研究室コミュニティに対するグループ・アプローチの適用

Application of the Group Approach to an Academic Community: A Case Study of a Japanese University Psychology Department

弘前大学教育学部学校教育（教育心理学）講座　花屋道子
弘前大学大学院教育学研究科
（現　盛岡市教育研究所適応指導教室ひろばモリーオ）　小森(立原)聖子
山形大学大学院教育学研究科（現　青森労災病院神経科）　加川真弓
弘前大学教育学部学校教育（教育心理学）講座　豊嶋秋彦

日常，交流の機会が少ない複数のサブグループからなる研究室コミュニティに対して，「コミュニティ全体の交流の活性化」及び「教員・心理専門職など『対人関係』職を志望する学生の社会的スキル向上」の２点を主たる目的としたエンカウンター合宿プログラムを実施した。49名の参加者に合宿終了時に実施した質問紙調査の結果から，参加者がセッション中にリラックスして課題に臨み，他者の話を傾聴し，セッション終了時にはグループメンバーや研究室コミュニティ構成員に対する親密度を高めるなど，一定の成果が確認された。また，プログラム初期の自己開示度により群分けして分析した結果から，自己開示しやすい状況をプログラム初期に用意することが，参加者の，自他についての発見があったという感覚や，グループメンバーやコミュニティ構成員への親密感を高めるのに有効である可能性が示唆された。

Ⅰ　問題と目的
Ⅱ　方法
Ⅲ　結果
Ⅳ　考察
Ⅴ　文献

Key Words：　Encounter Group, Intensive Seminar, Academic Community

Ⅰ　問題と目的

国公立大学では20年以上前から，保健管理センターや学生相談室を中心として，合宿形式のエンカウンター・グループを実施している大学が少なくない（佐治・村上・福井, 1981；山田・上地・小柳, 1983；伊藤, 1991）。これは，「それまで個別カウンセリングを手法とする狭義の精神衛生活動を焦点的機能にしてきた学生相談活動の新たな領域として」（豊嶋, 1981）グループ・アプローチが取り入れられるようになったものであり，今日までその効果について数多くの研究が積み重ねられてきている。本稿では，平成11年度厚生補導特別企画として研究室規模で実施したエンカウンター合宿の試みを取り上げ，その成果と，学生の日常生活により密着した研究室コミュニティにグループ・アプローチを適用する意義について論じることとしたい。

弘前大学教育学部心理学科教室には，教育心理学，発達心理学及び生徒指導学を専門とする教官が５名おり，各教官が担当するゼミにそれぞれ小学校教員養成課程学生（副専攻学生）が所属している。これに，中学校教員養成課程心理学科所属学生（主専攻学生）と大学院の学校教育専修教育心理学分野所属院生を加え，研究室全体としては合計７つのサブグループからなる60名規模の複合集団となっている。普段の学生生活の中では，年度当初のガイダンスを研究室全体で実施する程度で，それ以外は各サブグ

ループ単位での活動がほとんどであり，たまたま同じ講義を受講した学生同士が顔見知りになることはあるものの，各サブグループ間の充分な交流の場が確保されているとは言い難い状況である。

同教室では平成11年度から，研究室集団内の交流の活性化に加え，教員・心理専門職などの「対人関係」職を志望する学生が多いことを考慮し，このような学生の社会的スキルの向上をねらいとして，研究室集団を対象としたエンカウンター合宿を企画・実施している。本研究では，初年度に実施した第1回エンカウンター合宿の際に実施した質問紙調査の内容をもとに，個人内及び研究室コミュニティにとってのエンカウンター体験の意味を検討する。

Ⅱ　方　法

1）日程及び実施場所

平成11年5月22日（土）から23日（日）の1泊2日の日程で，ロマントピアそうま（弘前市隣接村の公営施設）のコテージと会議室，計10室を会場として借り切って実施した。合宿のタイムスケジュールは，表1に示す通りである。

表1　合宿のタイムスケジュール

5月22日（土）

14:00	15:00	16:30	17:00	18:00	19:00	21:00
→（バスで移動）大学を出発	1回目のグループ編成オリエンテーション・	グループ・セッション1	休憩	グループ・セッション2	2回目のグループ編成 夕食・	グループ・セッション3	パーティー・セッション

