

「コラボレーション方式V」によるエンカウンター・グループの試み：＜テーマ選択法＞によるファシリテーター養成の検討

野島，一彦
九州大学大学院人間環境学研究院

山口，雄介
九州大学大学院人間環境学府

大庭，三奈
九州大学大学院人間環境学府

橋詰，郁恵
九州大学大学院人間環境学府

他

<https://doi.org/10.15017/20089>

出版情報：九州大学心理学研究．12，pp.169-178，2011-03-31．九州大学大学院人間環境学研究院
バージョン：
権利関係：



「コラボレーション方式」による エンカウンター・グループの試み

—— <テーマ選択法>によるファシリテーター養成の検討 ——

野島 一彦 九州大学大学院人間環境学研究院

山口 雄介・大庭 三奈・橋詰 郁恵・平田 陽子 九州大学大学院人間環境学府

A trial of encounter group by “Collaborative Method V”: Consideration of facilitator training using the theme choosing method

Kazuhiko Nojima (*Faculty of Human-Environment Studies, Kyushu University*)

Yusuke Yamaguchi, Mina Oba, Ikue Hashizume, and Yoko Hirata

(*Graduate School of Human-Environment Studies, Kyushu University*)

This is a case study of an encounter group using the “Collaborative Method V”. Four facilitator candidates each facilitated an encounter group (13 sessions, 90 minutes every week, in university campus) and “Collaborative Method V” was introduced to the group. The candidates were also supervised by experienced facilitator. In this study, group structure and group process were described, and 2 points were discussed, (1) the meaning and problem of introduction of “theme choosing method”, (2) facilitator training by “theme choosing method”. Encouraging members’ spontaneity and helping to access group process were thought to be the meanings of “theme choosing method”. The experience that facilitator also belonged to the group as one of the members was useful for facilitator training. We conclude that “Collaborative Method V” is an useful method for facilitator training.

Key Words: “Collaborative Method V”, encounter group, the theme choosing method, facilitator training

I はじめに

近年、教育領域や医療領域などの臨床現場で様々なグループ・アプローチが実施されている。なかでもエンカウンター・グループ（以下、EG）は、“自己理解、他者理解、自己と他者との深くて親密な関係の体験”（野島，2000）を目的としたグループ・アプローチである。EGは、構造化されていない「非構成型EG」（以下、UEG）とエクササイズを中心に構造化された「構成型EG」（以下、SEG）の2つの意味で使用されている（野島，2000）。また、最近ではUEGとSEGを融合させた「半構成型」という新しい方式によるEGが実践されている（森園・野島，2006；星野・野島，2008など）。

ファシリテーター（以下、Fac）養成の方法としては、Fac Candidate（以下、FacCa）がグループ（以下、Gr）に陪席、メンバー（以下、Me）として参加するなどが主であった（野島，1985）。しかし、FacCaがコ・ファシリテーター（以下、CoFac）としてベテランFacと同じGrを担当する「コ・ファシリテーター方式（以下、CoFac方式）」（野島・内田，2001）が提示されて以降、改善がなされ（野島・吉岡ら，2002；野島・西ら，2003；内田・野島，2003；野島・金子ら，2004，野島・廣ら，

2005；野島・伊勢谷ら，2006；桂木，2007），「コラボレーション方式」（野島・桂木ら，2007）へと発展した。

「コラボレーション方式」（野島・桂木ら，2007）とは、Fac養成を兼ねたEGの一方式で、ベテランFacの下FacCa達がGr全体を動かす“全体Fac”とSmall Gr（以下、SGr）に入る“SGr-Fac”（以下、SFac）の両役割を取る方式であり、セッション（以下、Se）ごとにFacらがテーマを設定する<テーマ設定法>が導入されていた。この後、毎年改良が重ねられ、安全感を高めるため全体FacはベテランFacが担当する「コラボレーション方式」（野島・江ら，2008），事前調査をしたテーマに沿ってSeを行う「コラボレーション方式」（野島・山崎ら，2009），非構成的Seの体験版としてフリーテーマSeを導入した「コラボレーション方式」（野島・高橋ら，2010）に発展している。

そこで、今回筆者らは「コラボレーション方式」（以下、本方式）を実施した。本方式は、「コラボレーション方式」までの特徴を踏襲した，“全体Fac”をベテランFacが，“SFac”をFacCaが担当し、協同でGrを進めていく，テーマ設定法を導入する，SGrのMeを固定する，SGrのMeとSFacの意図的マッチングを行う，傾聴訓練をテーマSeの前に導入する，テー

