験者では見られなかったものについては、*斜体*で表示する。

第2節 大学院1年生 Fc の否定的感情体験の事例研究

1) A

「他者との交流を楽しむ」S群での参加を希望したが、「自己を見つめる」D群のFcとなった。同グループの教員メンバーには、Aは普段から授業などで接する機会が多く、厳しさを、きつい印象をもっていた。

「Fc 養成エンカウンター・グループ」では、Fc としてもメンバーとしても「上手く出来た」感覚が持てなかったことと、準備の大変さからEGに対してポジティブな感情はなかった上に、コFcではなくFcになることは予想していなかったため、「Fcとして責任を負わなければならない」義務感を強く持ってEGに臨んだ。

エピソード①	
①どのような場面か。	メンバーからの発言が多く、その内容を把握するために時間がかかり、昼食を挟んで午後までそのセッションが続いたため、午後の課題の時間を短縮した。
②どのような否定的感情を生じたか。	「Fcとしてきちんとやらなければならない」、「予定通りに進めなければいけない」と思っていたのに出来なかったため焦り、動揺した。「この先の予定はどうなるんだろう」と不安になり、「ゆるい時間の枠を持ったFcだ」とメンバーから評価されることへ不安を感じた。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	昼食に向かう際、教員メンバーに「時間が過ぎてるんですけど、これでいいんでしょうか」と漏らしてしまった。すると、「いいんじゃない？皆楽しそうだし」と言われ、その場はそれで終わってしまったが、昼食後「メンバーにきいてみたら？」とアドバイスを受けた。その後、時間がおしていることをメンバーに伝え、一緒に話し合っって方法を決めた。
④③によって②は変化したか。どのように変化したか。	話し合いの後、グループから今後についての希望が出たことと、メンバーから「(一緒に決めた事・方法が)よかった」というフィードバックがあっってほっとし、焦りは半分ほどに減った。だが、この後の予定についての不安や時間の枠を壊したことに対する「これでよかったのか」という思いは1日目終了まで残った。
⑤②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	“役を負っているメンバーである”という意識がEG開始後にますます強くなり、「Fcとしてやらなければならない」という勝手な義務感があった。そのため、エクササイズの日程も「予定通りに進めなきゃいけない」という思いになっていた。時間枠についてはFcの権限で決めてもよかったのかもしれないが、メンバーにも関わる問題で、自分のグループだけ他と違う体験になってしまうのではないかとすると1人では決められず、かといって他の手だてがなかったことで(Fcとしての)危機感が強かった。今思うと、(Fcとしての意識、義務感に)しばられなくてもよかったと思う。相当窮屈だった。でも「焦り」があったことをよくないこととは単純に思っていない。成長のために必要なことだと思っている。
【第2回調査時のふりかえり】	
この体験は、今思うと「そういう思いにもなるよな」と冷静に考えることが出来ている。教員メンバーに相談出来たのは、自分じゃ太刀打ち出来なかったことと、その教員メンバーが状況を分かっていた人だったから。更に言うと、EG・	

Fc 体験が初めてであることに甘えていたのかもしれない。もし学部生の 4 年間メンバーとして参加した経験があれば相談は出来なかった。それは、「EG の経験者ならば出来るだろう」と教員から思われることに恐れがあるからである。この時は、時間通りに予定を進めていくこと、時間の枠を守って最後まで日程を終わらせることが「Fc としてきちんとしている」ことだと思っていたため、予定通りに進められないことで、他のグループと比べて経験に差が出るのではないかという不安や、時間枠を壊した後上手くファシリテート出来ないことへの不安が生じていた。

[考察]

「Fc としてやらなければならない、時間枠を守らなければならない」という《Fc 役割義務感》が「時間超過」という事態で強められ、「焦り」が生じている。この「焦り」は、メンバーから評価されることへの恐れによってさらに強められている。評価への恐れは、小柳(1981)の体験でも見られているが、それが、“自己評価の低い自分の姿をどう思われるか”ということに対する恐れであったのに対し、A では“Fc としてどう思われるか”への不安であるため、《Fc としての評価不安》としておく。否定的感情への対処行動は、「教員メンバーへの相談」と、そこで得られたアドバイスに従って「メンバーに伝える」という 2 つであったが、どちらも＜自己開示＞と言える。「教員メンバーへの相談」は、「自分じゃ太刀打ち出来ない」ことの相談であるため、＜スーパービジョン(以下 SV)を求める＞としておく。一方、「メンバーに伝える」ことは、グループの新たな枠組みをメンバーと共に作っていく行動であり、場面の再構成と言える。行動として見られたのはメンバーへの自己開示ではあったが、その機能は＜EG 場面の再構成＞と言える。しかし、この“再構成”は、場面だけではなく“Fc 自身の内面の再構成”、メンバーにも意見を出してもらっていることに注目すると、“メンバーの内面の再構成”という働きもあったと思われる。メンバーの内面の再構成があったので、場面再構成の構築に対するメンバーの＜肯定的な受けとめ＞が返ってきたのであろう。そして、その＜肯定的な受けとめ＞は、《Fc としての評価不安》の強い緩和要因となった。また、新たな枠組みが決定したことで先行きの見えないことへ不安も解消し、焦りも減じたと考えられる。それでも A の不安は 1 日目終了まで継続したが、それは、時間枠の崩れや新たな枠組み形成が“当初の予定通りではない”ため、「時間枠を守らなければならない」という《Fc 役割義務感》が残ったためと思われる。

なお、「焦りがあったことをよくないこととは単純に思っていない。成長のために必要だと思っている」という発言からは、否定的感情にふりまわされず、向き合おうとしていたことや、否定的感情の意味・意義を探ろうとしていたことがうかがえる。また、このことと、第 2 回面接で語られた「初めての EG・Fc 体験だから相談出来た」という指摘は、等身大の自分を保っていたことで評価不安に対抗出来たことを示唆している。

エピソード②	
①どのような場面か。	あるメンバーが感情をあらわにし、グループが戸惑う空気を感じた。
②どのような否定的感情を生じたか。	勝手にグループが動いていくように感じ、グループやメンバーの動きが手に負えないように思えて、非常に強い焦りや、「どうしたらよいのだろう」という戸惑い、「この先怖いことになるのでは」という先行きの見えなさによる恐怖を感じた。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	③-1：エクササイズを筋書き通りに進めた。 ③-2：日程終了後、同グループの教員メンバーに体験を話した。 ③-3：翌日になって他の院生と気分転換のために出掛けた。

<p>④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。</p>	<p>④-1：教員メンバーが怪訝な表情であるのが見えてさらに追い詰められた。 ④-2：他にどのような対処があるかのアドバイスを受け、対処の幅を広げられたように感じた。それから1～2日間かけて徐々に落ち着いていった。 ④-3：出かけた先でも目や耳から入ってくる情報がいつもよりもうるさく感じて戸惑いはあったが、EGから解放された感じ、いつものような自由な振る舞いが許されるような感じを得て、恐怖感は薄らいでいった。</p>
<p>⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。</p>	<p>とにかくお手上げ状態だった。恐怖心を打ち消すような気持ちにはならず、機転を利かせることも出来ず、放心状態だった。エクササイズを予定通りに進めるので精一杯であった。自分が得た情報を抱えきれない感じがして、教員から声をかけられなければ話そうともしなかったし、話しかけられなければ散歩して落ち着いてから帰ろうと思っていた。それからの1～2日日間、授業が身に入らず、目・耳からの情報がいつもからうるさく感じて、家から出たくなかった。今思うと、自分の処理限界を超えた体験だったのだと思う。</p>
<p>【第2回調査時のふりかえり】</p> <p>この場面の前まで、自分のグループが、エゴグラムで言う「Fc 高め」な印象で、楽しい雰囲気だったため、メンバーがあらわにした感情が「あの(楽しい)雰囲気にはもう戻れない」、「私の手には負えない」と思えるほど強く否定的に感じられた。「Fcとしての責任」を放棄したい思いと、「責任は果たさなくてはならない」という思いの葛藤を解消する良い方法が分からず、「エクササイズの進行役」をせざるを得なくなった。教員メンバーの様子を怪訝だと感じたのは、「責任を果たさなくてはならない」と思いながらも自分は何も出来ていないため、そんな自分を「Fcとして」信頼されていないのではないかと思ったからであった。その思いによって“追いつめられる感じ”が強くなったが、今思うと思ひ込みすぎている。それは、感情をあらわにしたメンバーは3日目に恥ずかしそうに笑いながら来ていたので、そこでの感情がもう解消されていることが分かったからである。</p>	
<p>[考察]</p> <p>「非常に強い焦り」や「戸惑い」、「先行きの見えない恐怖」という否定的感情に対し、「エクササイズを筋書き通りに進める」という対処をしているが、「とにかくお手上げ」「精一杯」という発言から、エクササイズの進行役へ“すぎる”ことでFcとしての自己を保っていたと考えられ、<Fc 役割へのすがり>と言えよう。しかし、その後、教員メンバーの様子が「怪訝だ」と感じ、それが「Fcとして信頼されていない」からだと思えたことから、否定的感情はますます強められたようである。つまり、教員メンバーの様子の変化の原因を<自己の不手際に帰属>させ、「信頼されていない」という<被害的な意味づけ>をしたことが否定的感情の促進要因となった。これらの相乗作用によって、このエピソード体験が「追い詰め」や「非常に強い焦り」と表現するまで衝撃的に感じられたのであろう。加えて、前のセッションまでのグループの楽しい雰囲気からの落差が、その場面への戸惑いをより際立たせている。そして、自発的ではないが「教員に話した」という<自己開示>と、教員とのやりとりによって「対処法の選択肢の幅が広がる」ことで否定的感情が緩和していく。ここでは、<自己開示>を教員に受けとめられただけでなく、「対処法の選択肢の幅が広がる」という<視点の転換>がAの否定的感情の緩和に役立ったと考えられる。また、他の院生と出掛けたことは、EG場面からの離れだけでなく「自由な振る舞いが許される」という発言から、<Fc 役割からの離れ>が否定的感情の緩和に役立ったと考えられる。なお、ここでの<Fc 役割からの離れ>は、Fc 頻回体験者のように対処行動によって得られたものではなく、EG場面から離れたことによるものである点が異なっている。</p>	

エピソード③ ※第2回調査時に新たに語られたものである。	
①どのような場面か。	「司会のようにならずグループの流れに任せよう」と思っていたが、沈黙や時間配分のことを考えるとつい口を挟んでしまった。
②どのような否定的感情を生じたか。	「自分のイメージ通りに上手く出来ない」という気持ち。表現しがたいが、否定的な感情であることは確かである。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	③-1:メンバーから自分を気遣うような質問を受け、それを助け舟だと感じたが、乗ることは出来なかった。 ③-2:ふりかえりの際に、「上手く出来ない」気持ちをメンバーに向けて話した。
④③によって②は変化したか。どのように変化したか。	④-1:最後まで持続した。 次のエクササイズでは、教示に躓いたため「上手く出来ない」という気持ちが強まり、メンバーから評価される不安を感じた。 ④-2:メンバーに自分の気持ちを受け止めてもらえないように感じ、「ここはまだ反省をする場ではないのだろうか」と思えて、もやもやした感じが残った。
⑤②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	⑤-1:“助け船”にのれなかったのは、そのメンバーがEG初参加者であり、「初めての人にFcが頼る訳にはいかない」という気持ちになったためである。次のエクササイズは作業手順が多く複雑であったが、教示の失敗の原因をその複雑さではなく自分に帰属させていた。そのため、これまでの「Fcとして上手く出来ない」場面が思い出され、メンバーから評価される恐怖を感じた。 ⑤-2:ふりかえりで話すことが出来たのは、グループから「もう終わり」という雰囲気を感じたのもあるが、気持ちを抱えていることが限界になったからである。だが、メンバーの反応(受けとめられてもらえないような、流されたような印象)を見て、「Fcとしての責任をここではまだ下してはいけない」と感じてそれ以上話すことが出来ず、EG終了まで否定的な感情を抱え続けることになった。
<p>[考察]</p> <p>Aが目標とするファシリテートの仕方と実際との違いから、Fcとしての役割を全く出来ない不全感が生じたと思われる。そして「初めての人にFcが頼る訳にはいかない」という《Fc役割義務感》によってメンバーからの気遣いも受け入れられず、教示の躓きでますます不全感は強まった。また、その躓きの原因を《自己の不手際へ帰属》したことは、メンバーからの《Fcとしての評価不安》を新たに生じさせている。</p> <p>不全感とは、ふりかえりの際にメンバーに＜自己開示＞されたが、その緩和・解消には至っていないのは、メンバーの反応がAにとって肯定的ではなかったためだと思われるが、その反応を「Fcとしての責任を下ろしてはいけない」と捉えたという発言から、Aの《Fc役割義務感》が非常に強かったことがうかがえる。</p>	

2) B

「他者との交流を楽しむ」S群での参加を希望したが、「自己を見つめる」D群のFcとなった。同グループの教員メンバーには、普段から授業などで接する機会が多く、普段の関わりから「自分的には心理的な距離がなく、安心感と好意がある」感じを持ち、EG中は「自分をどのように思っ(評価して)いるのか」が気になったが、その気持ちへの囚われはなかった。

EG には、エクササイズを手順通りに出来るか、忘れ物をしないかが心配で強い緊張を感じたが、人と会えることが楽しみであり、「はきはきとして明るく“良い”Fc でいよう」と張り切って臨んだ。

エピソード①	
① どのような場面か。	その場を独占してしまうほど発言量の多いメンバーを見た時。
② どのような否定的感情を生じたか。	「どうしたら良いのか」と戸惑い、「何でそんなに人のことを構わずに過ごすんだろう」といらついた。
③ どのような対処をしたか。または、しなかったか。	③-1：何もしなかった。 ③-2：SV でこの体験を話した。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	④-1：その日の日程が終了するまで残った。 ④-2：SV によって自分が感情を否認していること、“きれいな方に持っていきよう”としていることを指摘され、納得出来た。また、そのメンバーの言動に対して、自分が受け入れられる点と受け入れられない点があり、今は受け入れられない点が多く見えているためいらつきを強く感じていること、そのメンバーについては自分が受け入れられない点ばかりがある訳ではないこと、その点について3日目見てみることを提案され、その提案を遂行する目的が出来たことで3日目で引きずらずに済んだ。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	この時の感情は、“Fc としての感情”と“個人としての感情”だった。戸惑いはFc としてどうすればいいか分からなかったためであり、いらつきは、「他のメンバーのことも大切にしないといけない」のに何も出来ない自分に感じていたいらつきと、メンバーに対する個人的いらつきだった。しかし、個人としてのいらつきは、その時は「否認」されていたし、その「否認」もSV によって初めて分かったことだった。
<p>【第2回調査時のふりかえり】</p> <p>この時は、メンバーに対して「迷惑だ」と言う勇気がなかったし、その選択肢もなかった。言っていていいと思ってすらいなかったのも何もしなかった。今ならそれは選択肢に入っていて、ふりかえりの時に「平等じゃなかった」「他の人の話も聞きたいと思う」と言うだろう。それは、SV を受けたことやカウンセリングケースを担当したためそう思える。SV で話すことは勇気があることだったが、そこで処理した方がいいと思ったのと、教員にぶつけてみたいと思ったので話せた。アドバイスや教えを請おうとしたのではなく、セラピストとして熟練した、信頼している人の見方をシェアしたいという思いだった。</p>	
<p>【考察】</p> <p>場を独占するほどの発言の多さに対する否定的感情は、3つの方向に向けられている。「どうしたらいいのかわからない」事態への「戸惑い」と、「どうしようも出来ない」自分への「いらつき」、そして、メンバーへの「いらつき」である。前の2つは「他のメンバーも大切にしないといけないのに」という《Fc 役割義務感》によって生じていると考えられ、それを果たせないというFc 役割の不全感を感じているようである。これらへの対処行動は「何もしない」とEG 場面外での《SV を求める》こと、そして、EG 中にB は意識していなかったが、「いらつき」へは《否認》することが対処行動だと言え、無対処であったのもそのためだろう。否定的感情は《SV を求める》ことで緩和したが、SV で何が行われていたのかに注目すると、“自分への気づき”が得られていることと、メンバーに対する“＜視点の転換＞の提案”</p>	