5月23日（日）

10:30	12:30	13:30	14:00
部屋ごと朝食	グループ・セッション4	最終セッション	質問紙記入・現地出発	→（バスで移動）大学にて解散

2）参加者募集方法

年度当初のガイダンスにおいて心理学科教室の全構成員を対象に，「自分や他者についてもっと知りたいと思う人にはお勧め」「特に将来『対人関係』職を目指す人にとってはこのような体験も不可欠」といった，参加を動機づけるメッセージとともに合宿実施計画を周知した。さらに後日，期日・場所・費用に加え，エンカウンター合宿であること，「自己発見」「他者発見」「新たな出会い」を参加者の獲

得目標とすることなど，詳細な情報を盛り込んだ募集案内を配布した。

3）参加メンバーとファシリテーター

参加希望者をサブグループごとにとりまとめ，最終的な参加者数は，副専攻学生26名，主専攻学生９名，研究生１名，大学院生８名（他大学から参加の大学院生２名を含む），及び教官５名の計49名となった。このうち，合宿以前に授業等を通じてエンカウンターについての知識を有していたのは，副専攻学生の13名と主専攻学生２名，及び大学院生５名であり，それ以外の学生については，必ずしも全員が募集案内の文面のみで獲得目標を理解したわけではない。また，本格的なグループ体験者はスタッフ以外の学生では４名のみであった。

教官２名と大学院生６名がスタッフとして合宿プログラムの作成・運営にあたり，30時間超を費やすミーティングを５週間にわたり行って，エンカウンター課題の選定等の準備を行った。実際の合宿プログラムの中では，このスタッフ８名が８つのグループに各々１名ずつ分かれて入り，ファシリテーターとして行動した。８名のスタッフ中，この合宿計画以前に保健管理センター主催の合宿等でのグループ体験を持つ者は５名であった。他大学から参加の大学院生２名は，ともにグループ体験者であり，プログラムの実施にあたってはコ・ファシリテーター的役割を演じた。

4）セッションごとの概要

a．オリエンテーションと１回目のグループ編成

最初に，会場建物わきの広場を利用し，合宿期間中の生活上のルール及びセッションに臨む際のルールについて説明した後，「じゃんけん列車」という簡単なゲームを行った（じゃんけんをして負けた者が勝った者の後ろにつくことを繰り返し，列がだんだん長くなっていく）。参加者全員が１列になったところで，グループが使用する部屋名（星座の名）を順に唱えてもらい，その場で６～７人サイズのグループ８つを編成した。グループごとに簡単な自己紹介等を行った後，各々，グループの部屋に移動し，グループ・セッションを開始した。

b．グループ・セッション１（５月22日，15：00～16：30頃まで）

グループ・セッション１の課題として，「私の四つの窓―四つの自問―」（行動科学実践研究会，1976）を用意した。これは，メンバーの一人ひとりにカードを１枚ずつ配布し，表２に示す項目を各自記入して他のメンバーに発表し，グループで話し合うものである。グループ編成して最初の課題ということで，メンバーの自己紹介という意味も兼ねつつ，日常よりはやや踏み込んだ内容の自己紹介を行うことで，自己開示に向けた準備性を高めるとともにメンバー同士の信頼感を育むことをねらいとして実施した。

表２　グループ・セッション１「私の四つの窓」の記入項目

④ 順位づけ ____ 愛する ____ 愛される ____ 愛し，愛される	**① 私の好きなこと** 1. 自分の一番好きな音楽の曲名 2. 手を使ってするのが好きなこと 3. まとまった自由時間にするのが好きなこと
名　　前 生活信条	
③ 人名 1.（家族以外で）自分に最大の影響与えた人，２人 2. 知人の中で，対決したいがなかなかできない人 3. 本当の賞賛をその人から受けたい人	**② 場所** 1. 肉体的，精神的に死に最も近づいた場所 2. 生きる最高の喜びを感じた場所 3. 最高の愛，または憎しみを感じた場所

出典：行動科学実践研究会（1976）.

c．グループ・セッション２（５月22日，16：30～18：00頃まで）

グループ・セッション１終了後，グループごとに若干の休憩時間をとり，そのままグループ・セッション２に移った。

グループ・セッション２には，「地球滅亡前の２日間」と名付けたオリジナル課題を用意した。この課題では，この年のマスメディア等で頻繁に取り沙汰されていた「ノストラダムスは1999年７月に人類が滅亡すると予言した」とされるエピソードを取り上げ，滅亡前の最後の48時間の過ごし方について各自考えることとした。この課題を通して，自らが人生において最も大切にしたいと感じているものの存在に気づくとともに，日常よりもやや深いレベルでの自己開示を試みることによって，各メンバーが自己と他者の価値観の違いに気づくことをねらいとしたもので，各メンバーは，「自分がどこにいて，何をしているか」「誰と一緒にいるか」など，できるだけ細やかにイメージして配布された用紙に自由に記述し，これを発表してグループで話し合った。このセッションの最後に各自ふりかえりシートを記入し，その内容をメンバー同士伝え合うとともに，このグループでのセッションはここで終了ということになるため，短いお別れの儀式を行った。