マの事前調査を行う，という方式である。これまでの「コラボレーション方式」から「コラボレーション方式」までの5つの方式の対照表を Table 1 に示す。

「コラボレーション方式」では，非構成的 Se を導入したことにより，「テーマが自由である分，Me の自発性に任される部分が大きいと言えるが，その一方で Me へのプレッシャーにもなり得る」（野島・高橋ら，2010）ということが述べられている。それを踏まえて，本方式では Me の安全性を保障するために非構成的 Se を導入しなかった。構造を「半構成方式」に留める代わりに，森園・野島（2006）が「半構成方式」では Me が自発性を発揮しづらいと指摘している点を補えるように，本方式では＜テーマ設定法＞に加え＜テーマ選択法＞を導入した。また，これまでの＜テーマ設定法＞においては，Fac と FacCa によってテーマが決められており，「コラボレーション方式」においてはテーマの事前調査が行われていたが，テーマの選択を Fac と FacCa が行なっていたため，Me の意思が各 Se のテーマに十分反映されていたとは言い難い。各 SGr は，それを構成している Me や FacCa によって流れが作り上げられているため，SGr によってその時々によって必要とされる話題も異なってくるものと思われる。よって，本方式においては，そのような各 SGr の流れを丁寧に扱っていくために，＜テーマ選択法＞を導入することとした。さらに，今までは与えられるものだったテーマを Me が自らの意思で選択できるようにすることで，話題への Me の動機づけを高めることもねらいとした。

本稿は，「コラボレーション方式」を用いた Gr の構成と経過を報告し，＜テーマ選択法＞導入の意義と課題，＜テーマ選択法＞によるファシリテーター養成について，の2点を考察することを目的とする。

II グループの構成

1. グループの位置づけ

学部生対象の自由選択授業「グループ・アプローチ論演習」（5 時限目，90 分）の一環として行なわれた。

2. グループ編成

Me は学部 2～4 年生，聴講生等。年齢は 19～34 歳，平均 21.47 歳 ($SD = 2.90$)。参加人数は平均 34.54 名 ($SD = 2.15$)。Fac は授業担当教員（60 代男性，ベテラン Fac）であり，FacCa 達はいずれも大学院生（20 代男性 1 名，20 代女性 3 名）であった。

3. セッションの構造

Se1～Se5 は Fac が担当する構成的 Se。Se6～Se13 は FacCa が各々 4 つの SGr（1Gr10 名程度）を担当する半構成的 Se で，Fac は全体 Fac として参加。

4. 半構成的 Se の進め方

ベテラン Fac が前 Se のアンケートにコメント，FacCa がウォーミングアップを実施，ベテラン Fac によるテーマ紹介とデモンストレーション（Se6～7：3 分，Se8～12：1 つのテーマにつき 1 分），SGr での話し合い。各 Me が必ず発言できるようにベテラン Fac が 1 人ずつの発言時間を区切る，SGr で次回テーマ決め（Se8～11），FacCa が全体で Se の感想を発表，ベテラン Fac がコメント，次回のテーマ発表（Se5～7，12），Se アンケートの記入。

5. テーマ設定法・選択法について

Me に SGr に慣れてもらうため，＜テーマ設定法＞（#6～8）を用いた後に，＜テーマ選択法＞（#9～12）を導入。テーマをめぐって SGr の各 Me が一人ずつ持ち時間内で語っていき，全体 Fac が時間を区切る。＜テーマ選択法＞では，前 Se の終わりにテーマのリストを提

Table 1
5 つのコラボレーション方式の対照表

	コラボレーション方式	コラボレーション方式	コラボレーション方式	コラボレーション方式	コラボレーション方式
メンバー	Se ごとにシャッフル	固定			
時間の管理	FacCa	ベテラン Fac			
デモンストレーション	FacCa	ベテラン Fac			Se1～3 はベテラン Fac，Se4～7 は FacCa
全体 Fac	FacCa	ベテラン Fac			
検討会	スタッフミーティング	GrSV			
テーマの設定	テーマ設定法				テーマ設定法+ テーマ選択法
テーマ調査の有無	なし		事前に調査		

示し、次回テーマについて考える時間を取った後、投票・多数決でテーマを選択する。テーマは、森園・野島(2006)や野島・桂木ら(2007)などを参考にし、Meの多くを占める青年期後期という発達段階において大切と思われ、普段表現しない自分の心の内を見せるようなテーマ、FacCaが考えた自由度の高いテーマ、Meの提案したテーマ(参加意欲を高めるためSe7で募集)を用いた。SGrごとにテーマが異なり、ベテランFacが複数のデモンストレーションをしなければならず、1つのテーマについてのデモンストレーションが短くなったのを補うために、FacCaが最初に発言した。

6. グループ・スーパービジョン

毎SeについてGrスーパービジョン(以下GrSV)が行われた。GrSVでは、FacCaが前回の授業で行なわれた担当SGrの流れとSeアンケートを報告し、ベテランFacとFac養成を受けた、あるいは養成を受けている臨床心理学専攻の大学院生15名弱とFacCaによりSeを振り返るためのディスカッションを行った。振り返りのディスカッションの後、次Seプログラムの打ち合わせを行った。GrSVの時間は毎回90分であった。