が挙げられる。“自分への気付き”は、EG中に“Fcとしての自分”への意識はあるが、“個人としての自分”は否認されていたことと、メンバーに対して「自分にとって受け入れられない嫌な点」ばかりが見えているためいらつきが生じているという指摘であり、それによって初めてBは自分の内的な動きに目を向けたと言える。BはEG中、「メンバーを大切にしなければならない」という《Fc役割義務感》を果たすために、“Fcとしての自分”であろうとしたと推察するが、この指摘によってEG場面での“個人としての自分”を大切にするというもう一つの<視点の転換>がもたらされ、否定的感情が緩和される要因の一つとなったと考えられる。教員からなされた“メンバーへの視点の転換の提案”を受けてB自身のいらつきの背景を理解したことで、「いらつき」を受け入れる契機となっただけでなく、その視点の転換の提案自体が「どうしたらいいのかわからない」「何も出来ない」事態を解消するため、Fc役割の不全感もおのずと解消されたと考えられる。

エピソード②	
①どのような場面か。	EG 終結に向けて全員にスポットライトを当て、メンバー自身の内面に注目が集まったためにメンバーが苦しんだように見えた。
②どのような否定的感情を生じたか。	メンバーの苦しみに対して辛くなり、Fcとして責務を全う出来ない不全感と無力感を感じた。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	何も出来なかった。その間、「(辛さを)一緒に体験して味わう」ことを心掛けた。また、そのメンバーに対する教員メンバーの発言を聴いて、その意図を汲みとろうとし、メンバーにとって良いと思ったことは発言した。
④③によって②は変化したか。どのように変化したか。	そのメンバーの様子からその苦しみは全日程終了まで解消されなかったと感じ、自分の否定的感情も同じように全日程終了まで残った。その後も「これでよかったのだろうか」と思い、今も「やれることはやったのかな」と思いつつ悩んでいる。
⑤②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	メンバーの苦しみの責任がエクササイズを選んだ自分にあると思われ、メンバーに良かれと思ってやったことで苦しめてしまった後悔が辛さになっていた。そしてメンバーに対して、何も介入できないだけでなく、介入したとしても余計こじらせるだろうと思われたことがFcとしての不全感や無力感となっていた。そんな自分に比べて教員メンバーの動きは、そのメンバーの様子を的確に捉え、否定的な感情をカバーしていこうとしていたように見え、その動きを必死に感じ取って、良いと思われたことをすることで、そのメンバーへの責任を果たそうとしていた。

【第2回目調査時のふりかえり】

当時は「これ(一緒に味わう)しか出来ない」という消極的な選択だったが、今考えると間違ったことをしたとは思っていない。それは、体験後のカンファレンスでの教員からの評価など、外からの評価から気付かされた。しかし、何が良かったのかはよく分からない。それは、カウンセリングケースが“上手く”いっていると感じる時、その理由に気づきにくいと言われていることに似ているように思う。

[考察]

否定的感情が発生した原因(メンバーの苦しみを)、《自己の不手際へと帰属》させ、Fc 役割への不全感と無力感が生じている。これらの否定的感情への対処行動は、辛さを<一緒に味わうこと>、<教員メンバーの言動への注目と取り込み>だが、どちらも明確な緩和効果はもたらさない。しかし、「メンバーの辛さを一緒に体験し味わう」という対処行動は、EGに限らず心理臨床の基礎と思われ、そこから次の展開が起こる可能性もあったことを考えると、否定的感情の緩和には至らなかったものの、グループ展開をもたらしうる対処行動であると思われる。

3) C

Cはコ Fcをつとめた。グループは Fc も含めて「他者との交流を楽しむ」S 群だったが、Cは「どちらでもない」N 群であった。同グループの教員メンバーとは普段の接点は少なく、メンバーとして会うことに対して緊張があり、「しっかりしているところを見せたい」という思いを抱いていた。また、「何かあったら何とかしてくれるだろう」という安心感があった。

EG へは、「どんな感じだろう」と期待していた一方で、“グループでの体験を大事にすること”と“日程通りに進めること”が相反する場面に対処出来るか不安であった。また、コ Fc 役割(C は、「しっかり他のメンバーの様子を見ながら、エクササイズの手続きを進めていくこと。Fc のサポート」と解釈)を気負わず、“メンバーの 1 人”としての参加を試みた。

なお、得られたエピソードは全て 3 日目のものだった。

エピソード① ※第 2 回調査時に語られたものである。	
①どのような場面か。	Fc とメンバーの話し合いで、エクササイズの手順をメンバーがやりやすいように変更したが、自分は手順通りに行った。
②どのような否定的感情を生じたか。	メンバーから「空気を読めていない」と思われているように感じ、「しまった」、「やってしまった」という思いになった。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	グループの流れに沿って動いた。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	ほとんど変わらなかったが、グループの流れには乗っていた。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	エクササイズを手順通りに進行しないことでその先の展開が分からず、「何か起こったらコ Fc として対応出来るだろうか」という不安が生じ、その対処としての行動であった。だが、それによってグループの流れが崩れたと感じてグループからも否定的に思われたと感じている。そのため、グループの流れを乱さないようにした。“出たから引っ込んだ”感じだった。グループに乗れたのではなく、他のメンバーと違う行動をとらなかつたため流れを邪魔することがなくなり、その分「乗れた」感覚を得たのだと思われる。この時は意識していなかったが、今思うとかなりコ Fc 役割を意識していた。
<p>[考察]</p> <p>エクササイズの手順を壊すことで想定外の事態が起こることへの不安を回避するため、「エクササイズを予定通りに進める」という<(コ)Fc 役割へのすがり>によって対処したものと考えられる。しかし、それは、グループで行われた<EG 場面の再構成>に順じないものであり、いわば“場から取り残されたメンバー”となったため、否定的感情が緩和されなかったのは当然であろう。</p>	

エピソード②	
①どのような場面か。	自分の作品の発表の際、あるメンバー(X)の行動を見た時。その行動の後、別のメンバー(Y)が

	発表した。
② どのような否定的感情を生じたか。	Xを非難したいと思えるほど嫌な気持ちになり、「これでいいのか」と思った。
③ どのような対処をしたか。または、しなかったか。	自分では何も出来なかったが、FcがYに「本当に発表してもよいのか」と訊ね、Yが「はい」と答えて発表したのので、Xの言動に対して「仕方ない」と思い込むことにした。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	上記したFcの発言によって嫌な気持ちが10から8くらいに減ったが、残りは継続した。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	Yが仕方なく発表したように見え、Xの行動が“Yへの発表の押しつけ”と思われたためXへの否定的感情が生じた。Xの行動が個人的な感覚では嫌だった。それを言えなかったのは、ネガティブなことを言うのが苦手だからである。

[第2回調査時のふりかえり]

Xを非難したい気持ちになったのに何もしなかったのは、それを言うことがグループの流れを乱すと思われ、“Fcをサポートする”立場であるコFcが場を乱すのはいけないと思ったからだった。その時はメンバーとしてグループに参加している意識が強かったが、今思うと教員やFcといった目上の立場の人の顔色をうかがい、コFcとしての役割を意識していたのだと思う。その目上の人への意識の強さは、日常場面でもあったが、気付いていなかった。その気付きは、EG終了後に指導教員との間で私生活上の悩みも含む私的・公的な会話を重ねていく中で得られたものだった。

[考察]

Xの強要するような言動が、強要への嫌悪感だけでなく、その嫌な感覚を表明することも嫌という感覚からなる否定的感情を発生させたが、無対処であった。それは、「目上の人の顔色をうかがう」という評価不安に近い感覚と、「Fcをサポートする立場の自分が場を乱してはいけない」という、《(コ)Fc 役割義務感》があったためのものである。だが、Fcの対応によって否定的感情は若干の緩和が見られた。

否定的感情が発生した原因と無対処であったことについて、当時、Cはどちらも個人的な感覚によるものと認識していたが、指導教員とのかかわりの中で、“コFc 役割への意識があったからだ”という気づきに至っており、自己の内面への洞察が進んでいる様子が見える。

エピソード③	
① どのような場面か。	<エピソード②>の後、Yの後にXが続いて感想を述べた後、Xの行動が自分に向けられた。
② どのような否定的感情を生じたか。	まず「やっぱり来たな！」と思った。Xから逃げられない感じがして「何なんだ」という嫌な気持ちになった。
③ どのような対処をしたか。または、しなかったか。	何もしていない。Fcから発表の立候補を問う発言があったが反応がなかったため、その流れで発表した。Xへの否定的感情に対しては「仕方ない」と思うことで押しこんだ。

④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	<エピソード②>に同じ。 ただ、後に、Yの「Xのような人がいて助かった」という発言を聴いて、YがXのことを悪く思っていないことを知ってほっとした。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	発表すること自体は嫌ではなかったが、<エピソード②>と同じようにXのやり方に違和感と嫌悪感を生じていた。それが自分に向けられ、「やっぱり嫌だな」と思った。Xの「やりなさい」という強い感じ(強制感)から逃げられないように思った。
【第2回調査時のふりかえり】 本当なら「皆で(順番を)どうしようか」と話し合いたかったし、自分が発表することがすぐ決まって欲しくなかったが、何もしなかったのは、自分ももしそれを言ったとしたら、「やられたからやり返す」意図があるとメンバーに思われると感じ、それを避けたかったからだ気づいた。	
[考察] <エピソード②>と類似の展開であろう。<エピソード②>では「目上の人の顔色をうかがう」という評価不安に近い感覚があったと思われるが、ここでは、メンバー(X)から「やられたらやり返す意図がある」と評価されることへの不安・恐怖であった点が異なる。	

4) D

Dはコ・Fcをつとめた。グループは、N群希望だった1名を除いて全員「自己を見つめる」D群を望む者で構成されたD群グループであり、DもD群での参加を希望した。同グループのFcもD群希望であった。同グループの教員メンバーには、普段から授業などで接する機会が多く、「とっつきにくい訳ではないが、気安く接することは難しい」印象であり、その印象はグループの中でも同様であった。

EGに対しては、「準備してきたことを活かす」という気負いがあり、「どういうグループになるのか」を気にしつつ臨んだ。また、コFcとして“Fcの補助”となることを心がけた。

なお、得られたエピソードは以下の1つのみであった。

エピソード①	
①どのような場面か。	エクササイズ中の、Fcが「(感想や作品を)発表してみましよう」と促した後の沈黙。
②どのような否定的感情を生じたか。	落ち着きのなさや焦りを感じた。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	可能な限り自分から発言し、それ以外は足を組み替えたり姿勢を変えたりした。
④ ③によって②は変化したか。どのよ	姿勢を変えることは一時的な対処であって落ち着きのなさの解決には至らず、自分から発言すると“荷が下りる”感じとなって、それまでの落ち着きのなさや焦りは半分ほどに減った。その

うに変化したか。	後メンバーの発言が続くと、消失する。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	そもそも沈黙が苦手であり、EGでの沈黙も同様に苦手と感じられた。「誰か喋らないかな」「物音でも起きないかな」と期待していた。Fc だったなら「他の人はどう？」と声をかけてみる事が出来たかもしれない。
<p>【第2回調査時のふりかえり】</p> <p>この時は、「メンバーとしていた」という認識があったが、EG 体験ふりかえりのカンファレンスでは「参加している感じより観察している感じが強い」と言われた。それは、内心でコ Fc という役割を意識し過ぎていたからなのか、自分の特性なのか分からない。主観と客観の違いの問題なのだろうかとも思っている。</p>	
<p>[考察]</p> <p>“沈黙圧”への否定的感情に対して、自らが出来る範囲の行動(発言と姿勢を変える)での対処を試みたと思われる。「Fc だったなら声をかけて見ることが出来たかもしれない」という発言から、“自らが出来る範囲”とは、“(コ)Fc 役割を負う自分に可能な範囲”であることがうかがえるため、率先しての発言や姿勢を変える行動は、<(コ)Fc 役割へのすがり>と解釈出来る。そして、否定的感情は、メンバーの発言によって緩和し、その後も同じ展開が繰り返されたものと思われる。</p>	

【大学院生 1 年生 Fc の否定的感情体験について】

① 対処行動と否定的感情の変化に関わる要因

大学院 1 年生 Fc における対処行動、否定的感情の変化に関わる要因は、表 3-2 の通りである。

大学院 1 年生 Fc の対処行動には、Fc 頻回体験者には見られないものがあり、否定的感情に関わる要因では、新たに否定的感情を発生・促進する要因が見出された。多くのエピソードで、《Fc 役割義務感》、《Fc としての評価不安》が否定的感情の発生・促進要因となっており、そこから生じた様々な否定的感情との相互作用によって否定的感情がさらに強まっている。また、“望ましくない”と感じた動きやそれに対する自分の対応の失敗の原因を<自己の不手際へ帰属>させたり、メンバーの言動に<被害的な意味づけ>を行うことで否定的感情がさらに強くなり、“Fc として”の役割遂行が難しいと感じた際、「エクササイズを予定通りに進める」「進行役」という二次的・形式的な Fc 役割にすぎることによってその場を乗り切ろうとしたエピソードが見られている。<Fc 役割へのすがり>は小柳(1981)の事例で見られ、それが Fc の自己評価の低さを背景とした<評価不安>への防衛であったのに対し、大学院生 1 年生で見られたのは《Fc 役割義務感》とそれが遂行出来ないことでの《Fc としての評価不安》のためであったものが多いように思われる。この違いは、大学院 1 年生 Fc はメンバー体験さえ全くないという条件の下で初めて(コ)Fc を務めたことが共通の理由だと考える。実際にファシリテートするグループには、複数回の EG 参加経験をもつ複数のメンバーと教員が含まれており、その中で“Fc としてやっていかねばならない”ため、教員を含むメンバーからの《Fc としての評価不安》が強まるのは当然であろう。