この合宿そのものが研究室として初めての取り組みであったことに加え，ファシリテーター役を務める院生スタッフの経験の浅さと力量に配慮し，グループ・プロセスにおけるメンバーの過度の開示と侵襲を予防するため，グループ・セッション１とグループ・セッション２の時間を各々１時間半程度に抑えた。また，同様の理由から，同一メンバーでの課題実施は第２セッションまでとした。

d．２回目のグループ編成（５月22日，18：00～19：00）

グループによってグループ・セッション２の終了時刻が多少前後したが，最終グループの合流を待って，参加者が一堂に会して夕食をとった。食事が済んだ後，そのまま座席の並びを利用してグループを編成し直し，グループ・セッション３に入った。再編成後のグループサイズは，グループ・セッション２までと同様である。

e．グループ・セッション３（５月22日，19：00～21：00頃まで）

グループ・セッション３の課題としては，ゲーム性を導入した「朝刊にまにあわせろ」（行動科学実践研究会，1984より，課題の一部を改変して使用）を配した。これは，ある野球チームの選手について，グループメンバーがそれぞれ数枚ずつ持っている（全員分を合わせると計26の）手がかりカードの情報を口頭で伝え合い，これらの情報をつなぎ合わせて各選手のポジションを推理し，グループとして１枚のポジション表に仕上げるものである。ポジション表の作成を終えたら，全グループが一室に集まり，その場で各グループでのふりかえりを行った後，内容を全体で共有した。

グループ・セッション３に，グループ・セッション２までとは趣向の異なる課題を設定した背景には，自らについて語ることに抵抗が強かった参加者にとって，グループ・セッション２までの課題はやや負担が大きかった可能性が考えられるため，異種の課題をその後に配することによって苦しい時間が続かないようにする意図があった。加えて，ゲーム性の導入によってグループに楽しい雰囲気を生み出し，共同で一つの作業を行うことを通して，メンバー間の交流を活性化するねらいもあった。

f．パーティー・セッション（５月22日，21：00～）

各自予め決められた部屋割り（同ゼミ・同学年など，合宿以前からの知人が必ず一人は一緒になるように調整した）に従い，一旦宿泊場所に移動し，翌日の朝食の下ごしらえをした後，再度参加者全員が一室に集まってパーティー・セッションを実施した。最初のみ全員が参加し，あとは入浴や就寝のために三々五々抜けてよいこととしたが，実際には半数ほどが深夜まで居残って語り合う，和やかな場となった。

g．グループ・セッション4（5月23日，10：30～12：30頃まで）

グループ・セッション4は，全体が2つの中グループに分かれて，「選択を迫られての自己発見」（行動科学実践研究会，1976）を実施した。これは，4つの必ずしも関連のない言葉のセットを複数用意して順次提示し，メンバーは各セットの4つの言葉の中から強制的に1つを選択して，同じ言葉を選択したもの同士が集まり，その都度，選んだ理由や感じていることなどを話し合うものである。自分の選択した言葉のリストを眺めたり，合宿に参加してからのグループ・プロセスを通じて感じたことを表明したりしあうことで，あらためて自己の新たな側面を発見することや，ここまでのセッションにおける自己発見によって揺らいだ自己像を再確認・再統合することをねらいとして，第2日目にこの課題を配した。

h．最終セッション（5月23日，12：30～13：30）

最終セッションでは2つの中グループがまとまり，全員が1つの大グループとなってグループ・セッション4と同じ課題の最終試行を実施した。4つの言葉としては，この年の4月に着任したばかりの新任の教官1名を除く心理学科の4人の教官が，各々「○○風」（○○の部分には，その教官の苗字が入る）と書かれたカードを持って部屋の四方に立ち，参加者は自分に最もしっくりくる言葉を選んで移動した。グループ・セッション4と同様に選んだ理由などを話し合い，最後に自分が選んだ場所の教官と全員が握手をして課題を終了した。この課題を最終セッションに配するにあたっては，グループ・セッションを通して育まれたメンバー間の親密感を保持しながら，学生にとって研究室生活の象徴ともいえる心理学科教官とも交流することで，合宿という非日常空間と研究室生活という日常空間とをつなぐ意図があった。