7. 場所

広いプレイルーム(80人くらい収容できる部屋)を使用した。

8. リサーチ

MeにGr開始前と終了後に参加意欲や期待度、満足

度等を記入する「参加者カード」、各Se後に「Seアンケート」(魅力度を含む)[いずれも7段階評定:1~7]の提出を求めた。

III 経 過

1. 参加前の気持ち

MeのGr開始前の参加意欲度、期待度の平均値は、それぞれ5.35($SD=0.82$), 4.61($SD=1.17$)であった。自由記述では、「親しくない人たちの前で話すのは不安だが、親しい友達の前で普段話さないことを話すのも嫌」、「分からないことばかりなので楽しみだけど不安」、「日本語が上手ではないので少し緊張(留学生)」などであった。

2. グループ・プロセス

半構成的Seは、4つのSGrが同時に行われた。#5までは全体のプロセスを記述し、#6以降はA「魅惑のカニビデオ」(女性FacCa)、B「フェイタン11」(女性FacCa)、C「ちょっと」(女性FacCa)、D「サイレント・カラー」(男性FacCa)のSGrごとに記述し、まとめたものをTable 2, 3, 4, 5に示す。＜テーマ選択法＞で用いられたテーマのリストをTable 6に示す。また、FacCaの提案したテーマとMeから提案されたテーマとが選択された比率は全体で5:3であり、各SGrごとに見ていくと、Aが1:1、Bが1:0、Cが3:1、Dが1:3であった。

Table 2
グループ・プロセス(#1~#3)

SGr名	A「魅惑のカニビデオ」	B「フェイタン11」	C「ちょっと」	D「サイレント・カラー」
#1(X年9月28日)	オリエンテーション			
経過	FacCaは事情により不参加。ベテランFacよりEGの説明が行われた。			
#2(X年10月5日) 5.24(1.23)	導入			
経過	参加者カードの記入。FacCaらは、自己紹介とGrへの思いを語る。その後、「マンウォッチング」→「2人組マッサージ」→「背中合わせ」(2人組)→「イメージフィードバック」(2人組)→「好きな言葉つき自己紹介」(6人組)の5つのエクササイズを実施した。			
Meの感想	「知り合いが多いこともあって初めはみな照れ臭そうだったが、新たな面を見ることができた」、「自然と会話ができて心地よい時間になった」など。			
FacCaの感想	「落ち着かない感じだったが次第に緩んでいった(A)。マンウォッチングでは表情の硬いMeもいたが、全体的に暖かい雰囲気(B)。緊張はあまりしなかったものの、終始どう動いたらいいのかが、何を話せばいいのかなど戸惑った(C)。緊張していて、あっという間に終わった感じ(D)」など。			
GrSV	FacCaは気負うことなく、人間味のあるところを見せてもよい。			
#3(X年10月19日) 5.68(0.79)	傾聴訓練			
経過	担当はベテランFac。ベテランFacが#2の感想や質問ヘレスポンス後、FacCaがウォーミングアップ(以下、WUと略記)として「マッピング」を実施。その後、ベテランFacが積極的傾聴の簡単な受容、くり返し、明確化、支持、質問の5技法を説明し、ベテランFacとFacCa1名でデモンストレーションを行った。それからMeが3人1組でスピーカー、リスナー、オブザーバーの3つの役割を交替しながら、簡単な受容を練習した。傾聴訓練の目的は、SGrでの聴く態度をもてるようにすることであった。Meは皆熱心に取り組んでいた。			
Meの感想	「5つの方法全てでできるか不安」、「アクティブリスニングを体験できたこと自体が大きな収穫だった」、「日本語が不慣れな留学生を中心に回っていた」など。			
FacCaの感想	「3人組でゆっくり時間を共有できた感じ(A)。聴く時よりも話す時に難しさを感じているMeが多かったのが印象的(B)。WUでは所々で笑いも起き、とてもいい導入になった。自分についてはどこか無理しているような感覚があった(C)。もっと周りを見られる余裕を持ちたい(D)」など。			
GrSV	次回の傾聴訓練での3分間をMeがどのように感じているのかを見ておくといよい。			

Table 3
グループ・プロセス (#4～#6)