表 3-2 大学院生 1 年生 Fc の対処行動と否定的感情の変化に関わる要因

対処行動		否定的感情の変化に関わる要因	
①否定的感情が緩和・解消した対処		④否定的感情の緩和・解消要因	
外的対処	<ul style="list-style-type: none"> <自己開示> <ul style="list-style-type: none"> <SVを求める> <ul style="list-style-type: none"> ↳ <<視点の転換>> <メンバーへの相談> <ul style="list-style-type: none"> ↳ EG 場面の再構成> +Fc やメンバーの内面構成 	外的要因	<ul style="list-style-type: none"> <<メンバーからの肯定的な受けとめ>> <<視点の転換>>(※1)
		⑤否定的感情の発生・促進要因	
内的対処	<ul style="list-style-type: none"> <あきらめ> <ul style="list-style-type: none"> ↳ <<Fc 役割からの離れ>> ※一時的な“荷下ろし”であって 解消には至っていない 	外的要因	<ul style="list-style-type: none"> ---(メンバーの反応・言動、グループでの出来事)
②否定的感情が緩和・解消しなかった対処		内的要因	<ul style="list-style-type: none"> <<自己の不手際に帰属>> <<被害・否定的な意味づけ>> 相互作用 <<評価不安>>：目上の人やメンバーにどう思われるか <<Fc としての評価不安>> ↑ ↓ 相互作用 ↓ ↑ <<Fc 役割義務感>> ↳ Fc 役割不全感 ↳ 無力感 ↳ 焦燥感 ↳ 先行きの見えなさへの不安 ↳ 想定外の事態への不安
外的対処	<(コ)Fc 役割へのすがり>		
内的対処	<ul style="list-style-type: none"> <否認> <一緒に味わう> <メンバーの言動への注目と取り込み> 		
③否定的感情が発生・促進した対処		内的対処	<ul style="list-style-type: none"> <自己の不手際に帰属> <被害・否定的な意味づけ> (対：メンバーの言動・自己の不具合)
表示の意味			
A		A	
└ B …BがAの下位項目		└▶ B …AからBが生じたことを意味する	

EG 体験後のカンファレンスを含めて EG への参加が必修科目となっていることもその要因の 1 つだと考えられる。そして<<評価不安>>の強まりに従って<<Fc 役割義務感>>も強まり、前述した“否定的感情の悪循環”となったと考えられる。全くの“初心者”だからこそ、評価不安の源泉である教員に相談することが出来てその場を乗り切った対象者もいたが、大学院生 1 年生 Fc がメンバーや教員に対して引け目や怯え、自己卑小感、脅威感というものをもってグループに入っていることが、<<(Fc としての)評価不安>>という否定的感情を強めていたと考えられる。

2 事例では否定的感情の緩和に至っており、共通した対処行動は<自己開示>であったが、それは、「教員メンバーに相談する」と「メンバーに相談する」もの、そして、EG 期間内で SV を受けて

自身の体験を話すという3つの開示であった。SVはEGの概要で述べたように、2日目の日程の終了後に、3日目に向けて最低1回は受ける必要があり、メンバーやグループの様子に合わせてエクササイズのプログラムを決めるための“打ち合わせ”の場でもあった。否定的感情の緩和に至った2事例でのSVの内、1つはこの“打ち合わせSV”で、もう1つは、教員から声をかけられて“結果としてSVになったもの”であった。しかし、どちらのSVでも、自身の体験をスーパーバイザー(以下SVr)に聴いてもらうだけでなく、Fcが気づかなかったことへの指摘や、体験を捉え直す新たな視点の提示、今後へ向けた具体的な方策を得ており、それらが否定的感情を緩和させた大きな要因として述べられた点は共通している。Fc頻回体験者の体験から、〈(率直な)自己開示〉とその〈メンバーからの肯定的な受けとめ〉がFcの否定的感情の緩和に有効であることが示唆されたが、大学院生1年生Fcでは、SVrによる〈肯定的な受けとめ〉だけでなく、感情体験を捉え直す新たな視点を得たことが否定的感情の緩和に役立っていると言えよう。

なお、表中の「《視点の転換》(※1)」について、Fc頻回体験者ではEG場面の最中に自発的に視点を変えることで否定的感情が緩和されていく「対処行動」になっていた。それに対して大学院生1年生Fcでは、EG場面の外でのSVによって、“つまづいたら視点転換をすればよい”という知恵を得たことが、EG場面の外まで引きずっていた否定的感情を緩和させている。つまり、《視点の転換》は外的な緩和要因に過ぎず、対処行動とは言えないため、「否定的感情の緩和・解消要因」とした。

ところで、複数の1年生Fcから、「必ず(SVを)受けることになっていなければ(自分の体験を)話さなかったと思う」「話すのは難しかった」という感想が得られた。このことから、初心者Fcは、自分の体験や生じた感情を受けとめたり考察することが難しい様子うかがえる。もしくは、自分を含めたグループのメンバーにとってEGが“良い体験”となるようにしなければならないという《Fc役割義務感》のために、一人で抱えて吟味しようとしたのかもしれない。いずれにせよ、初心者にとって、①SVなど、自分の体験をじっくり話して受けとめてもらう場を持つこと、②体験を捉え直す新たな視点を得ること、の2点が重要な点である。

② 大学院生1年生Fcの否定的感情体験の捉え方について

否定的感情体験について、第1回調査では否定的感情体験を概観するために用意した5つの項目に沿って語ってもらったが、その場面の情景や事実に関する語りは詳細であったものの「⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのようなことが起こっていたと考えるか。」という質問に対しては少々まごついた印象であり、EG期間中に受けたSVで得られたSVrの観点やアドバイスを参考にして語っていた対象者も見られた。それに対し、第2回調査では各エピソードのまとめには記述していないが、対象者の多くが「否定的感情体験は成長のために必要」、「プロセスの中の一要素」という発言をしており、体験のふりかえりをして「こういうことだったのではないだろうか」と意味づけることで否定的感情が緩和しただけでなく、第1回調査に比べて自分の内面で何が起こっていたのかについての考察が深まっていた。否定的感情に振り回されず、その意義や意味を探ろうとし、否定的感情体験自体を学びとして捉える姿勢がうかがえた。

第3節 大学院生2年生 Fc の否定的感情体験

1) E

Eは前年(大学院生1年生時)にコ Fc を経験し、学部生時代はメンバーとして4回の EG 参加経験がある。グループのメンバーは「自己を見つめる」D 群希望者と、「どちらでもない」N 群の大学院生1年生、および教員メンバーで構成された D 群の Fc となった。大学院生1年生はコ Fc をつとめた。同グループの教員メンバーとは普段から接点が多く、好意を感じている。

前年の EG が終了した時、自分のグループの Fc を見て、「Fc は大変そうだ」、「自分の時は出来るだろうか」という不安が生じ、自分が Fc となることでその時の不安がよみがえり、「きちんと Fc としてやらなければならない」という強い思いで EG に臨んだ。

エピソード①	
①どのような場面か。	エンネームによる自己紹介の後沈黙となった。“形だけの自己紹介”と感じた。
②どのような否定的感情を生じたか。	ぎこちなさと居心地が悪さを感じた。居心地の悪さは、“Fc としてどうにかしなくては”という焦りに変わった。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	自己紹介の次のエクササイズから自分から率先して話し、他に話す人がいたら積極的に関わろうとした。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	焦りと居心地の悪さは減っていった。それらは徐々にゆっくり減っていき、その後のセッションで行ったエクササイズの中で、グループの中でメンバーと自分がそれぞれ自らの価値観を話し、「人によっては大事でも人によっては大事ではない。だが逆もしかりで、人との違いを気に病んだり気が引けたりしなくてもよい」というやりとりを通して、自分が“Fc として”という意識を強く持ち過ぎており、それが居心地の悪さになっていたのだと分かり、「そこまで気に病まなくてもいいのだ」と思えてからは、居心地の悪さや焦りは完全に感じなくなり、メンバーとしてグループに居ることが出来た。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	エンネームと簡単な挨拶だけが終わった後の沈黙に、ぎこちない雰囲気や居心地の悪さを感じて、「Fc として皆がもっと打ち解けて話せるようにしなくてはならない」という思いが生じ、自分が率先して話すことでそのきっかけになろうとした。それは、普段の“素の自分”がしやすい行動であったのもあるが、その時点では“Fc としてきちんとするため”という意識が強かった。だが、いつもの自分がしやすい行動をしているうちに、Fc ではなく個人・メンバーとしてグループに居る感覚が強くなっていき、自分の価値観を話すエクササイズでのメンバーとのやりとりを通して、居心地の悪さが“Fc としてグループにいること”だと気づいていった。
【第2回調査時のふりかえり】	
この時は、初めて Fc となったこともあり、「Fc としてきちんとしなくては」という思いが強かった。それは、「メンバー全員のことを把握しなければならない、その上でメンバーの成長につながるように、居心地悪くないように動かな	

なければならない」という考えで、冒頭の居心地の悪さは、個人としても感じたものだったが、行動したのは、「居心地を悪くしない」という Fc 役割を果たすためであった。その方法は、いつも自分がしやすい行動であり、そうしているうちに“素の自分”としてグループに居る感覚が強くなり、メンバーとのやりとりを通して、「自分の“Fc として”という考え・価値観にこだわっていたのだな」、「人によって価値観の良しあしは違うのに、とらわれ過ぎていたな」と思え、自分の“Fc として”という考えを持ち続けていなくてもよいと感じ、Fc 役割から離れることが出来たことで、それ以降は居心地の悪さも感じず、メンバーとして参加出来ていた。

[考察]

「ぎこちなさ」、「居心地の悪さ」、「Fc としての焦り」は、自己紹介に期待した展開が得られなかったことと、“沈黙圧”によってもたらされた。その解消のために「率先して話そう」と“モデルとしての Fc”を演じたが、それが普段の自分の姿と似ていたため、徐々に否定的感情と Fc 役割への意識が薄れ、個人(メンバー)として動くことに切り替えていった。これは、<モデルの演じ>によって「個人として動く」という「Fc 役割からのなれ」による否定的感情の緩和と言える。

さらに、価値観を扱ったセッションの中で得た「人によって価値観が違う」実感を基に、それまで抱いていた“E の Fc 像”が、“自分にとってだけ良い Fc 像”であったことにも気づいて否定的感情が消え、「メンバーとして動く」という新たなファシリテートの採用による解決と言えよう。

なお、エクササイズそれ自体が緩和機能を持ったことも興味深い。

エピソード②	
① どのような場面か。	休憩時間中にメンバーの1人(Z)から「沈黙が嫌い」という旨の発言を受けた。
② どのような否定的感情を生じたか。	Zの質問を“沈黙が嫌いな自分に気付いてくれない Fc への訴え”だと感じ、Fc への攻撃とも感じた。自分のファシリテートがまざったのではと思い、「やってしまった」という感覚になって非常に強い焦りや嫌な感じが生じた。嫌な感じは、Z に対して生じた。
③ どのような対処をしたか。または、しなかったか。	次のセッションから開き直り、自分の居たいように、居られるようにグループに居た。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	その場を乗り切ることは出来たが、その後のセッションの中盤まで「もやもや」した感覚が続いた。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	<エピソード①>からの流れで、グループに“個人として”居る感覚になっていたところ、「沈黙が嫌」という発言を受けたため、再び Fc として「なんとかしなくてはならない」と思って焦った。Zの発言を否定的に解釈したのは、それまでの自分のグループでの居方が“個人として”に近かったため余計に責任を感じ、まるで「攻撃」のように受け取ったのだろう。「開き直り」と言ったが、後ろ向きな開き直りであり、そのためにもやもやした感じが残った。
【第2回調査時のふりかえり】	
エピソード①からの流れで、“Fc として”という自分から、“個人として”の自分になり始めており、その沈黙場面への対応をしていなかった。そこに①で述べた Z の発言があったため、自分は個人としてグループに居たから Z の“沈黙の苦手さ”を掴むことが出来ず、それが Fc としての役割なのに、出来ていない自分を Z から突き付けられたように感じ、	

「Fcとしてちゃんとしていなかったのか、目が行き届いていなかったのか」という不安が駆け巡っていた。“嫌な感じ”は、この時はZに対するものだと感じたが、Zに対応するために“Fcとして”グループに居ることになる、グループに個人として居ることが出来なくなることに對する“嫌さ”だったのであろう。ただ、“Fcとして”という考えは1日目午後エクササイズでなくなり、Zについても、2日目以降のエクササイズを通して尊敬できる面(自分にはない要素を持っていること)を発見したこともあって、その頃には居心地の悪さや焦り、嫌な感じもなかった。

[考察]

エピソード①で“メンバーとして動くファシリテート”を採用したことにより否定的感情が緩和したが、ここではそれが否定的感情を生じさせている。Zの発言を「Fcへの攻撃」であると《被害的に意味づけ》たことがZへの否定的感情を生じさせ、その原因の《自己の不手際への帰属》によって“Fcとして動かなければならない”という《Fc役割義務感》が強められて「非常に強い焦り」が生じたものと思われる。Zへの直接的な対応はせず、「開き直る」ことでその場を乗り切っているが、「後ろ向きな」という発言から、Fc役割の発揮を避けるものと解釈出来る。野島の事例で見られた「操作の自重(あきらめ)」がグループ展開の促進をも目的としていたのに対し、ここではFcが「居られるように居る」ための、防衛的な手段としての「あきらめ」だと思われる。しかし、この対処により、その場を乗り切れる程度には否定的感情が緩和した。その後のエクササイズによるメンバー理解によって否定的感情は解消しており、エピソード①のようにエクササイズ自体に否定的感情緩和・解消機能が見られている。

Zに対する《被害的な意味づけ》について、最初は否定的感情の理由をZに他責的に帰属させていたが、第2回調査時のふりかえりでは、グループの中での自分の在り方に対する自らの欲求との齟齬に帰属させており、より客観的・相対的な考察が進んでいるのが興味深い。

2) F

Fは前年(大学院生1年生時)にFcを経験し、学部生時代にメンバーとして3回のEG参加経験がある。グループは、Fを含めて「自己を見つめる」D群希望者と、「他者と交流」するS群希望者、「どちらでもない」N群メンバー、そして教員メンバーで構成された混合グループであったが、D群グループとしてファシリテートした。同グループの教員メンバーは、他分野の教員で接点が少ないため特に印象はないが、グループ体験を通して「おしゃべりが好きな人」、「知性化傾向がある」と感じた。

前年のEGでは、個人的な防衛が強くてグループに居た感じがしなかったため、「もう少し楽しめたら。メンバーに関心を持ちたい」という思いで参加した。

エピソード①	
①どのような場面か。	寝ているメンバーや発言がないメンバー、他のメンバーの発言を押し返すほど自分のことを嬉しそうに話すメンバーを見た時。
②どのような否定的感情を生じたか。	自分だけが頑張っていると感じ、悲しくなった。喋るメンバーには怒りを感じた。喋っていない人には「もっと喋って欲しい」と思った。
③どのような対処をした	③-1:メンバーの発言には必ず質問・感想を返した。 ③-2:怒りを感じたメンバーを自分の中で「好きじゃない人」というカテゴリーの中に入れて“関わら