課題終了後全員が輪になり，他のメンバーと，グループ・セッションを通して出会った自分自身のそれぞれに対する別れの言葉を一言ずつ述べ，合宿の全プログラムを終了した。

Ⅲ　結　果

合宿終了時に，帰りのバスを待つ時間を利用して参加者全員に質問紙を配布し，①グループ・セッション1，②グループ・セッション2，③合宿プログラム全体を通しての，各々の時点でのリラックス度，自己開示度，他メンバーに対する傾聴度，自己発見・他者発見の程度と，グループメンバー・研究室学生全体・教官に対する親密感などを問う全25項目について，6段階評定を求めた（無記名）。回収された質問紙のうち，質問項目に対しユニークな記入の仕方をしていた1名分を除く48名分を分析の対象とした。各項目の評定平均については，図1の通りである。

自由記述の感想を寄せたのは，参加者中39名であった。この自由記述部分については，複数の参加者間で共通する言及が見えたため，①合宿の意義（「来てよかった」「楽しかった」「～がわかった」など），②自己理解（「自分の～の面に気づいた」「自分を見つめ直すことができた」など），③他者理解（「他の人の内面を知ることができた」など），④自己表現（「自分の考えを言う練習になった」など），⑤親密度（「少し近い存在の人になった気がする」など），⑥条件不満（会場施設やタイムスケジュール，食事の味への不満など），⑦内容不満（「面白味に欠ける」「やりっぱなしという感じですっきりしない」など），⑧改善欲求（「もっと～したかった」「○○をもっと～にした方がよい」など）の8群に分類したところ，各々の群の出現頻度は表3に示す通りとなった。

このほか，自由記述の感想には「～番目の課題が楽しかった」といった記述も見られたが，挙げられた課題は参加者間で必ずしも一貫していなかった。また，グループ・セッション1及び2で使用した課題に対して，時間不足からくる物足りなさを訴える参加者がいる一方で，このような課題を苦しいと感じる参加者も存在することがわかった。