SGr 名	A 「魅惑のカニビデオ」	B 「フェイタン 11」	C 「ちょっと」	D 「サイレント・カラー」
#4 (X 年 10 月 26 日) 5.64 (1.05)	傾聴訓練			
経過	担当はベテラン Fac。ベテラン Fac が #3 の感想や質問ヘレスポンス後、FacCa が WU として「何でもバスケット」を実施。次に、ベテラン Fac がリスナー役、FacCa 1 名がスピーカー役で 簡単な受容、くり返し の 2 つの技法を利用したデモンストレーションを行った。それから Me は 3 人 1 組で役割を交替しながら、上記 2 つの技法を練習した。続いて、ベテラン Fac がリスナー役、FacCa 1 名がスピーカー役で上記 2 つの技法に 明確化 を加えた 3 つの技法を利用したデモンストレーションを行った。その後、最初と同じ 3 人組で 3 つの技法を練習した。さらに続いて、ベテラン Fac がリスナー役、FacCa 1 名がスピーカー役で上記 3 つの技法に 支持 (サポート) を加えた 4 つの技法を利用したデモンストレーションを行った。その後、最初と同じ 3 人組で 4 つの技法を練習した。技法が増え、戸惑いも見られたが、Me は積極的に取り組んでいた。			
Me の感想	「積極的傾聴の 4 つの要素をうまく盛り込むことができなかった」、「全体のグループはすごくみんな和やかな感じになってきた」など。			
FacCa の感想	留学生とのやり取りが難しく、介入しすぎたかも (A)、傾聴訓練では外からの観察だったが、観察が Me に影響を与えたのではないかと不安 (B)、傾聴訓練では、技法が増えるに従って姿勢や視線など基本的な部分が疎かになってしまうこともあった (C)、WU にのれない Me に対する配慮が今後必要だと思った (D) など。			
GrSV	「何でもバスケット」は一人が仲間外れになるというゲーム。自分だけが取り残されるという感じを受ける Me がいるかもしれないということを考慮しておく。			
#5 (X 年 11 月 2 日) 5.68 (0.94)	傾聴訓練			
経過	担当はベテラン Fac。ベテラン Fac が #4 の感想や質問ヘレスポンス後、FacCa が WU として「運命の人探し」を実施。次に、ベテラン Fac がリスナー役、FacCa 1 名がスピーカー役で 簡単な受容、くり返し、明確化、支持 (サポート)、質問 (リード) の 5 つの技法を利用したデモンストレーションを行った。それから Me は 3 人 1 組で役割を交替しながら、上記 5 つの技法を練習した。続いて、同じ 3 人組の中で組み合わせを変えて、時間を 7 分に延長して練習を行った。5 技法すべてを用いること、時間が長くなることに戸惑いも見られるが、Me は意欲的であった。最後に次 Se のテーマを発表。			
Me の感想	「相手にしっかり聞いてもらっているか不安になった」、「繰り返しの重要さに気付いた」、「近くのアシリテーターを意識してしまった」など。			
FacCa の感想	笑顔が多く見られ、和気あいあいとした雰囲気。全体的に熱心 (A)、Fac の「路上教習」という比喻のおかげで、初心者だから失敗してもいいと思え、落ち着いて取り組めた (B)、WU では Me の動きは少なく、Me の主体性を引き出すことの難しさを感じた (C)、Me がだんだん Gr に慣れてきていることがよかった (D) など。			
GrSV	7 分間という傾聴訓練でありながら、Me はよく取り組めた。留学生に関してはできてない面だけでなく、ポジティブな面についても見ていくようにする。			
#6 (X 年 11 月 9 日) 5.08 (1.36)	自己紹介・Gr への期待と不安; 5.67 (1.73)	自己紹介・Gr への期待と不安; 5.33 (1.00)	自己紹介・Gr への期待と不安; 4.67 (1.41)	自己紹介・Gr への期待と不安; 4.70 (1.16)
経過	Me は 9 名。少し緊張が見られる。知り合い同士、男女で座る。出身地や趣味、Gr への期待と不安を話す。Gr 名決めでは全体は動かず静か。	Me は 9 名。Gr への不安や期待を語る。過去の Gr 体験を語る Me もおり、他 Me から質問が出た。	Me は 9 名。皆緊張した面持ち。知らない人が多いことやうまく話せるか等についての不安が語られる。積極的に話す Me と話さない Me とに二極化。	Me は 10 名。FacCa も含め、緊張が強く話すのが苦手な Me が多い。SGR 名は、意見があまり出ず、Me の発言を FacCa がつなげて決定。
Me の感想	「自己紹介を通してだんだん緊張がほぐれてきた」など。	「顔見知りの人が多かった」など。	「積極的に発言できなかったので改善したい」、「話しやすかったが少し喋りすぎた」など。	「シャイな人が多くてほとんど話が盛り上がらず居心地悪かった」など。
FacCa の感想	緊張感があった。Me によって発話量に差があるのが気になった。	顔見知り同士の Me が多く、既知でありながら未知の Me との出会いという印象の EG。	興奮しっぱなしだった。自然と質問が出たりした。	すごく緊張していた。
GrSV	周りの様子をうかがって動こうとする Me が多い。FacCa が困るとみんなも困る。	Fac が介入する時は Me に質問をし、「○○はどう？」といったお伺いをたてる形で行う。	Me の得点の低さは正直な気持ちだが、不安などの表れでもある。	FacCa が緊張せずいられるよう振る舞うこと。