か。または、しなかったか。	なくてよい”と思うようにした。 ③-3：EG 場面外での SV でアドバイスを受け、その後のセッションでは話していないメンバーに「もっと話を聴きたい」と伝えた。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	④-1：質問・感想を述べるとその発言を基に喋る人だけで盛り上がりすぎてしまい、怒りや悲しみはさらに増えた。 ④-2：カテゴリー分けしたことによって実際関わらないようになり、その後、それまで喋らなかったメンバーが喋り始めたのを見て、「(カテゴリーに入れて関わらないようにすることが)グループのためにもなるんだ」と思え、怒りが減じた。 ④-3：メンバーに伝えると、「私もそう思っていた。だから今日は喋ろうと思っていた」と言われ、悲しさが減って嬉しさが生じた。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	「メンバー皆に関心を持ちたい」と思ってグループに居たのだが、喋っているメンバーの様子はそれと異なっているように感じ、「他の人に関心を向ける行動をする気がないのだろうか、自分にしか関心がないのだろうか」という思いが生じていた。自分の考える「皆に関心を持つ」在り方ではないと思われ、その違いに怒りや悲しみが生じたのだと思われる。話さなかったメンバーに「話を聴きたい」と伝えた時、そのメンバーも「話したい」と思っていたことが分かって、その人と「喋る」約束を結んだように感じ、自分についてきてもらっているような感じになった。この“約束の結び”でそのメンバーと暗黙の了解で結ばれている感じとなり、そのメンバーと一緒にそれまで喋っていたメンバーに対抗するような感覚になっていた。

【第2回調査時のふりかえり】

「関心を持つ」ということについて、喋っていたメンバーのやり方と自分のやり方は同じではなかったのだろう。そのメンバーは、自分を積極的に出していくことでグループに集中し、グループに居ようとしていたのだろうが、その在り方が自分のものとは違い、その違いが自分には受け入れられず、怒りの感情として現れたのだと思う。喋っていなかったメンバーに対して感じていた悲しさは、彼らを上手く参加できるように導けなかった自分への悲しさだったと考えている。

[考察]

ここで発生している否定的感情は「悲しさ」や「怒り」だが、その背景にあるのは“皆に関心を持ちたい”という F の欲求であり、本来の Fe 役割に沿ったものでもある。これまで紹介してきた《Fe 役割義務感》と《Fe としての評価不安》、それを巡って否定的感情を募らせていたのと大きく異なっている。「自分だけが頑張っていることの悲しさ」は、自分の欲求にメンバーが“ついてきてくれない”悲しさであり、そのため、喋らないメンバーに質問や感想を述べることで“ついてきてくれる”ように促すという対処行動をとったが、功を奏さなかった。その原因を、当時は喋らないメンバーに他責的に帰属させたが、第2回調査時のふりかえりでは自分のファシリテートのまずさにも帰属させている。大学院生1年生 Fe では、否定的感情の原因を<自己の不手際に帰属>させることが否定的感情の促進要因となっていたのに対して、ここでは、他責的帰属による否定的感情を緩和し、相対化するように働いている。こうした相対化は事後的になされたものであるから、EG 場面での否定的感情を見つめ返す作業が意味深いことを示唆している。怒りを感じさせたメンバーを心理的に切り離した対処行動は否定的感情を緩和したが、それに加えて、悲しさを感じさせた喋らないメンバーには、SV を契機に“話してもらおう”ことを伝えるという対処行動だけでなく、喋るメンバーに対抗する心理的同盟を結んだという捉え方も対処行動となった。どちらの対処行動も怒りを緩和させただけでなく、後者の対処(心理的同盟)は、悲しみも解消させている。このエピソード①では、質問、感想を述べるという、技術的対処行動(これを、<言

語的関わり>とする)が否定的感情の緩和をもたらさず、かえって強めた一方で、<心理的切り離し>と<心理的同盟の結び>という内面的な対処行動が有効になったことも興味深い。

エピソード②	
①どのような場面か。	全員で一枚の紙に順番にコラージュする際、「コラージュする人や出来上がっていく作品に注意を向ける」旨をメンバーに教示したが、他のメンバーの様子を見ることなくそれぞれが自分の作業に没頭していた。
②どのような否定的感情を生じたか。	皆が見ていないところで知らないうちに作品が出来ていくことや、メンバーの作ったそれぞれのもが勝手に一つにつながってしまうように思い、「勝手に出来上がっていく」感じに対して「怖い」と思った。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	怖さに対しては何もしなかったが、作業の順番が分からなくなった時に、メンバーに声をかけた。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	「勝手に出来上がっていく」ことへの恐怖は続いたが、声をかけた後、メンバーの多くが自分の作業だけに没頭しなくなり、そのうちの1人が他のメンバーの様子や作品に注目するようになった。それを見て、「皆が見ていないところで作品が出来ていく」ことへの恐怖は減った。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	作業中、メンバーは自分が貼りたい物を探し、それを切り取る作業に没頭しているように見え、「皆で1つの作品を作っている」のではなく、それぞれが個人作業をしているだけのように感じ、それぞれが何をどう思っているの分からないまま、作品だけは紙面に1つになっていくことに恐怖を感じた。メンバーの1人が見ていてくれたことに対しては、「私は1人じゃない」と感じ、一緒にグループを見守っているように思えた。そのメンバーがいてくれたおかげで乗り切ることが出来、作品を作る作業の終了と同時に恐怖もなくなった。

[第2回調査時のエピソードに対するふりかえり]

作業中に感じたことは個人的な感覚だったが、エクササイズのふりかえりで、メンバーとの気持ちのやりとりが出来ず、メンバーから“感情”が出てこないことに対して、個人としてだけじゃなくFcとしても“拾いたいのに拾えない”感じがしていた。メンバーが作品に注意を向けていないことについて、それまで話せなかったメンバーにとっては、コラージュの順番制で“自分が動いていい時間”を作られたことで、その時間に“自分”を出すことが出来、集中できたと思われ、それが相対的に他のメンバーへの関心がないように見えたのだろう。

[考察]

ここでは、エクササイズの作業の様子に対する「恐怖」が生じているが、それは“皆に関心を持ちたい”という欲求を満たそうとするFのエクササイズへの取り組み方と、メンバーとの違いからのものと考えられる。「恐怖」に対して直接的な対処は行っておらず、エクササイズの作業の終了と共に恐怖も消失しているが、ここでもエピソード①のように、メンバーの一人との<心理的同盟の結び>によって否定的感情が緩和していることがうかがえる。第2回調査時でのふりかえりは、自身が感じた否定的感情の理由をメンバーの視点から考察しており、メンバーにとってのエクササイズの意味や価値への思索へと及んでいる。

3) G

Gは前年(大学院生1年生時)にFcを経験し、学部生時代にメンバーとして4回のEG参加経験がある。Gは「他者と交流」するS群を希望し、グループは「どちらでもない」N群の大学院生1年生を除いてS群希望者と教員メンバーで構成されたS群のグループであった。大学院生1年生はコFcであった。同グループの教員メンバーに対し、「先生」という印象はなく、「さらっとした、ありのままにいる」と感じて安心感があった。

前年のEGでは、Fc役割を意識したことでグループでの居心地の悪さを感じたため、「もっと自分らしくあろう、メンバーを大切にしよう、メンバーに目を向けよう」と心掛けてEGに参加した。

なお、第1回調査の際、最初に「特に否定的感情を感じた場面はなかった」と述べたが、その後、以下のエピソードを語った。

エピソード①	
① どのような場面か。	あることについて、メンバー(α)は「得意」と話し、もう一人のメンバー(β)は「苦手」と話した。
② どのような否定的感情を生じたか。	βは、「苦手」であることを自分の“悪いもの”として見ていると感じ、「それは違う」と思った。また、αの言うことは「得意」とは言えないのではないか、「得意」とは何だろうと思ひ、その違いが疑問となった。αやβ自体への疑問ではない。
③ どのような対処をしたか。または、しなかったか。	感じた違いの原因や理由探しを自分の中で行い、βの良いところがあると思ってリフレーミングしようとしたが、上手くいかず、自分が感じた疑問を感想として言語化する形となった。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	リフレーミングは相手に伝わっていないと思ったが、言語化したことで「違い」について気になる感じは解消した。ただ、疑問は残った。この疑問は結構気になったもので、その日1日メンバーが話したり聞いたりしている様子に注目するきっかけとなり、メンバー理解につながった。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	αとβの「得意」と「苦手」の意味が逆だと感じられ、「そう感じた原因は何だろう」という疑問が生じた。「得意」と「苦手」との対立については、“対立”という言葉が合うのかは分からないが、意味は同じものなのに本質がずれていると思ったことと、αは思ったことをすぐ口にする人で、その勢い・雰囲気によりβが圧されているように感じたためにそう感じられたのかもしれない。また、βに対してリフレーミングをしようと思ったのは、βは、「苦手」であることを自分の“悪いところ”と感じていると感じられたからである。「そんなことはない。βにも良いところはある」と思ひ、それを示したくなった。それがβに伝わったかどうかは分からないが、自分の疑問は言語化したことで収まった。
【第2回調査時のふりかえり】	
特にない。否定的感情ではなく、ただの疑問。そこからメンバー理解へとつながったのはよかったが、Fcとして居ようと思っていなかったのに、個人としての自分とFcとしての自分が半々くらいだった。Fcとしての自分はなくてよかったと思ひている。	
[考察]	
「否定的感情」として語られた内容は言葉の概念への疑問であるが、言語的な概念の違いへの思索からメンバー同士	

の関係性・メンバーのグループ内での力動やメンバーの内面へと意識が向けられており、それは、本来の Fc 役割に沿ったものと言える。G の感じた疑問は言語化によって解決(解消)しているが、この〈言語化〉は“自分の考えや感じたことをメンバーに話す”という意味で〈自己開示〉と言え、疑問への対処行動である。経験者 Fc や大学院生 1 年生 Fc の体験から、〈自己開示〉が否定的感情の緩和機能を持つためには「メンバーの肯定的な受けとめ」が必要であったが、ここでは言語化のプロセス自体に疑問解消機能があったと考えられる。

エピソード②	
① どのような場面か。	寝ているメンバーが 2 人いた。そのうちの 1 人(X)は、関心がある話題には急に起きて発言し、もう 1 人(Y)は、自分の話をする以外は寝ていた。
② どのような否定的感情を生じたか。	2 人のメンバーが寝ていると気づいた時、最初に「眠そうだが頑張っているメンバーや、学生として参加する最後の EG のため気合が入っている学部 4 年生メンバーの前で寝るのは何でだろう」と思い、「メンバーの皆はこの人たちをどう思っているんだろう」と思った。寝ているメンバーや、寝ていること自体には特に否定的感情はなく、「寝ているのに(自分の話をする時は)突然起きて喋り出す」ことに対して、単純に「何でだろう？」と思っていた。
③ どのような対処をしたか。または、しなかったか。	③-1: メンバー全体に向けて、より話を聴いている素振りや傾きを多くした。 ③-2: 「まあいいか、X と Y はこういう人なのだろう」と思うようにした。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	④-1: この対応でメンバーに何か起きたことはなく、自分も特に変わっていない。 ④-2: 一瞬、「寝ている人を無視していることになるのか」と思い、「2 人の抵抗だったとしたらそれはマズイ」と思った。そして「自分の読みとり違いだろうか」、「それとも本当はもっと出来たらよかったのか」と、色々な考えに変わっていったが、「これはこれでよいのでは」という考えになっていった。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	⑤-1: Fc の対応で何も起きなかったのは、「寝てたら寝てていいんじゃない」という他のメンバーの雰囲気があって、2 人が寝ているのに慣れてるからだろうか、と思っていた。 ⑤-2: 「抵抗」について、それがもし「課題が嫌」という意味での抵抗だとしたら、その課題を設定したのは自分なので「私のせいだ」と責任を感じてしまう。しかも課題は途中で変えることが出来ないで、そう理由づけると自分のせいであっても手の施しようがなくなってしまう。寝ているのはその人の個人的な理由のためだ(自分で話す方が好きで興味があるところだけ話したいからそれ以外の場面では寝ている)とした方が自分は楽であるので、そのために「そういう人達なのだろう」と思ったのではないかと考えた。しかし、最終的には「2 人があるようにあればよいだろう」と意味付けるに至った。
【第 2 回調査時のふりかえり】	
寝ていることについて、その理由を過剰に自分のせいにしてきた。「課題を考えたのは自分だから、もし抵抗だったとしたらマズイ」という考えも、メンバーからの評価を気にしていたのかもしれない。	
[考察]	
エピソード①に引き続き、こちらでも「否定的感情はない」と述べている。このエピソードでは、寝ているメンバーを巡って、寝ているメンバーの自分の受けとめ方と、他のメンバーがそれをどう捉え、感じているのかというメンバーの内面の動きへの思索が行われている。この“問いかけ”に対する G の「より話を聴こう」とする対処行動は功を奏さ	

ず、「こういう人たちなのだと思う」という、メンバーに対する内的なくラベリング>によって対処している。Fcの内的な動きによって対処するという点ではFの事例と類似するが、Gはこの対処について自己の防衛の可能性の検討をその場で重ねている点が異なっている。その後の「2人があるようにあればいいだろう」という意味づけは、中田(1993)で見られた、メンバーのありたいようにあることへの<肯定的意味づけ>と思われ、この意味づけがGの“問いかけ”の“答え”となっていると考えられるが、第2回調査時ではそれがメンバーからの評価への気がかりを背景にしているという新たな考察がなされており、自己の防衛の検討を通して体験を相対的に捉え直している姿がうかがえる。

<エピソード③>	
①どのような場面か。	創作系のエクササイズを行ったが、メンバーが何を描いたのか、何故描いたのかが分からなかった。すると、描かれたものの意味を別のメンバーが指摘し、そこで初めて分かった。
②どのような否定的感情を生じたか。	メンバーが描いたものが分からない自分、気付けない自分に対して、「全然出来ていない。まずい」と感じた。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	作品について、それまで気付かれていない意味やそれに気付く人に対して「拾っていかなければならないのでは」と思い、実行した。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	「まずい」という気持ちは「より注意していこう」という気持ちに変わった。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	指摘したメンバーに対して「すごいなあ」と驚き、素直に感心していた。「この人はこういう見方が出来る人なんだな」と思い、「いいなあ」と思っていた。羨ましい、嫉妬した、ということではない。
<p>【第2回調査時のふりかえり】</p> <p>これも否定的感情という訳ではない。「まずい」というのは、Fcとしても、自分としても、半々くらいで感じていた。Fcとしてのまずさは、グループを促す役割として、全体の流れや個人の発言の意味を考えなければ出来ないことだと思っていたのだが、そういった状況把握が出来ていなかったことに焦りを感じ、それが「まずさ」として感じられた。個人としての「まずさ」は、単純に話を聴けていないことに対する「出来てない」という感覚であった。</p>	
<p>[考察]</p> <p>ここで感じている「まずさ」へは、「それまで気付かれていない意味やそれに気付く人を拾っていく」という、Fc役割を<言語的な関わり>で発揮することで対処しているが、その「まずさ」が、自身の考えるFc役割を十分に発揮出来ないというFcとしての自分に対するものと、「話を聴くことが出来ていない」個人としての自分という2つの自分に対するものであったという第2回調査時のふりかえりから、その対処がFcとしての立場だけでなく、個人としての立場からも行われていたことが考えられる。その対処により、「まずさ」は「より注意していこう」という、作品やメンバーの言動に注目を向ける動機に変わっており、メンバーからの指摘を契機に、作品やメンバーへの興味関心を向けより理解していこうと試みたエピソードだと考えられる。</p> <p>なお、このエピソードで感じた「まずさ」を、《Fc 役割不全感》と解釈すると、他の大学院生Fcの事例ではそれが</p>	