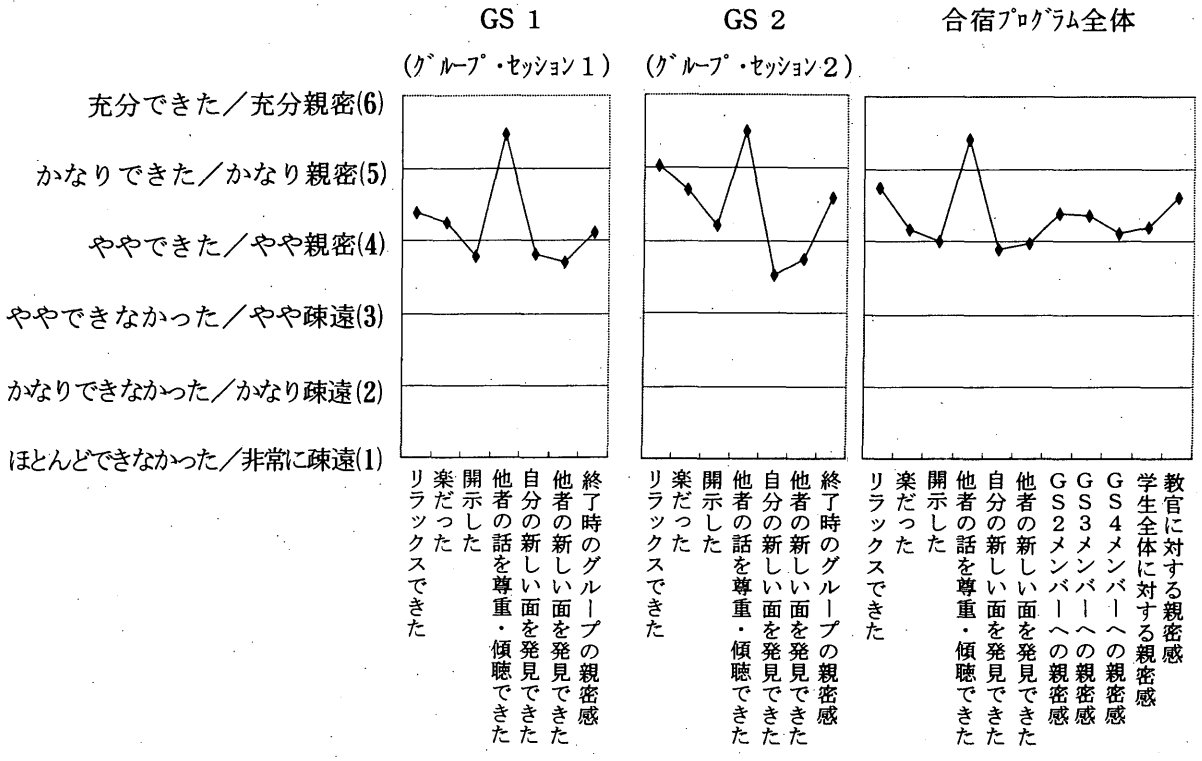

図１　合宿終了時質問紙の項目別評定平均

表３　自由記述の感想の分類（複数回答）

記述の分類	言及人数 (N=39)
合宿の意義（「来てよかった」「～がわかった」など）	35
自己理解（「自分を見つめなおすことができた」など）	16
他者理解（「他の人の内面を知ることができた」など）	10
自己表現（「自分の考えを言う練習になった」など）	9
親密度（「少し近い存在の人になった気がする」など）	9
条件不満（施設，時間割，食事の味への不満など）	7
内容不満（「面白味に欠ける」「すっきりしない」など）	6
改善欲求（「もっと～したかった」「～した方がよい」など）	4

グループ・セッション１で「開示できた」（「充分できた」「かなりできた」「ややできた」）と回答した群と，「開示できなかった」（「ややできなかった」「かなりできなかった」「ほとんどできなかった」）と回答した群とに分け，充分できた－６点，ほとんどできなかった－１点として評定平均値を算出し，その他の項目の群ごとの評定平均値の差の検定を行った。分析対象は，前述の１名に加え，グループ・セッション１での開示度に記入漏れのあった１名分を除く47名分である。その結果，有意差のみられた項目は表４の通りであった。

表４　t 検定の結果 課題Ｉで開示できた群と開示できなかった群で差のあった項目

項　　目	評定平均値 開示群 (N=33)	非開示群 (N=14)	有意水準
(課題Ｉ) 他者の新しい面の発見	4.16	2.64	***
(課題Ⅱ) 他者の新しい面の発見	4.28	2.79	**
(全体) 開示の可否	4.36	3.14	**
(全体) 自分の新しい面の発見	4.24	3.21	**
(全体) 課題Ｉ・Ⅱの小グループの親密感	4.67	3.79	**
(課題Ｉ) 自分の新しい面の発見	4.03	3.36	*
(課題Ｉ) 小グループ全体の親密感	4.38	3.57	*
(課題Ⅱ) リラックスの可否	5.21	4.64	*
(課題Ⅱ) 開示の可否	4.45	3.64	*
(課題Ⅱ) 小グループ全体の親密感	4.76	4.21	*
(課題Ｉ) リラックスの可否	4.61	3.93	+
(全体) 楽	4.39	3.64	+
(全体) 他者の新しい面の発見	4.18	3.57	+
(全体) 学生院生全体の親密感	4.36	3.86	+

***：$p < 0.001$,　**：$p < 0.01$,　*：$p < 0.05$,　+：$p < 0.10$

Ⅳ 考 察

合宿前の評定値をとっていないため，必ずしも合宿プログラムのみの成果としてとらえることはできないが，図１に示された評定平均値は26の質問項目全てにおいて中央値の3.50を上回っていた。特に，「他者の話を尊重・傾聴できた」という項目は，グループ・セッション１・２，全体通してのいずれの時点でも評定平均値が5.00（かなりできた－５点）よりも高い値を示している。新年度開始から１カ月の時点で，合宿以前には互いにほとんど交流のなかった集団からこのような値が得られたことは，研究室コミュニティ全体の交流の活性化をねらったプログラムの成果としては，一定の評価をなしうる結果と言っても差し支えないであろう。

自由記述の感想を記した39名中，35名が合宿に何らかの意義を見出していた（表３）。小柳（1991；1999）は，①「人と知り合うことを楽しむ場」，②「充実した無為を楽しむ場」，③「自分を表現し，人から反応をもらう場」，④「自己探求・自己変容の容器（るつぼ）」の４つを，現代社会におけるエンカウンター・グループの機能として挙げているが，表３の分類の「自己理解」は小柳の言う④に，「自己表現」は③に，それぞれ対応すると考えられる。合宿プログラム立案の段階で，「自己表現」についてはねらいとしてさほど大きく取り上げていなかったが，参加者の感想の文面には，「自分を出せた」「こんなに自分のことを話す機会は最近なかった」「この２日間はずいぶん自分の意見や主張を持って話をしたなあと感じた」など，新鮮な体験に対する感動が伝わる記述が多く見られた。