Table 4
グループ・プロセス（#7～#9）

SGr 名	A「魅惑のカニビデオ」	B「フェイタン 11」	C「ちょっと」	D「サイレント・カラー」
#7 (X 年 11 月 16 日) 5.74 (0.89)	私の進路をめぐる過去・現在・未来；5.57 (1.27)	私の進路をめぐる過去・現在・未来；5.78 (1.09)	私の進路をめぐる過去・現在・未来；5.86 (0.69)	私の進路をめぐる過去・現在・未来；5.75 (0.46)
経過	Me は 7 名。大学までの話になりがちだが、就活について話す Me も。全体で就職や進学悩みや情報共有。FacCa は先輩としての意見を求められる。	Me は 9 名。どの Me から現在の進路を選んだきっかけが語られ、Me 同士の共通点が意外に多いことに話が及んだ。	Me は 8 名。前回より表情が柔らかい。Me 同士で質問をし合うこともあった。前回よりシェアリングで話す人は増えたが黙って聞いている Me もいる。	Me は 9 名。持ち時間後も続けて話す Me がいた。FacCa は SGr に正直に話せて受け止められる感じがあったと話す。
Me の感想	「あまり話したくなかったので、多少はぐらかした」など。	「うちとけた感じがした」など。	「Me それぞれがファシリテイト、共感することが多いセッション」など。	「自分の内面をさらけ出すことに抵抗を感じる」など。
FacCa の感想	“決める”作業を FacCa に委ねてられている感じ。	今回のテーマに抵抗がある Me がいるのが気がかり。	自然な感じで Gr に居られた。シェアリングで話さない Me が気がかり。	いい雰囲気よかった。
GrSV	FacCa が安定すれば Me も安定する。	テーマに抵抗がある Me が休むかチャレンジするかは任せていてよい。	休んでいる Me に今回のことをどう伝えるか考える。	続けて話す Me は一旦止めるように。
#8 (X 年 11 月 30 日) 5.52 (1.09)	友人・仲間；5.56 (1.59)	友人・仲間；5.43 (1.13)	友人・仲間；5.33 (1.32)	友人・仲間；5.38 (0.52)
経過	Me は 9 名。友人紹介、友人関係のスタンスを話す。お互いに FB。発言量に差が見られる。テーマ決めでは、全体的に静かで反応がない。	Me は 7 名。仲良しの友人について語る Me や「一番苦手のテーマ」という Me も。テーマ選択では票数の多い「至福の時」に決定。	Me は 9 名。穏やかな雰囲気でありつつ、どこか忙しない感じも。シェアリング時いつもより静かだったので FacCa が司会者のように振舞うことがあった。	Me は 8 名。話しくそうにする Me が何人かいた。自分と似ている人と仲良くなるかという話で話が続いた。
Me の感想	「3 分では少し時間が短く、話し終えなかった」など。	「Gr の人に嫌われているのでは」という感覚になった」など。	「あまり興味がわくテーマではなかった」、「みんなにうまく伝わったか不安」など。	「もう少し話せるようになるべきなのか気になる」など。
FacCa の感想	共通点探しのような Se だった。	“嫌われている”と書いた Me のテーマに投票した人はいなかったため、疎外感を感じたのでは。	全体としては穏やかでありつつもどこか忙しない感じも。シェアリングで感想を述べず心残り。	真剣に話さないといけないという強迫性が SGr にあるのか。
GrSV	FacCa はポジティブ面も意識化すると良い。	Me の傷つきやすさについては慎重に扱うように。	感想が言えない感じがある時はそれを言葉にする。	安心して話せるグループ作りをするように。
#9 (X 年 12 月 7 日) 5.54 (0.74)	ストレス対処法；5.75 (0.89)	至福の時；5.22 (0.83)	今まで体験したアルバイト；5.56 (0.73)	健康について；5.67 (0.50)
経過	Me は 9 名。共通点が語られることが多い。日常の関係における話題が持ち込まれる。テーマ決めでは、自由に話す雰囲気。	Me は 9 名。好きな事を語る Me が多く、寝ることという Me の話で笑いが起きた。テーマ決めでは皆あまり話すことなく、「異性・恋愛・結婚」に決定。	Me は 9 名。バイトの不満や面白エピソードが話され、Me 同士でよく質問や FB がある。躍動感がある感じ。話さない Me に FacCa が話を振ることがあった。	Me は 9 名。運動、健康の悩み相談など多様。発言や笑いが増え、楽しい感じ。次回テーマはある Me が言及したテーマが選ばれる。
Me の感想	「ようやくグループに親しみを感じはじめた」など。	「いいトピックだった」など。	「感情表現の共有が多くてよかった」、「話の主軸が決まらず、バラバラに話してしまった」など。	「全体で話す時はあまりなじめた感じはしない」など。
FacCa の感想	Me 同士のやり取りが積極的な一方で、FacCa が動くのを待たれている感じ。	ある Me の聴く態度が気になる。	話さない Me に話を振ったりしたがどうだっただろうか。Me の多数決ならではのテーマだった。	全員が満足するのは難しい？。
GrSV	Me にパスを回して発言のモデルになってもらう。	聞き方について全体で説明してもよいのでは。	話さない Me には FacCa がモデルに。	Me によって合う雰囲気と合わない雰囲気は様々。