さらに否定的感情を強めたり新たな否定的感情を生じさせたりしているエピソードが多く見られているのに対し、Gの体験ではその様子はなく、そもそもGは「否定的感情ではない」と述べている。その違いは様々な要因が考えられるが、Gの他のエピソードがいずれも「否定的感情ではない」として述べられていることから、Gの個人特性であろう。

【大学院生2年生Fcの否定的感情体験について】

① 対処行動と否定的感情の変化に関わる要因

大学院生2年生Fcにおいて見られた対処行動と否定的感情の変化に関わる要因は、表3-3の通りである。

大学院生1年生Fcと同様に、《Fc役割義務感》や《Fcとしての評価不安》が見られたが、それが強かったのは今回初めてFcとなった対象者であり、他の対象者ではあまり見られなかった。また、個人としてEGに参加している・参加しようとしている姿がうかがえ、その姿勢は、前年の経験（「Fc役割を意識しすぎて居心地が悪かった」、「個人的な防衛が強くて楽しめなかった」）が影響して修正されたものであった。そして、大学院生1年生Fcでは“Fc役割の発揮”を巡って否定的な感情が生じていたことが顕著であったのに対し、「居たいように居たい」、「メンバーに興味を持ちたい」という個人的な欲求や観点から否定的感情や疑問が生じている。その否定的感情や疑問に、Fc役割の発揮による対処が見られたのは大学院生1年生Fcと同様であるが、大学院生1年生Fcが“進行役”という二次的・形式的なFc役割にすぎることによってその場を乗り切ろうとしたものであったのに対し、大学院生2年生Fcでは「質問や感想を述べる」、「話を聴くそぶりをする」といった、言語・非言語での反応を増やしてメンバーとの関わりを活性化することを狙った点が異なっている。この対処によって否定的感情が緩和・解消した例は少ないが、その際、《心理的切り離し》や《心理的同盟》、《ラベリング》といったFcの内的な動きによって否定的感情が緩和していることが興味深い。Fcの内的な作業・動きは、Fc頻回体験者の事例で見られた否定的感情が緩和・解消した対処行動にも見られているため、質問や感想を述べたり、話を聴く素振りをするという技術的・外的な対処だけでなく、内的な対処も重要であるという示唆だと考えられる。

そして、大学院生1年生Fcでは否定的感情の発生・促進要因になっていた＜自己の不手際への帰属＞が、大学院生2年生Fcでは否定的感情の緩和要因になっていることが興味深い。この点について、次の「②大学院生2年生Fcの否定的感情体験の捉え方について」で述べる。

② 大学院生2年生Fcの否定的感情体験の捉え方について

第1回調査での体験の捉え方は、大学院生1年生Fcに比べて自己洞察的であった。その観点は、EG期間中もしくはEG期間終了後、SVやカンファレンスに頼らずに体験をふりかえる中で得られたものであった。それに加え第2回調査では、生じた感情の背景や理由、グループの中での自分の立場やメンバーとの関わりなどへの考察を通して、自分とメンバー、自分とグループを相対化する新たな視点が得られていただけでなく、メンバーの立場での視点で体験を捉え直していた。その中で、大学院生1年生

表 3-3 大学院生 2 年生 Fc の対処行動と否定的感情の変化に関わる要因

対処行動		否定的感情の変化に関わる要因	
①否定的感情が緩和・解消した対処		③否定的感情の緩和・解消要因	
外的対処	<自己開示> ↳ <言語化> <モデルの演じ> ↳ <<Fc 役割からの離れ>>	外的要因	<<メンバーの肯定的な受けとめ>> <<エクササイズの内容・過程>>
内的対処	<あきらめ>：Fc 役割発揮回避 防衛的手段であり、解消には至らない <心理的同盟> <心理的切り離し> <ラベリング>	内的要因	<<Fc 役割からの離れ>> <自己の不手際への帰属> ↳ 客観的・相対的な考察が進む
②否定的感情が緩和・解消しなかった対処		④否定的感情の発生・促進要因	
外的対処	<言語的にかかわり>	外的要因	--- (メンバーの反応・グループの出来毎)
内的対処	<自己の不手際への帰属> 対：メンバーの言動やグループでの出来事 <被害的な意味づけ>	内的要因	<<自己の不手際に帰属>> <<被害的な意味づけ>> } <<Fc 役割義務感>> <<Fc としての評価不安>>
③否定的感情が発生・促進した対処			
外的対処	<自己の不手際への帰属> 対：メンバーの言動やグループでの出来事 <被害的な意味づけ>		
表示の意味			
A ↳ B …B が A の下位項目			
A ↳ B …A から B が生じたこと を意味する			

Fc では否定的感情を発生・促進させていた<自己の不手際への帰属>が、大学院生 2 年生 Fc では否定的感情の緩和・解消に役立っていたことは、大きく異なる点である。大学院生 2 年生 Fc は、望ましくないと感じた出来事を、当初の他罰的な視点での捉え方から自責的に捉えることによって体験を客観的・相対的にふりかえっている。その変化は EG 期間中と EG 全日程終了後の自発的なふりかえりを繰り返すことで生じたものであったことから、EG 体験後に何度も体験をふりかえることが重要と考えられる。

大学院生 1 年生 Fc は、EG 体験を通して自己洞察が深まって行ったのに対し、大学院生 2 年生 Fc は、自己洞察に加え他者の立場から体験の意味づけを行っていた。

第4章 筆者の否定的感情体験の自己分析

第1節 方法

この章では、筆者のEG・Fc体験の中の否定的感情体験の回顧による自己分析を行う。その際、第3章で行った大学院生Fcの事例と比較検討しやすくするため、筆者の体験を、第3章第1節で述べた5項目ごとに整理し、否定的感情への対処行動や、否定的感情の変化に関わる要因を拾っていく。

筆者の大学院生1年次の体験は、「M1時の体験」、大学院生2年次の体験は「M2時の体験」と表記し、それぞれEG中に用いた資料(ふりかえり用紙など)および、EG体験のふり返りを目的とする事例検討会(カンファレンス)で使用した資料と、回想を基に構成した。

自己分析の実施時期は、大学院生2年次のEGが終了した後であること、自己分析と並行して第3章で取り上げた事例の分析も行っている。そのため、特に1年次についての記述・考察には、2年次の体験と調査対象者の事例研究から導き出された調査観点や枠組みとによって影響を受け、意味の書き換えが行われているものと思われる。そのため、この章を3章の節とはせずに独立させた。

検討・考察の手続きは、第3章の大学院生Fcの事例検討と同様である。

第2節 M1時の体験

【EGの概要】

某年10月下旬に行われたH大学教育学部心理学科教室の教員を含む全構成員を対象とするEGである。参加者は1グループ6~10名ずつの9つのグループに分かれ、それぞれ7~8つのエクササイズを実施する構成的グループである。学校を離れた“文化的孤島”において一泊2日の日程で行い、日常の場面とは違うと意識してもらうために、EG中は実名ではなくエンカウンター場面限定の名前である「エンネーム」を使用した。なお、このEGは授業科目に組み込まれており、学部学生にとっても大学院生にとっても必修である。

グループは、事前に行われたEGへの参加動機を問うアンケートで、「他者との交流を重視する」S群と、「自己の内面、新たな面への気づきを重視する」D群に分けられ、臨床心理学分野の大学院生はFcまたはコFcをつとめた。

エクササイズの選択や構成は、大学院生全員による「Fc養成エンカウンター・グループ」の中で参加者の参加動機に合うように検討され、その中で、大学院生はそれぞれ最低2回、Fcを経験した。なお、EG終了後はEGに参加した臨床心理分野担当教員および大学院生をメンバーとしたカンファレンスを、EG体験のふりかえりとして行っている。

表 4-1 筆者 M1 時の EG 日程

1 日目	2 日目
12:30 バス移動	9:00 セッションⅣ
13:00 目的地到着 導入セッション	11:00 セッションⅤ
13:45 セッションⅠ	12:00 昼食
16:00 セッションⅡ	13:00 セッションⅥ
18:00 夕食	14:30 バスで移動 解散
19:30 セッションⅢ	
22:30 懇親会	

【筆者について】

「Fc 養成エンカウンター・グループ」での Fc・メンバー体験を除けば、EG への参加も Fc 体験も初めてである。「初めてだからこそどっぷりはまってみたい」という考えから、「自己の内面、新たな面への気づきを重視する」D 群での参加を希望し、D 群の Fc を務めた。同グループの教員メンバーには、普段から授業などで接する機会が多く、日頃の様子から「厳しい人」、「曖昧のままで済ませられない」というイメージを抱いており、「何かしたら叱責されるのではないか」という叱責不安(恐怖)があった。

EG に対しては、事前に行った「Fc 養成エンカウンター・グループ」での様子(率直な感情がやりとりされる場で圧倒されたり、居心地の悪さを感じた体験)や先輩の話(精神的に来る、きつい、EG 後のカンファレンスでも「ズバツと切られる」など)から強い不安を感じ、Fc として「出来るだろうか」と不安だったが、「やらなければならないのだから」と言い聞かせて臨んだ。

エピソード①	
①どのような場面か。	教員メンバーがエクササイズの作業ではないのに首をかしげながらプリントの端に何かを書き込んでいるのを見た時。
②どのような否定的感情を生じたか。	「自分のやり方の悪い点を書いている」と思われ、教員メンバーから「Fc として、臨床学科の大学院生として劣っていると評価されているのでは」と不安になり、怖くなった。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	“良い Fc”としてあらねばならないと思ったが、その方策が浮かばず、何も出来なかった。とにかくエクササイズの進行だけはしっかりやろうと思い、懸命になった。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	エクササイズをミスなく進めようすると、まるで司会進行のようになってしまい、自分でも「おかしい、居心地が悪い」と感じたがやめることが出来ず、教員メンバーに対する怖さは全く変わらないばかりか、自分でも「こんな Fc は駄目だ」と余計に辛くなった。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	EG 開始前から自身の Fc としての能力に不安を感じ、手探りの状態であったところにメンバーから否定的と感じられた反応があったため、“その原因が自分のファシリテーションにある”と、自分の最も不安な部分に原因を帰属させた。そして教員メンバーは自分にとってあくまで教員であり、その人物が「首をかしげながら」「何かを書いている」からには、きっと「悪いとこ

	<p>ろを記して評価しているのだ」という推論に陥った。要するに、評価不安・叱責不安のために、怪訝な様子について訊ねることも出来ず、違和感や居心地の悪さを生じながら司会進行役を続けていった。</p>
<p>[考察]</p> <p>教員メンバーの“怪訝な様子”を「自分を悪く評価している」証拠と解釈し、評価されることへの不安が生じている。これは、EG 開始前から抱いていた不安を背景として《評価不安》が生じ、＜被害的な意味づけ＞とその原因の＜自己の不手際への帰属＞がそれを強めたと言える。この不安には、《Fc としての評価不安》以上に《自己(の専門的な技術・技能)への評価不安》が強く、小柳(1981)の＜評価不安＞と同類であると思われる。それへの対処行動は、“司会進行役”という＜Fc 役割へのすがり＞である。小柳において＜Fc 役割へのすがり＞が否定的感情緩和要因だったが、ここでは、同時に「違和感」や「居心地の悪さ」という否定的感情の発生要因となった。これは、本来の Fc 役割の中では表面的・形式的なものに過ぎない“司会進行役割”と、自身が理想としていた Fc 役割との齟齬によるものであろう。ここでの理想と思ったのは、《評価不安》のために実行することが出来ず、「違和感」や「居心地の悪さ」への対処も行えなかったと思われる。</p>	

<p>エピソード②</p>	
<p>①どのような場面か。</p>	<p>創作系のエクササイズを行ったが、その教示の際、出来た作品について「封印(その場で作品を封筒に入れて封をし、以後開けないこと)するんですよね？」という質問があった時。封印は予定にはなかったが、反射的に「はい」と返事をした。</p>
<p>②どのような否定的感情を生じたか。</p>	<p>質問があった時は「封印するべきものなのに、封印を予定していないことで何か悪く思われるのではないか」と瞬時に思っしまい、EG の設計者の一人としていたたまれない気持ちになった。しかも、「はい」と言った後は、予定外のことをしたことによる焦りや不安が湧いてきた。</p>
<p>③どのような対処をしたか。または、しなかったか。</p>	<p>予定外のことをしてしまったことをカバーしたいと考え、作品が出来た後で「持ち帰りたい人は持ち帰ってもよい」という旨をメンバーに伝え、Fc は持ち帰ることにした。</p>
<p>④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。</p>	<p>「封印します」という発言に矛盾している発言であり、矛盾感が居心地悪く、取り繕っている感じがして余計に不安は強くなった。作品を持ち帰る選択をしたことは余計に嫌な感じがして不安を解消するには至っていない。</p>
<p>⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。</p>	<p>「封印するんですよね？」という質問に「封印すべき」という被強制感を得て、流される形で「はい」と返事をした。このエクササイズ自体や封印しないという手続きに問題があるのでそこを突かれたと思い、さらに質問を“指示”と受けとめ、それに従うことで問題が補修されることを期待したようである。「封印はしない予定でいる」と伝えたり「封印したいということですか」と返すことで、マイナスに評価されることを回避しようとした面もあった。その一方で、予定外のことをしてしまった焦りと、試演の際に思っていた「こんな感じだろう」という見通しの崩壊感もあったようである。</p> <p>なお、作品を持ち帰る選択をしたのは、予定外のことをしてしまったことの取り消し・埋め合わせとしての防衛だと思われ、「後でその作品を見たら EG 場面を思い出して嫌な思いをするだろう」とも感じており、そのことも 否定的感情を強めていたと思われる。</p>

[考察]

ここでの否定的感情体験は、2つあると思われる。1つは、質問を“指示”と捉え、それに従うことで「いたたまれなさ」の解消を試みたもの、2つ目は、それによって生じた想定外事態への不安に対し、「エクササイズを予定通りに進める」という<Fc 役割へのすがり>で対処したものである。1つ目は、大学院生1年生 Fc の B の事例で見られた<メンバーの言動への注目と取り込み>と類似するが、メンバーの発言に被強制感を得ている点と、それが《評価不安》を背景としている点が異なっている。2つ目については、<Fc 役割へのすがり>によって「居心地の悪さ」と「矛盾感」を生じており、エピソード①に続いて、否定的感情への対処行動によって新たに否定的感情が生じたエピソードだと思われる。なお、「矛盾感」は「居心地の悪さ」を強める促進要因にもなっている。