各課題に対する評価が参加者間で分かれたことからも言えそうであるが，エンカウンター・グループの課題には一応のねらいはあるものの，実際にその課題から何を学びとるかは，参加者個々人の直面している課題や，ニーズなどによって大きく左右されるものと推測される。動機づけやニーズなど，グループ・プロセスを支える原動力となるものを，グループという枠の外側から持ち込んでくるのは参加者

であり，グループ・プロセスから得たものを，グループの外の世界に持ち出して熟成させるのもまた参加者自身であることを考えたとき，プログラムを計画立案する際に，このような参加者自身の持つ資源（resource）を充分にアセスメントし，これをうまく取り入れる工夫をすることで，より一層豊かな成果が期待できるものと思われる。

グループ・セッション１での開示度をもとに行った分析結果（表４）から，プログラムの初期に開示がなされた群の方が，開示できなかった群よりもグループ・プロセスを通じての発見が多く，またグループに対する親密感もより得られているようである。このことから，グループ・セッション前のウォーミングアップを丁寧に行うなどの工夫により，セッションの早い段階で参加者が自己開示しやすい状況を作ることが，参加者に課題の成果が得られた感覚を与える上で役に立つ可能性のあることが示唆される。

最後に，研究室コミュニティに対してこのようなアプローチを適用することの意義について言及したい。早坂（2000）は，大学院生にとって研究室集団は，「研究教育集団というフォーマルな側面と，仲間，生活集団としてのインフォーマルな側面を持ち」，「心理的に自分を位置付けたり，態度や価値判断の拠り所にする集団，つまり準拠集団」であると述べている。今回実施したようなエンカウンター・グループは，学生が研究室集団を，自らの成長の場かつ親密な仲間集団そのものとして自らの内面に位置付けることを促す側面があると思われる。研究室集団を準拠集団とし，学生が大学の中に自らを位置付けて，価値の拠り所を得ることは，学生の大学への適応を支援することにもつながる可能性があろう。

早坂はさらに，研究室集団は「社会化のエージェントとしてとして重要な役割を果たして」おり，「研究室というのは，学生の専門的職業人としての知識や技能を伸ばしている場であると同時に，集団に生きる社会人としての人間関係」を体験する場にもなっていると指摘する。教育の目的は在校（学）中の適応・自己実現・社会化だけではなく，卒業後の適応・自己実現・社会化を促進し，準備することにある（豊嶋，1993)。大学生の場合には，職業的社会化に向けた準備が大学教育の目的であるとも言える。

今回の合宿プログラムでは，教員や心理専門職などの「対人関係」職を志望する学生の社会的スキル向上もねらいの一つとして挙げていたが，学生の職業的社会化に対して，このようなアプローチがどの程度有効であるのかという側面についても，今後評価していく必要があるであろう。

V　文　献

早坂浩志　2000　社会化のエージェントとしての研究室　第33回全国学生相談研究会議報告書　10-13.

伊藤義美　1991　大学生とのエンカウンター・グループ　村山正治・見藤隆子・野島一彦・渡辺忠(編)「エンカウンター・グループから学ぶ―新しい人間関係の探求―」57-73，九州大学出版会.

行動科学実践研究会（編）1976　Creative O. D.　人間のための組織開発シリーズ Vol. 1, Press Time.

行動科学実践研究会（編）1984　Creative O. D.　人間のための組織開発シリーズ Vol. 4, Press Time.

小柳晴生　1991　エンカウンター・グループ　現在から未来へ　村山・見藤・野島・渡辺（編）前掲書　201-217.

小柳晴生　1999　学生相談の「経験知」―大学における心理臨床―　垣内出版.

佐治守夫・村上英治・福井康之（編）1981　グループ・アプローチの展開　誠信書房.

豊嶋秋彦　1981　グループ効果に対する社会心理学的接近―グループ体験のもつ人格-社会間の適応促進的機能をめぐって―　佐治・村上・福井（編）前掲書　39-55.

豊嶋秋彦　1993　集合的指導　小野直広（編）生徒指導　64-84，中央法規.

山田俊介・上地安昭・小柳晴生　1983　大学生にとってのエンカウンター・グループ―「昭和57年度人間関係と自己理解のためのグループ合宿」から―　広島大学保健管理センター年報，　№22, 71-89.