Table 5
グループ・プロセス (#10～#13)

	A「魅惑のカニビデオ」	B「フェイタン 11」	C「ちょっと」	D「サイレント・カラー」
#10 (X年12月14日) 5.74 (0.99)	来年の目標; 5.63 (1.60)	異性・恋愛・結婚; 5.78 (0.83)	至福の時; 5.75 (0.71)	クリスマス; 5.56 (0.72)
経過	Meは9名。それぞれの目標の立て方が語られる。Me間の質問やFBが頻繁。テーマ決めは、Meの1人が提案したテーマに皆頷く。	Meは9名。＜このテーマ苦手＞と前置きして話す。「このテーマは話したくない」と率直な意見も出た。次回は圧倒的に票数が多い「クリスマス」に決定。	Meは8名。温泉等の話題で盛り上がり、Gr全体が温泉に浸かっているような暖かい雰囲気。次週のテーマが選ばれるとFacCaは少し緊張。	Meは9名。楽しい話で活発。テーマ選択で、家族の話とかしたいですねー。でも流されないようにそれぞれで考えてくださいね。
Meの感想	「話をグループ内ではなく、隣とだけで共有するようになっていたのが残念」など。	「どのような意見も受け入れるムードがあり話しやすかった」など。	「話すことが怖くなくなってきた」など。	「仲良くなれるようで嬉しかった」など。
FacCaの感想	何でも気軽に話せる雰囲気だった。	テーマ選択ではクリスマスが近いので、クリスマスが選ばれたのが印象的だった。	色々言いたいことを言える雰囲気。話さないMeに話を振ることがあったがそんなに疲れていない。	あまり気分がのらずもやもや。自分の話やMeの話す速さの影響だと思う。
GrSV	MeはもっとGrらしくなってほしいのでは？	FacCaの発言で助かったMeもいたよう。	積極的傾聴ができていないか不安だと言うと、気になくてもいいのではとアドバイスをもらう。	ポジティブな話がたくさん出るぶん、そうでないものが浮かび上がる。
#11 (X年12月21日) 5.86 (0.71)	クリスマス; 5.86 (0.69)	クリスマス; 6.13 (0.64)	家族; 5.86 (0.69)	好きなもの・こと; 5.50 (0.83)
経過	Meは7名。恋愛や家族の話題も出るが、ばらばらとしており深まらない。様々なテーマが話題にのぼるが、次回テーマを嫌がるMeも。	Meは9名。サンタが親と分かった時のことや今年の予定を語るMeもいて、楽しい雰囲気。テーマ選択は、静かな雰囲気投票し「家族」に決定。	Meは8名。家族のエピソード等で笑いが出ることもあるが、いつもよりはじくりと話し、沈黙もある。FacとMeの違いが殆ど感じられなかった。	Meは7名。好きなものが同じMe同士で盛り上がる。好きなものに対するスタンスなどの話をした。
Meの感想	「いつも時間内に話が終わって困る」など。	「(FacCaの)テンションが低めだった」など。	「いつもよりややテンション低め?」、「Grの話についていけない感じがしない」など。	「ソバで言うと、つなぎが足りない感じ。パサパサ...」など。
FacCaの感想	雑談に近い感じ。	自分はいつも通りのつもりだったが、Meにはそう見えなかったよう。	Me同士で活発にFB。テーマについてどこまで話すが、初めに発言することの難しさを感じた。	元気が無い感じがするMeについてしまった。
GrSV	話題にこだわらず共有し味わうのが大切。	Meの心の事情でテンションが低く見えたのかも。	Fac自身も大切に。	つなぎのないソバもある。
#12 (X+1年1月18日) 5.58 (1.26)	異性・恋愛・結婚; 5.71 (1.38)	家族; 6.57 (0.53)	尊敬する人; 5.88 (0.64)	X年の振り返り・X+1年の目標; 4.44 (1.24)
経過	Meは8名。テーマへの苦手意識をもったMeも。FacCaは恥ずかしいと話す。Meによって抽象的な話題や具体的エピソードなどが語られる。	Meは7名。自身の親についてや兄弟のことを話した。Me全員に兄弟が居ることが分かり、盛り上がった。	Meは8名。久しぶりだったのでMeもややぎこちない雰囲気。徐々に賑やかになるが、全く話さないMeもいた。Facは話さないMeに声をかけられなかった。	Meは9名。久しぶりでFacCaは緊張。SGRも堅い。あるMeの発言にいらだち、FacCaが対決的な態度になり雰囲気が悪くなる。
Meの感想	「盛り上がっていた」「話がまとまらなかった」など。	「非常に居心地のいいグループだった」など。	「最初は固い感じだったが話が始めると和気あいあいな雰囲気」、「言いきれなかった感がある」など。	「このまま和まないグループのまま終わるのは嫌だよねー」など。
FacCaの感想	話を振られてばかりのMeが気になった。	「家族」というテーマだっただけに、アットホームな雰囲気だった。	話さないMeに対して働きかけたいが何もできない。	次回はリラックスしたい。
GrSV	Meも安定してきた。無理なフォローはしない。	徐々に温かい感じになってきた印象。	声をかけられない時などは、FacCaが逆転移感情に気づくことが大切。	余裕が無いときは無理しない。いらだちは逆転移みたいなもの。活かし方を学ぶこと。