エピソード③	
①どのような場面か。	あるメンバーが「こんな風にフィードバック出来たらいいのにな」と思わせるフィードバックをしていた。そのため、それを真似てフィードバックを試みたが、メンバーの作品を評価・批評するような発言になってしまった。フィードバックを返したメンバーの反応はなかった。
②どのような否定的感情を生じたか。	「やってしまった」という感覚がまずあり、「やはり自分では駄目なんだ」と落胆し、惨めに思った。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	③-1：自分の発言の最後に「思っていることや考えていることを上手く言葉に出来なかったですが…」と言うことしか出来なかった。 ③-2：その後、Fcとして司会進行以外の役割を果たそうと試みることを諦め、時間が過ぎるのを待った。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	④-1：自分は「上手く言葉に出来ない」と言ったり司会進行役しか出来ない“駄目な Fc”だと自分で証言しているように感じ、それが惨めで余計に辛くなった。 ④-2：諦めた後、セッションが終わってグループから離れると“荷を下ろした”ように思われ、疲れは強かったが楽になった。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	メンバーのフィードバックに、それまでの自分のファシリテーションにはない“Fcらしさ”を感じ、それを取り込むことで“Fcらしく”あろうとした。この時は意識しなかったが、そのメンバーに対して“Fcとしてのお株をとられた”感覚もあったようである。しかし、肯定的反応がないことで失敗と感じ、<エピソード①>の時のようにその原因を自分に帰属させ、“駄目な Fc”、“駄目な自分”という思いが強くなったため、自分には「もうどうしようも出来ない」という諦めにつながった。そしてグループから離れたことで、Fc 役割を負う自己とともに、Fcとしての否定的自己像も解放されて、楽になることが出来たのだろう。

[考察]

対処行動は、＜メンバーの言動の取り込み＞と、＜あきらめ＞の 2 つである。＜メンバーの言動の取り込み＞は失敗し、その原因を＜自己の不手際に帰属＞したことで、評価不安を背景とした“Fc 役割不全感”をもたらした。この不全感、EG 開始直後から緩和されずに持続していた“Fc としての能力への不安”を一層強めたと思われる。そこで「もうどうしようもない」という＜あきらめ＞へと至り、これによって「荷を下ろす」という意味での「Fc 役割からの離れ」が起り、一時的だが、不全感から免れることが出来た。

＜あきらめ＞は、野島(2000)の事例からはそれが 1 つの対処行動と言え、中田(2001)の事例では Fc の自己開示を促す“ファシリテーター権威からの脱却”という対処行動であり、Fc の否定的感情の緩和だけでなく、その後のグループ展開を促進させた大きな要因であったと言えるが、筆者の場合は Fc 役割を荷下ろしただけでその後の EG 場面展開に役立っておらず、グループ展開という視点が欠けた逃避に過ぎなかったと思われる。

エピソード④	
①どのような場面か。	最終セッションで、EG の感想を紙に記入して発表したが、あるメンバー(a)だけがしばらく紙に何も書かず、発表も最後になった。a からは「よく話を聞くことも出来なかったし言うことも出来なかった」という感想が述べられ、それに対して「今言えることや言いたいことはありますか」と質問したものの、「いいです。大丈夫です」と言われた。
②どのような否定的感情を生じたか。	まず「全然大丈夫じゃない！」と思った。a が、というよりは、筆者自身が「大丈夫じゃない」思いであった。焦りのような感じがあり、それはとても強かった。「やっぱり自分では駄目なのか」という思いになった。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	自分の感想は言い終わっていたが、a の発言の後に、「懺悔大会みたいになっちゃうけど」と前置きして、“(a が)話を聞けなかったり話せなかったりしたことや、a 限らず他のメンバーに対しても色々ところで Fc が至らなかったことが影響していると思う、そうであれば本当に申し訳ないと感じている”旨を話した。 その後、メンバーが筆者の発言に対して首を振り、a も「Fc さんが謝ることじゃない」と発言し、「最後に聞くけど、Fc として発言していたのか、メンバーとして発言していたのか」という質問をした。それに対して、「Fc としての発言は多かったが、その時言いたかったことを言っていた」と答えた。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	メンバーに話したことで、「大丈夫じゃない！」という焦りや不全感は小さくなった。それまで感じ続けてきた苦しさや怖さが減っていくように感じ、「荷が下りた」ような感覚となって、初めて“自分が出た”ように感じた。 自分の発言に対するメンバーの様子や、a かの質問に答えたことで、その“自分”が落ち着いたように感じ、ほっとした。 しかし、帰りのバスの中で自分の言動をふり返った時、「全然ダメだった」「Fc として全く出来ていなかった」という落ち込みや、強い疲労感を感じた。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こったか。	a に質問することが出来たのは、その感想が「～出来なかった」という否定型の発言だったからである。それは、自身のファシリテーション技能でも拾うことが出来た“分かりやすい”ポイントであり、拾うことが Fc 技能の最低ラインと感じたため、拾わない訳にはいかなかった。また、前日

<p>ていたと考えるか。</p>	<p>から一晩おいて多少気が楽になっていたため、話しかける余裕があった。しかし、a が話さなかったため、「分かりやすい」ポイントでさえ掴めない“駄目な Fc”だと思われて否定的感情が強くなり、どうしようもなくなった。すると、「このままの感情でグループを終わりたいくない」という強い気持ちが湧き起ってきて、自分の思いを打ち明けた。打ち明けは、最後のセッションだから出来たことでもあった。</p> <p>打ち明けに対するメンバーの反応は、「あなたは悪くない」と言っているように見え、a からの質問を、筆者が司会進行役としてしか居なかった苦しさに気付いてそれを吐き出させるものと感じて、「自分の様子を分かってくれた」と、自分を受け入れられたように感じて安堵感を得たが、安堵感を得てもそれまでの Fc としての自分は“駄目な Fc “であることには変わらず、それを思うと「出来ていなかった」ことばかりが思い出されて落ち込み、Fc という役を背負い続けてきたため疲労感が生じたのだろう。</p>
------------------	--

[考察]

筆者の M1 時の体験の中で、唯一、自発的な行動によって否定的感情が緩和したエピソードである。生じた否定的感情は、“自分の思いをメンバーに伝える”＜自己開示＞と、それに対する《メンバーの肯定的な受けとめ》によって緩和し、さらに、“自分の様子を分かってくれた”ためであると肯定的に意味づけられた a からの質問に答えたことで安堵へと変わった。＜自己開示＞に至った背景には、「これで最後」という時間的な制限による、“今を逃したらこの気持ちを扱うチャンスがなくなる”という“追い詰められ感”と、《Fc としての評価不安》の強まりによる“追い詰められ感”があったと思われる。この“追い詰められ感”はそれ自体が否定的感情だが、このエピソードでは否定的感情を緩和した対処行動(＜自己開示＞)のきっかけにはなった。その後、自分の言動をふり返った際疲労感が増したり落ち込んだのは、

【M1 時の否定的感情体験について】

筆者の M1 時の対処行動と否定的感情の変化に関わる要因は、表 4-2 の通りである。

全てのエピソードで《(Fc としての)評価不安》が強く、その防衛に終始していることがうかがえる。《(Fc としての)評価不安》が強く、“司会進行役”にすぎることによって場を切り切ろうとすることや、対処行動によって新たな否定的感情が生じていること、メンバーの言動に対して＜否定的・被害的な意味づけ＞を行い、望ましくないと感じた出来事の原因を＜自己の不手際へ帰属＞するなど、多くの点で大学院生 1 年生 Fc と類似しているが、筆者の M1 時の状況と大学院生 1 年生 Fc の状況がほとんど変わらない(EG の日程や会場が異なる以外は全て同じ条件)ことが大きな要因であろう。＜自己開示＞と《メンバーによる肯定的な受けとめ》によって否定的感情が緩和したことも大学院生 1 年生 Fc と共通しており、初心者にとって、体験を話して受けとめてもらう場を得ることが望ましいと言える。また、＜自己開示＞と《メンバーの肯定的な受けとめ》によって否定的感情が緩和したが、グループから離れて自分の行動をふり返った際に、“駄目なところ”ばかりが目について落ち込んだというエピソードは、第 3 章第 2 節「大学院生 1 年生 Fc の否定的感情への対処行動と否定的感情の変化に関わる要因」で述べた、「感情体験を捉え直す新たな視点を得る事が否定的感情の緩和に役立つ」ことを裏付けるものであろう。初心者は、《(Fc としての)評価不安》があるため強い《Fc 役割義務感》を得て、望ましくない出来事の原因を＜自己の不手際に帰属＞し、さらに《評価不安》と《Fc 役割義務感》を強めていくため、自分の

表 4-2 M1 時の対処行動と否定的感情の変化に関わる要因

対処行動		否定的感情の変化に関わる要因	
①否定的感情が緩和・解消した対処		④否定的感情の緩和・解消要因	
外的対処	<自己開示>	外的要因	《メンバーからの肯定的な受けとめ》
内的対処	<肯定的な意味づけ> 対：メンバーの言動	⑤否定的感情の発生・促進要因	
	<あきらめ> ↳《Fc 役割からの離れ》 一時的な“荷降ろし”のため解消には 至っていない	外的要因	-(メンバーの言動・グループの出来事)
②否定的感情が緩和・解消しなかった対処		内的要因	↳<被害的な意味づけ> ↳<自己の得手下手への帰属> ↳《評価不安》 ↳《Fc としての評価不安》 ↳《Fc 役割不全感》 ↳《予想外の事態への不安》
外的対処	<メンバーの言動の取り込み>		
③否定的感情が発生・促進した対処		表示の意味	
外的対処	<Fc 役割へのすがり>	A ↳ B …B が A の下位項目	
内的対処	<被害的な意味づけ> <自己の得手下手への帰属>	A ↳ B …A から B が生じた ことを意味する	

体験の捉え方も否定的・被害的になりやすいのではないかと。そして、EG 終了後もその循環から抜け出すことが難しく、自罰的になったと考える。そのため、違う立場の視点や、<視点を転換>するという知恵が否定的感情の緩和に役立つのではないだろうか。

第 3 節 M2 時の体験

【EG の概要】

第 3 章 第 1 節で述べた【EG の概要】と同様である。

【筆者について】

前回(大学院生 1 年生時)は「自己を見つめる」D 群を希望したため、違うグループの雰囲気を経験し

たかったことと、前回の体験から、「あまり Fc 役割にこだわらずにしよう」、「出来るなら楽しい思い出にしたい」という思いで「他者との交流を楽しむ」S 群での参加を希望し、S 群のグループの Fc をつとめた。同グループの教員には、普段から授業で接する機会が多く、「何かあったら力を貸してくれるかもしれない」というイメージを抱いていたが、“教員である”という意識は強く、「どう思われ、どう評価されるだろうか」という不安があった。

EG に対して、「もし何かあったら自分に対応出来るのか」という、“Fc としてきちんと出来るか”という不安を感じていたが、一方で、「何とか出来るだろう」と楽観するような、開き直るような気持ちもあり、「(不安を)あまり気にして以前のようにならないようにしよう」という気持ちで臨んだ。

エピソード①	
①どのような場面か。	冒頭のエクササイズ中。会話が活発に弾んで和やかな雰囲気を感じていたが、エクササイズのふり返りではメンバーが沈黙し、俯いて硬い表情をしているメンバーがいるのが見えた。
②どのような否定的感情を生じたか。	エクササイズ中は「出だしとしての雰囲気はいいなあ」と感じて、“Fc であること”をさほど意識せず会話を楽しんでいたのに、沈黙となったことで「さっきまでのあの空気は一体どこに行ったんだ」と戸惑い、その沈黙がとても重く感じられ、「この先どうなっていくんだろう」と不安になった。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	③-1:「沈黙がこのまま続いていくのかは分からないし、まだ最初の方だ。きっとまた楽しくやれるチャンスはある」と思い、メンバーの話をよく聴くように心がけ、発言に対する言語的反応が少ないメンバーに対しては必ず発言した。 ③-2: 硬い表情で俯いているメンバーに対しては、視線は送ったりしたが、話しかけたり何かアクションを起こすことは出来なかった。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	④-1: よく聴こう、よく発言しようとするほどメンバーの沈黙が浮きだっているように感じて不安になったが、その場を乗り切ることが出来て、「とにかく次に行ってみよう」と少し前向きな気持ちになった。 ④-2: 声かけが出来なかったことは、1 日目終了まで気がかりとなった。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	「会話が弾んだ和やかな雰囲気」は、筆者が EG 開始前に抱いていた希望通りの雰囲気であったため、Fc 役割を気にせずグループに“乗れて”いたが、沈黙となったことで“乗って”いく対象が消えてしまったように思え、その“所在のなさ”に対して不安が生じた。メンバーの話を聴いたり発言したことは、自分が“乗って”いけるグループの雰囲気作りのためであった。俯いたり硬い表情をしているメンバーへの声かけが出来なかったのは、「俯くこと」や「硬い表情」の理由を“何かネガティブな感情があるからだ”と捉え、EG の冒頭でネガティブな事由に触れて、その後の展開に悪影響を及ぼすことを避けたかった思いと、“冒頭だし、ちょっと様子を見てみよう”という考えがあったためである。その考えは、その場を“様子見する場面”と割り切ることであり、その割り切りが次の場面への前向きな気持ちへとつながった。しかし、次のエクササイズとの間の時間に「もしメンバーにネガティブな感情があったなら冒頭だからこそ触れるべきだったのでは？」という考えが生じ、それが Fc としても、メンバーにとっても、その後のグループの展開にとっても望ましいと思え、そう出来なかったことへの後悔が生じ、それが「気がかり」となってその日の日程が終了するまで引きずった。

[考察]

このエピソードではメンバーの沈黙に対して否定的感情が生じているが、それは単なる“沈黙圧”ではなく、メンバーの沈黙や俯いたり硬い表情であることを「何かネガティブな感情があるからだ」と否定的に解釈したことと、それによって筆者のEGに対する欲求(楽しい思い出にしたい・Fc 役割にこだわらない)が満たされなくなったためである。つまり、<否定的な意味づけ>が否定的感情の発生要因である。「話を聴く素振りをしたり言語的反応が少ないメンバーには発言する」という<言語的関わり>は功を奏さず、「ここは様子見」という<EG 場面の再構成>がその場を乗り切るという点で効果的であったが、この対処行動は、その後新たな否定的感情(=後悔)を生じさせている。この後悔は、自身の行動が、メンバーに対する配慮を欠いた、自分のためにグループを操作するものであったことに対するものである。つまり、《操作的な欲求》が否定的感情の発生要因と考えられる。

<エピソード②>	
①どのような場面か。	グループの作品 ^(※1) についてメンバーがどのように感じたか、どのように発表するかを決める際、なかなか活発に話し合いが進まなかった。 (※1: このセッションでは、一枚の大きな紙にメンバーが無言の中でそれぞれ順番に指定された図形を描くエクササイズが行われ、その後、出来た作品を全グループの前で解説・紹介することになっていた。)
②どのような否定的感情を生じたか。	筆者と教員メンバーを含む特定のメンバーだけが“頑張って”いるように感じられて寂しくなり、他のメンバーに対して、「どうしたら喋ってくれるのか」と途方に暮れたような感情があった。
③どのような対処をしたか。または、しなかったか。	③-1: 発言が少ないメンバーに対しては積極的に声をかけ、発言を促した。 ③-2: それまでグループの“フラッグシップ”のようだと感じていたメンバーの言動に従った。
④ ③によって②は変化したか。どのように変化したか。	④-1: それまで喋ってくれていた特定のメンバーが答え、発言の少ないメンバーは変わらず発言しなかったため、ますます途方に暮れ、寂しさが増した。 ④-2: そのメンバーはこれまでも沈黙場面で積極的に発言したりと、メンバーをひっぱっていたように見え、ここでFcまでもが頼ったら負担にならないだろうかと思ったが、そのメンバーの動きに任せたことでその場が進んだように感じ、途方に暮れた感じはなくなった。 ちなみにその後、それまで消極的だと感じていたメンバーが積極的に発表したり、そのことを他のメンバー達も好意的に感じているように見えた時、「別に自分だけが頑張っていた訳じゃないんだな」と思え、そこで寂しさがなくなった。
⑤ ②～④の際に、自分の内面でどのような事が起こっていたと考えるか。	発言が少ないメンバーに積極的に質問したのは、このエクササイズの後の予定(全参加者の前での発表)のための準備を完了しなければならないという思いが強かったためである。メンバー全員の考えや気持ちがグループで共有された上で発表の準備を整えたかったし、単純に、発言が少ないメンバーが何を思っているのかが気になっていた。グループのフラッグシップだと思われたメンバーにその場を任せたのは、「他にいい方法が分からないから」という消極的な理由でもあったが、「この人に任せてみよう」という意識を持つての行動でもあり、それによって場が進んだため、「予定までに準備を完了しなければならない」という思いが満たされたのに従って「途方に暮れた感じ」も解消した。「寂しさ」を感じたのは、発言しないことが、エクササイズの実施やグループでの活動、その場で起こっていることに興味関心がない・積極的ではないからであると感じられたためである。