#13 (X+1年1月25日) 6.50 (0.62)	言葉の花束；6.33 (0.71)	言葉の花束；6.63 (0.52)	言葉の花束；6.71 (0.76)	言葉の花束；6.38 (0.52)
経過	Meは9名。集中してメッセージを書く。配布・読む際には照れくさそうで、お互いの様子を見守る雰囲気。	Meは8名。メッセージを読みあう時は、皆思わず笑ってしまう感じ。シェアリングでは今までのSeで印象に残ったことを話した。	Meは8名。どのMeも黙々と書いていた。メッセージを照れながら読み、時々笑いが起こり、「いやいやそんなことないのに」と謙遜する様子が見られた。	Meは9名。皆熱心に書き、嬉し恥ずかしという感じで読む。SGr全体のイメージを話すMeも。
Meの感想	「1人1人の言葉に身をゆだねている感じがした」など。	「恥ずかしい気持ちもあったが、嬉しい気持ちの方が強かった」など。	「戸惑ったが嬉しくもあった」、「少しの緊張感もあり良い雰囲気」など。	「みんなで真剣に書いて、あたたかい言葉をプレゼントされ、プレゼントしてあたたかい雰囲気」など。
FacCaの感想	ほのぼのとした雰囲気だった。	シェアリングで時間の許す限り皆で話したのが印象的だった。	それぞれ読み上げる時はとても嬉しそうで全体的にも暖か。終わりを惜しむような感じがかった。	SGrに対するイメージを言ってもらえたのがよかった。
GrSV	少数派のままならなさは危険だったが、配慮できたのでは。	Meがどういった気持ちでそれぞれのテーマを選んでいったかを考えてみるとよい。	この回のみ時間がオーバーしたことの意味を考える。	このMeだからこそ、このSGr名とこの経過だったのでは。

Table 6
テーマのリスト

FacCaが 準備したテーマ	家族	異性・恋愛・結婚	尊敬する人
	至福の時	私のキーワード	人生の転機
	近況報告	EGについて	クリスマス
	2009年を漢字一文字で表すと		
各SGrのMeから 出てきたテーマ	A	好きな時間の過ごし方	ストレス対処法
		勉強のやる気を出したい日の迎え方	来年の目標
	B	中学や高校での自分の立ち位置	
		生まれかわったらどういう自分になりたい？	
	C	得意なこと	恋愛(癖)
		趣味	自分の中で最も大切な感情
	D	今まで体験したアルバイト	不安解消法
		座右の銘	今までで一番の思い出
		自分のこだわり	健康について
		好きなもの・こと	

3. 参加後の気持ち

全Se終了後のMeの満足度平均は6.44 ($SD=0.66$)であった。SGrごとはA: 6.33 ($SD=0.71$)、B: 6.75 ($SD=0.46$)、C: 6.50 ($SD=0.76$)、D: 6.22 ($SD=0.67$)。自由記述では「自分を自分で振り返ることができたことが一番魅力的だった」、「自分以外の様々な考えをもつ人々と交流でき、人生の糧になった」、「自分のGrがだんだん落ち着くことのできる空間になった」、「自己開示は不安だったが、気付けば自然な私を出せていた」など。