よって、発表時のメンバーの様子や、それに対する他のメンバーの反応を見て、「確かに喋らなかつたかもしれないが、それは別に興味関心がなかったり話を聴いていなかったのではなかった」と思えたことで、「寂しさ」は解消した。

[考察]

筆者の希望(全員の考えや気持ちグループで共有された上で発表の準備を整えたい)に対してメンバーが“ついてこない”ため、積極的に<言語的関わり>をしたが、功を奏さなかった。これはエピソード①と同様である。こちらではさらに、「メンバーの言動に任せる」という対処をしている。これは、“Fc 役割の遂行のあきらめ”ではあるが、単なるあきらめではなく、その役目をメンバーに任せて場が進むことを期待するものであり、<<Fc 役割から離れ>>て<役割を転換>したと考えることも出来よう。これは「寂しさ」を緩和・解消するものではなかったが、発表時のメンバーの様子やそのふり返りでの反応が、“「エクササイズやその場の出来事に対し興味関心がなかった訳ではない」という裏づけ”として<肯定的に意味づけ>したことが、「寂しさ」を解消した。

【M2 時の否定的感情体験について】

筆者の M1 時の対処行動、否定的感情の変化に関わる要因は、表 4-3 の通りである。

表 4-3 M2 時の対処行動と否定的感情の変化に関わる要因

対処行動		否定的感情の変化に関わる要因	
①否定的感情が緩和・解消した対処		④否定的感情の解消要因	
内的 対処	<EG 場面の再構成> <small>後に否定的感情(後悔)が生じた</small> <肯定的な意味づけ> <役割の転換> ↳<Fc 役割からの離れ>	外的 要因	(予期せぬメンバーの反応) ↑<肯定的な意味づけ>によって否定的感情が 緩和・解消
		⑤否定的感情の発生要因	
		内的 要因	<<操作的な欲求>>
②否定的感情が変化しなかった対処		表示の意味	
外的 対処	<言語的関わり>	A └ B …B が A の下位項目	A └ B …A から B が生じた ことを意味する
③否定的感情が発生・促進した対処			
内的 対処	<EG 場面の再構成> <否定的な意味づけ> <EG 画面の再構成> ↑<<操作的な欲求>>		

筆者の M1 時の対処行動、否定的感情の変化に関わる要因は、表 4-3 の通りである。

M1 時の体験に比べて否定的感情のエピソード数が少なく、《評価不安》や《Fc 役割義務感》も減じており、Fc 役割からメンバーの役割に転換したり、自身の言動を顧みるといった M1 時にはなかった行動が見られている。しかし、メンバーに対する配慮が欠けた筆者の個人的な欲求を巡って否定的感情が生起しており、対処行動もその欲求の充足のためのものが多い。第 3 章第 2 節「大学院生 2 年生 fc の否定的感情体験について」で、M1 時の体験が M2 時の EG に対する姿勢や Fc としての在り方に影響することに触れたが、「M1 時のような体験にならないようにしよう」という思いが、自分に都合がいいようにグループを動かしたのだろう。過去の失敗に囚われず、“今、ここ”にあるグループに向き合うことが必要だったと思われる。

第5章 総合考察

本研究では、筆者及び大学院生1年生4名、大学院生2年生3名の否定的感情体験を収集し、初心者Fcが自身の感情体験をどう捉え、どうふり返っているかの分析を通して、初心者Fc、引いては初心者心理臨床家(カウンセラー)の成長の契機を明らかにすることを目的とした。

それに先立って第2章では、対照例を得ることを目的に、Fc頻回体験者における否定的感情への対処行動、否定的感情の変化に関連する要因を検討した結果、対処行動が否定的感情を緩和・解消するだけでなくグループ展開の促進を目的として行われていることが示唆された。

第3章では、初心者である大学院生Fcの否定的感情体験を分析したが、本章では、Fc初心者とFc頻回体験者の対処行動および否定的感情の変化に関わる要因の比較検討と、初心者Fcの否定的感情体験の捉え方や意味づけについて、大学院生1年生Fcと大学院生2年生Fcとの比較検討を行う。比較表を表5-1、5-2にまとめた。

表5-1 否定的感情への対処行動の比較

	大学院生1年生Fc	大学院生2年生Fc	Fc頻回体験者
否定的感情が緩和・解消	外的対処 <ul style="list-style-type: none"> <自己開示> ↳ <<SVを求める>> ↳ <視点の転換> ↳ <<メンバーへの相談>> ↳ <EG場面の再構成> 	<ul style="list-style-type: none"> <自己開示> ↳ <言語化> <モデルの演じ> ↳ <<Fc役割からの離れ>> 	<ul style="list-style-type: none"> <(率直な)自己開示> ↳ <<メンバーからの肯定的な受けとめ>>が必要
	内的対処 <ul style="list-style-type: none"> <あきらめ> ↳ <<Fc役割からの離れ>> 	<ul style="list-style-type: none"> <肯定的な意味づけ> <役割の転換> 対:メンバーの言動・グループでの出来事 ↳ <<Fc役割からの離れ>> <あきらめ> <心理的同盟の結び> <心理的切り離し> <ラベリング> <自己の不手際に帰属> ※体験の客観視・相対化によって否定的感情が緩和 	<ul style="list-style-type: none"> <肯定的な意味づけ> <EG場面の再構成> <自己の在り方の再構成> <視点の転換> <限度ある自己の重要> ↳ <<Fc役割からの離れ>>
否定的感情不変	外的対処 <ul style="list-style-type: none"> <(=)Fc役割へのすがり> <メンバーの言動への注目と取り込み> 	<言語的関わり>	<ul style="list-style-type: none"> <Fc役割へのすがり> <知性化>
	内的対処 <ul style="list-style-type: none"> <否認> <一緒に味わう> 		<操作の自重>

否定的感情発生・促進	外的対処	<(コ)Fc 役割へのすがり>	
	内的対処	<自己の不手際に帰属> <被害・否定的な意味づけ>	<被害・否定的な意味づけ> <自己の不手際に帰属> <EG 場面の再構成> <small>※後に、自分の操作的な欲求によって行われたと気づき、否定的感情(後悔)発生</small>

表 5-2 否定的感情の変化に関わる要因の比較

	大学院生 1 年生 Fc	大学院生 2 年生 Fc	Fc 頻回体験者	
緩和・解消要因	外的要因	<<メンバーの肯定的な受けとめ>> <<エクササイズの内容・過程>>	<<メンバーの肯定的な受けとめ>> <<エクササイズの内容・過程>>	<<メンバーの肯定的な受けとめ>>
	内的要因		<<Fc 役割からの離れ>> <<自己の不手際に帰属>> ↳客観的・相対的な考察が進む	
発生・促進要因	外的要因	(メンバーの反応・グループでの出来事)	(メンバーの反応・グループでの出来事)	
	内的要因	<<自己の不手際に帰属>> <<被害・否定的な意味づけ>> <<(Fc としての評価不安)>> <<Fc 役割義務感>> ↳Fc 役割不全感 ↳無力感 ↳焦燥感 ↳先行きの見えなさへの不安 ↳想定外の事態への不安	<<自己の不手際に帰属>> <<被害・否定的な意味づけ>> <<Fc としての評価不安>> <<Fc 役割義務感>>	<<評価不安>>

なお、否定的感情への対処行動は< >、否定的感情の変化に関わる要因は<< >>でくくり、Fc 頻回体験者においては見出されず、大学院生 Fc において新たに見出されたものは、斜体で示してある。筆者の自己分析(第 4 章)で収集されたものも、それぞれの学年の欄に記載してある。

(1)否定的感情への対処行動について

表 5-1 において Fc 頻回体験者と大学院生 Fc とで最も異なる点は、大学院生 Fc では、否定的感情を

発生・促進させる対処行動が見られた点である。Fc 頻回体験者にはないため、大学院生 Fc は否定的感情に対して適切な対処行動をすることが難しいことがうかがえる。否定的感情が緩和・解消した対処行動に目を向けると、大学院生 1 年生 Fc では対処行動数が少ないだけでなく、大学院生 2 年生 Fc や Fc 頻回体験者に見られる〈肯定的意味づけ〉、〈心理的同盟の結び〉、〈視点の転換〉等の内的な対処行動も少ない。そして Fc 頻回体験者に見られた内的な対処行動は、その大半が具体的対処をする前に自分自身の否定的感情とそれをもたらした外的条件(メンバーやグループの様子、出来事など)の意味や背景を捉えようとするものであった。野島(2000)は、「ファシリテーターの基本的な在り方」の 1 つとして、「グループの状況を把握しようとする視点」と「個人の状態を把握しようとする視点」の「2 つの視点を併用することが必要」と述べている。この「視点」について、古田・八城・乾(2008)は、中堅以上を多く含む臨床心理士(25~63 才、平均 34.9 才)では、他の対人援助職種に比べ、「自己の内面を見つめる」「私的自己意識」が高く、それが他者の気持ちや視点を理解することにつながっていることを見出し、自分自身と他者の内面を見つめることが臨床心理士の専門性であると指摘している。さらに、豊嶋・近江・斉藤(2004)は、適応指導教室の学生サポーターの職業的発達(職業的社会化)の要因を探る中で、「自分自身と通室生の内面とその変化を拾い上げる眼」である「自他の内面へのまなざし」の獲得が重要であるとした。野島の言う「視点」は、「個人とグループの内面へのまなざし」であり、Fc としての自分へのまなざしについては言及していないものの、専門・非専門に関わらず、対人援助には「自他の内面へのまなざし」が求められると言える。Fc 頻回体験者に多く見られた内的な対処行動は、「自他への内面へのまなざし」を向けることと考えられ、このまなざしをもつことが否定的感情の緩和・解消に至る要因の一つではないだろうか。

「自他への内面へのまなざし」という観点で大学院生 Fc の対処行動を見ると、大学院生 1 年生 Fc は、EG 中は日程をこなすことやメンバーの様子を気遣うことに意識が向きがちで、内面へのまなざしを得られたのは EG 日程の間や EG 全日程終了後の SV・カンファレンスにおける指摘を受けてからであり、しかもそのまなざしは、“EG 中に自分の中で何が起こっていたか”に関する「自己の内面へのまなざし」で、「メンバーの内面へのまなざし」には至っていない。一方、大学院生 2 年生では、EG 場面内で自己の内面やその変化に意識を向け、メンバーと自分、メンバーとグループとの関係を捉えようとする中で否定的感情も生じるが、EG 場面内で否定的感情への対処行動がとられていく。さらに、EG 日程の間や EG 全日程終了後に SV やカンファレンスに頼ることなく自分自身で体験をふり返ったり、本研究で実施したインタビューでの語りの中で、メンバーの言動や出来事を捉え直し、メンバーの内面へのまなざしを深めて新たな意味づけを行っていた。つまり、「自他の内面へのまなざし」は、自己の内面へのまなざしを経て他者の内面へ向けられていくのではないだろうか。Fc を含む EG 参加者において EG 場面にいる自己のあり方の変化を、「自己の位相」の発達という観点で整理を試みた豊嶋・菊池(2007)の語を借りてまとめると、大学院生 1 年生 Fc は、「《個としての自己》が、EG 場面で《関係性の中の自己》」への気付きが得て「個人的内面探索」を始めた段階であり、大学院生 2 年生 Fc は「《関係性の中の独存》にとらわれ」つつも、他者への興味関心を向ける段階へと“自己の位相”が変わりつつあったと言えるだろう。大学院生 1 年生 Fc と大学院生 2 年生 Fc で「まなざし」の向けられる先が異なるのは、Fc 経験の有無だけではなく、メンバーの立場で「個人的内面探索」をした経験の有無も影響しているのかもしれない。このまなざしの変化については、「(3)体験の意味づけについて」で考察する。

(2)否定的感情の変化に関わる要因について

表 5-2 を見ると、大学院生 1 年生 **Fc** では《**Fc** としての評価不安》、《**Fc** 役割義務感》とそれらから生じた様々な不安とが相互作用して否定的感情がさらに強まったことがうかがえる。平山(1994)は、「青年期学生を対象とした研修型 **EG**」の **Fc** には、「グループが進展して成功しなければならないのではないか」という「不安」、そうでないと「自分が人間的に劣っていたり、能力が低いことを表しているのではないか」という「不安」、「周囲からそう見られているのではないか」という「不安」や、「いわゆる逆転移が刺激されやすい」と述べている。本研究で得られた語りには「グループが進展して成功」することについての具体的な言及はなかったものの、「**Fc** としての責任を負わなければならない」、「**Fc** としてきちんとやらなければならない」、「“準備してきたことを活かす” という気負いがあった」といった語りからは、自分だけでなくメンバーにとっても **EG** が実りのある体験となるようにしなければならないという気負いがあり、そうなることが 1 つの「成功」であるという考え方が感じられ、平山の言う「不安」の 1 つと重なる。また、《**Fc** としての評価不安》は、**Fc** 頻回体験者である小柳(1981)の《評価不安》と区別するために命名したが、“自己の能力や人となりを他者から悪く評価されること”への恐れという意味では平山の言と同類であろう。平山は、これらの不安や逆転移を「エディプス複合系列の不安」としており、特に「男子の大学院生に強くある不安」と述べているが、本研究の調査対象者は全て女性である。そもそも「エディプス・コンプレックス」とは、フロイトによる男性の「心理=性的発達段階の一段階」を考える上での鍵概念であり、同性の親(父親)への同一視を通して社会的自立をしていく過程で生じる複合感情の事を指す。これに対し、女性はそれまでの依存対象である同性の親(母親)を排して自立していく点で異なっている。本研究で対象者全員が女性であるのに平山の言う「不安」が見られたのは、本研究の対象者がいずれも対人援助職である臨床心理士としての自立を目指しているからではないだろうか。つまり、ここで言う「不安」とは、社会的に「自立」していく過程で生じるものという点でのみ共通であり、平山が言うように性別には関係ないものと思われる。こうした「自立」への不安に加え、大学院生 1 年生 **Fc** は学生同士での試演（「**Fc** 養成エンカウンター・グループ」）での体験を除くといずれも **EG**・(コ)**Fc** 体験が初めてで、他のメンバーの方が **EG** 経験者であること、さらにグループには明らかに経験も知識も及ばない教員がいることにより、**Fc** の〈評価不安〉や《**Fc** 役割義務感》が強まるのは当然である。また、本研究で扱った **EG** が、全日程終了後の **EG** 体験ふり返しを行うカンファレンスを含めて必修科目であった点も強化要因だったと思われる。岡本(2007)は、心理臨床家⁽¹⁾が感じる困難と心理臨床家としての揺らぎを感じるものとして、「限界や無力感」、「経験不足」、「不安・緊張」などを見出し、特に「仕事に就いたばかり」の初期の頃の心理臨床家は「経験不足」と「不安・緊張」を強く体感すること明らかにしたが、大学院 1 年生 **Fc** の「(それ以外に)何も出来なかった」、「お手上げ状態」という語りは、岡本の言う「どうしてよいか分からずに、緊張・不安・自信のなさが強い」初期の心理臨床家の姿と重なる。

大学院生 2 年生 **Fc** では、《**Fc** としての評価不安》や《**Fc** 役割義務感》はあるものの、大学院生 1 年生 **Fc** のように強い〈評価不安〉を感じている印象はない。その理由は、大学院生 2 年生 **Fc** が前年(大学院生 1 年生時)の **EG** で“**Fc** 役割意識”が強かったために不自由さや窮屈さを感じた体験から、「**Fc**

(1) 「心理臨床業務を行う者(岡本 2007)」の意。

としての自分”ではなく個人として、メンバーとして参加しようと EG に臨んだ」という語りに見られている。しかし、“個人としての自分”が居やすいような役割を演じたりグループのファシリテートが操作的であったエピソードが見られているため、“Fc 役割に囚われないようにする”ことに囚われていたとも言えよう。大学院 1 年生 Fc の《Fc 役割義務感》が強かったことは上述したが、この《(Fc)役割への囚われ》が大学院生 Fc の特徴と考えられる。

(3) 否定的感情体験の意味づけと捉え方について

「(1)否定的感情への対処行動について」で、「自他の内面へのまなざし」が否定的感情の緩和・解消に至る要因の 1 つと述べ、大学院生 1 年生 Fc と大学院生 2 年生 Fc の対処行動の内容の違いから、「自己の位相」が変わりつつあった」のではないかと述べた。大学院生 Fc の語りは総じて、第 1 回調査では「何があったのか」という事実の語りが主であったのが、第 2 回調査では「何が起こっていたのか」ということについての語り、つまり、「内面へのまなざし」による洞察や考察が行われ始めていたため、その変化に関わる要因について考察する。

まず、大学院生 1 年生 Fc の語りから、EG 期間中に受けた SV や、EG 全日程終了後に行った体験をふりかえるカンファレンス、指導教官との公私に渡った関わりによって否定的感情体験に限らず EG 体験の捉え直しが起こっていたことから、教員からの指摘や評価といった、“外的要因”が体験の捉え方の変化に影響したと考えられる(なお、これらの“外的要因”がきっかけとなって否定的感情が緩和・解消しているエピソードは大学院生 1 年生 Fc ほぼ全員から得られている)。岡本(2007)は、特に初期の頃の心理臨床家にとって「研修やスーパーヴィジョンなどの手厚いサポートが欠かせない」とし、阿部(2009)の研究でも、SV がきっかけとなって心理臨床初心者がカウンセリングの面接を展開していくことが見出されており、本研究の結果もそれらをなぞるものであろう。“まさに初心者”である大学院生 1 年生 Fc にとっては SV 等の外的なサポートを受けることが重要であると言える。しかし、それによって体験の受けとめ方が左右されやすいということも出来るだろう。外的なサポートを受けつつも、それを受けてさらに自分の中で体験を吟味することが必要だと思われる。

一方、大学院生 2 年生 Fc は、SV でのアドバイスをきっかけにグループでの動きが変わり(話さなかった人が話すようになった)、それを受けて否定的感情が緩和していったエピソードは見られたが、体験の捉え方に関わる具体的な要因についての語りは見られなかった。しかし、第 2 回調査で再び体験を語った際、「カンファレンスの資料をまとめた時やふと思い出して考えた時にそれまで見えなかったことが見えてきた」、「喋ることで(内容や考え方が)まとまってきた」、「(語っていて)今そう思った」、と話していた対象者が複数いたことから、事後に体験のふりかえりの場を持つことはもちろん、それを何度も行うことや、体験の一連の流れを体系的に語ることで否定的感情の緩和・解消だけでなく体験の捉え直しに影響していたと考えられる。そして、その繰り返しの中で、「自他の内面へのまなざし」が得られていくのではないだろうか。

最後に

本研究では、初心者 Fc の否定的感情体験について、そこでどのようなことが起こっていたのか、そして初心者 Fc が否定的感情をどう意味づけ、捉えようとしていたのかを明らかにしようと試みてきた。その中で得られたことを次にまとめる。

・初心者は《評価不安》や《Fc 役割義務感》が強く、EG での立場や役割にとらわれやすい。メンバーの言動やグループでの出来事に対して否定的・被害的な意味づけを行い、出来事が生じた原因を＜自己の不利に帰属＞させることで、新たに否定的感情が生じたり強められる。

…その際は、＜自己開示＞（＜SV を受ける＞、＜メンバーに相談する＞等）や、Fc の内的な対処行動（メンバーの言動やグループでの出来事に対する＜肯定的な意味づけ＞、＜視点の転換＞、EG 場面や自己のあり方の＜再構成＞等）が否定的感情の緩和・解消には有効だろう。特に EG 初体験の Fc にとっては、SVr と 1 対 1 で語ることが出来る場を得ることが重要である。そこで SVr に《肯定的に受けとめ》られ、アドバイスや新たな観点を得ての＜視点の転換＞を経て、体験の受け入れや否定的感情の緩和・解消が進む。

・適切な対処行動には、「自他の内面へのまなざし」の獲得がカギとなる。

…しかし、初心者にとってその獲得は難しい。大学院生 1 年生 Fc と大学院生 2 年生 Fc の否定的感情体験とその捉え方を比較し、EG 体験によって「《個としての自己》が、EG 場面で《関係性の中の自己》」への気付きを得て「個人的内面探索」を始めた段階から「《関係性の中の独存》にとらわれつつも、他者への興味関心を向ける段階」へと“自己の位相”が変化していったのではないかと述べたが、このまなざしの獲得は、他者との関係の中で自己を受け入れるという“自己との出会い”から始まり、そこから波紋が広がるように他者への興味関心、関わりが生じて得られていくのではないだろうか。そのためには、EG 体験中や体験直後だけでなく何度もくりかえし自らの体験をふり返る事が必要だろう。

ところで、「(1)対処行動について」では、主に「自他の内面へのまなざし」という観点から述べたが、表 5-1 を見ると、否定的感情への対処行動として有効だったものの多くは、その対処行動によって《Fc 役割からの離れ》が起こっていた。大須賀(1977)は、「ファシリテーターの役割という捉え方ではなく、ファシリテイトする人のあり方そのものがファシリテーターの機能そのもの…。その人そのものの存在が純粋にグループにかかわってこそ EG」と述べ、「自然なあり方として各メンバーに対することが何より基本」と指摘している。Fc 役割を放棄して個人として参加する、という意味ではもちろんなく、Fc 役割を遂行しようとする自分を含め、そのグループの中で自分がどのように“ある”のか、そのことに意識を向け、体感することが大切であるということではないだろうか。否定的感情に目を向ける事も、その一端であると思われる。しかし、否定的感情と向き合うことは、それが否定的であるが故に困難である。本研究で Fc 体験の中での否定的感情体験の対処行動とそれに関連する要因を検討したことは、初心者 Fc にとってそこで何が起こっていたのかを把握するための材料を得るために価値があったのではないか。また、自己へのまなざしもメンバーやグループへのまなざしも少ない段階である初心者の体験を、ごく一部ではあるが整理し留めておけたことも、今後検討を重ねて行く上で価値があったと思われる。

れる。だが、筆者自身も初心者であるため、見落としている点や考察が未熟である点はいらう。また、本研究では各対象者の個人特性を踏まえた調査や考察は行われておらず、拾った感情体験も否定的感情に限定している。対象者数も少ない。今後はそれらを含めたさらなる調査と考察が求められるらう。

文献

- 阿部 泉(2009) 心理臨床初心者の否定的・消極的感情についての一考察, 弘前大学大学院教育学研究
科学学校教育専攻学校教育専修臨床心理学分野修士論文.
- 安部恒久(1982) エンカウンター・グループにおけるファシリテーターに関する研究, 中村学園研究
紀要, 15, 1-15.
- 安部恒久(1979) 私のグループ体験(II), 九州大学心理教育相談室紀要, 5, 80-87.
- 安部恒久(1984) 青年期仲間集団のファシリテーションに関する一考察, 心理臨床学研究, 1(2), 63-72.
- 安部恒久(1988) ファシリテーターの役割と機能, 青年心理, 69 (特集 出会いの心理学 オールガイ
ド エンカウンターグループ), 117-120.
- 安部恒久(2002) 既知集団を対象としたエンカウンター・グループのファシリテーション, 心理臨床
学研究, 20(4), 313-323.
- 足立明久(1977) 組織への適用—組織開発, 村山正治編『講座心理療法 7 エンカウンター・グループ』,
福村出版, 108-127.
- 遠藤歩・池田忠義・石津憲一郎・大島進吾・千葉桂子・内田美子(2010) 初心者セラピストの心理療法
における失敗と職業的成長に関する一考察, 東北大学大学院教育学研究科臨床心理相談室紀要, 8,
36-55.
- 遠藤裕乃(1997) 心理療法における治療者の陰性感情の克服と活用に関する研究, 心理臨床学研究,
15(4), 428-436.
- 遠藤裕乃(1998) 心理療法における治療者の陰性感情と言語的応答の構造に関する研究, 心理臨床学研
究, 16(4), 313-321.
- 福井康之・村井紀和・村上英治・村山正治・佐治守夫・末広晃二・都留晴夫・山口勝弘(1981) 座談会,
佐治守夫・村上英治・福井康之編『グループアプローチの展開』, 誠信書房, 211-250.
- 古田雅明・八城 薫・乾吉佑(2008) 臨床心理士の専門性に関する基礎的研究, 心理臨床学研究, 26(2),
218-223.
- 平山栄治(1994) 不安を生きるファシリテーション. 九州大学心理臨床研究, 13, 121-124.
- 広瀬米夫(1966) 『カウンセラーの自己訓練』, 岩崎学術双書.
- 保坂 亨(1983) エンカウンター・グループにおけるファシリテーターの問題について, 心理臨床学研究,
1(1), 30-40.
- 河合隼雄(1970) 『カウンセリングの実際問題』, 誠信書房.
- 諸富祥彦(2007) エンカウンター体験の意味, 臨床心理学, 7(1), 金剛出版, 43-48.
- 村山正治・野島一彦(1975) エンカウンター・グループの1事例—ファシリテーターの機能を明確にす
る一つの試み—, 日本心理学会第39回大会発表論文集, 499.
- 村山正治・野島一彦(1977) エンカウンター・グループ・プロセスの発展段階, 村山正治編『講座心理
療法 7. エンカウンターグループ』, 福村出版, 42-57.
- 中田行重(1993) エンカウンター・グループのファシリテーションについての一考察, 心理臨床学研究,
10(3), 53-64.
- 中田行重(1994) 研修型エンカウンターグループに特有の動きおよびその構造について—参加への合意

- に関する問題一，九州大学心理臨床研究，13，122-124.
- 中田行重(2001) ファシリテーターの否定的自己開示，心理臨床学研究，19(3)，209-219.
- 永野浩二(1994) 研修型エンカウンター・グループでの感情表現とグループの方向性，九州大学心理臨床研究，13，124-127.
- 野島一彦(1979) 私のグループ体験(I)，久留米信愛女学院短期大学心理教育相談室紀要，5，70-79.
- 野島一彦(1985) グループ・ファシリテーターの養成をめぐる，九州大学教育学部心理教育相談室紀要，4，99-105.
- 野島一彦(2000) 『エンカウンター・グループのファシリテーション』，ナカニシヤ出版.
- 大須賀登蔵(1977) 私のファシリテーター体験II，村山正治編『講座心理療法7エンカウンター・グループ』，福村出版，158-172.
- 岡本かおり(2007) 心理臨床家が抱える困難と職業的発達を促す要因について，心理臨床学研究，25(5)，516-527.
- 小柳晴生(1981) エンカウンター・グループ多数回参加者としての自己分析—グループの多数回参加は個人の成長を促すか？—，佐治守夫・村上英治・福井康之編『グループ・アプローチの展開』，誠信書房，185-210.
- 小柳晴生(1988) エンカウンター・グループにおける非構造の根源的意味，山口大学第21回学生相談研究会議学生相談山口シンポジウム報告書，69-72.
- 坂中正義(1994) 看護学校におけるエンカウンター・グループのプロセスとファシリテーションについて，九州大学心理臨床研究，13，127-128.
- 坂野雄二(1998) 認知行動療法における治療者の感情，精神療法，24(6)，548-553.
- 豊嶋秋彦(1993) 集会的指導，寺田晃・佐藤怜監修 小野直広編『新教育心理学体系③ 生徒指導』，中央法規出版，64-84.
- 豊嶋秋彦(2012) 適応指導教室サポーターの「まなざし」と職業的発達—典型的事例群から，東北心理学研究，61(印刷中).
- 豊嶋秋彦・菊池春香(2007) 「自己」の諸位相から見たエンカウンター・グループと輪番法集団コラージュ—輪番法集団コラージュの理論構築に向けて—，弘前大学大学院教育学研究科心理臨床相談室紀要，4，65-74.
- 豊嶋秋彦・久米川浩子(2005) エンカウンター・エクササイズとしての輪番法集団コラージュの開発，弘前大学大学院教育学研究科心理臨床相談室紀要，2，17-24.
- 豊嶋秋彦・近江則子・斉藤千夏(2004) 教員養成学と不登校生サポーターの対人専門職への職業的社会化—方法論の検討とPAC分析を通して—，弘前大学教育学部紀要，教員養成学特集号，65-87.
- 都留晴夫(1977) 私のファシリテーター体験I，村山正治編『講座心理療法7エンカウンター・グループ』，福村出版，145-157.
- 内田和夫・野島一彦(2003) ベーシック・エンカウンター・グループのファシリテーター養成における「コ・ファシリテーター方式」の意義，九州大学心理学研究，4，75-81.
- 山口祐二(1982) ファシリテーター論の試み—臨床教育EGを通して—，九州大学心理臨床研究，1，75-85.
- 山口勝弘・穂積登(1976) 大学生の集中的グループ体験学習のあり方について—学生グループの特徴とスタッフのあり方—，日本心理学会第40回大会発表論文集，1079-1080.

山本智子・花屋道子(2008) 陽性逆転移を巡る探索的検討, 弘前大学大学院教育学研究科心理臨床相談室紀要, 5, 1-6.

山本智子・花屋道子(2009) 心理療法における治療者の陽性感情を巡る一考察—心理臨床初心者の発達的变化に着目して—, 弘前大学大学院教育学研究科心理臨床相談室紀要, 6, 19-28.