IV 考 察

1. <テーマ選択法>導入の意義と課題について

(1) Meの自発性発揮

<テーマ選択法>を導入することで、MeはSGrで話したいテーマを(#9D, 10A)選択することができ、

<テーマ設定法>の半構成方式では難しいとされていた自発性の発揮(森園・野島, 2006)が可能になったと考えられる。SGrごとに選ばれたテーマを見ると、SGr・Aは「ストレス対処法」、「来年の目標」、「クリスマス」、「異性・恋愛・結婚」、SGr・Bは「至福の時」、「異性・恋愛・結婚」、「クリスマス」、「家族」、SGr・Cは「今まで体験したアルバイト」、「至福の時」、「家族」、「尊敬する人」、SGr・Dは「健康について」、「クリスマス」、「好きなもの・こと」、「X年の振り返り・X+1年の目標」、というテーマが選ばれた。このように、Meが「異性・恋愛・結婚」、「家族」のような親密な関係でなければ表現されにくい、自分の心の内を見せるようなテーマが選択されるSGrもあれば(A, B, C)、そうしたテーマが選択されないSGrもあった(D)。テーマには深まりやすいテーマや危険度の高いテーマ、心が温くなるテーマなど、“テーマの持つ力”(野島・江ら, 2008)がある

と言われるが、「異性・恋愛・結婚」と「家族」は“テーマの持つ力”が大きく、侵襲性の高いテーマであると考えられる。それに関わらず、SGr・A、SGr・B、SGr・CのMeがそうしたテーマを自発的に選んでいったことは、それぞれのSGrにおいてMeが自他と深く関わりたいという気持ちの表れであったと考えられる。Meによっては、そうしたテーマに対する抵抗感を持つこともあるが、テーマ選択の際にMe自身により表現されて、Se内で取り扱うことができ（#11A）、個人の感覚にも配慮しながらSGrを進めることができていたように思われる。また、SGr・Dについては、侵襲性の高いテーマを無理に扱わず、「健康について」・「好きなもの・こと」のような、リラックスさせられる気楽なテーマをMe自身が考え、選ぶことができた。SGrに必要なことをMeが自ら感じて、それに合ったテーマを選んでいったという点で、SGr・A、SGr・B、SGr・Cとは異なった形で自発性が発揮されたのではないだろうか。また、本方式では、MeにSGrに慣れってもらうため＜テーマ設定法＞のSe後に＜テーマ選択法＞を導入したことによって、それぞれのSGrに対する安心感が得られ、結果的に各SGrならではの形で自発性が発揮されたのではないかと思われる。

(2) Grプロセスを見立てる手段

FacCaにとっての＜テーマ選択法＞導入の意義についても述べる。＜テーマ設定法＞では、Facが「テーマを選択していくこと自体がグループの状態や発展プロセスと切っても切れない関係にある」（篠原・野島，2007）と言われており、テーマの設定はFacによるSGrの見立てに依拠している。そのため、Facの見立てによってSGrのプロセスは大きく左右されることになると考えられる。一方、＜テーマ選択法＞では、見立てとは関係なくMeによってテーマが選ばれることにより、前述のように各SGrのMeが話したいテーマ、SGrの状態に応じたテーマが用いられることとなると考えられる。そのため、＜テーマ選択法＞では、＜テーマ設定法＞とは反対に、選ばれたテーマからSGrの状態を見立てることができ、ファシリテーション上で配慮する視点を得ることができると考えられる。そうして得られた視点を元にして、FacCaがねらいをもって自己開示やフィードバックなどをしていくことが必要であろう。

また、＜テーマ選択法＞ではFacCaがテーマの侵襲性に配慮して、意図的にテーマをコントロールすることはできない。そのため、SGrの体験をどのようなものにしたいのかというねらいに沿って、＜テーマ選択法＞を導入するかどうか、またその実施方法について検討する必要があるだろう。

(3) 今後の課題

今後の課題としては、＜テーマ選択法＞の手順を検討

することが挙げられる。本方式においては、テーマの選択を多数決によって行ったが、多数決では全員の意見が一致してテーマが決まるとは限らないので、Meにとって話したくないテーマが選択されることもある（#10B）。また、テーマをMeからも募集したが、あるMeが出したテーマに投票したのは本人のみということが起き、そのMeは「グループの人に嫌われているのではという感覚になった」と書いていた（#8B）。本方式では、どのMeがどのテーマを出したという事は他のMeには分からないようにし、投票をする際も匿名で行い、Meが安心してテーマ選択に望めるようにしていた。しかし、自身の出したテーマに投票した人がいないということは傷つき体験につながる可能性が考えられる。多数決以外のテーマの決定方法を検討するとともに、特定のテーマに対するMeの抵抗感や、自分のテーマが選ばれなかったMeの疎外感に対して、どのように対応するのかということに対して、今後さらなる配慮が必要であると考えられる。

2. ＜テーマ選択法＞によるファシリテーター養成について (1) SGrでのFacCaの自己開示体験

FacのデモンストレーションはMeとFacCaにとって、どのようなことを話せばいいかについての見通しを持つのに役立っていた。しかし、＜テーマ設定法＞のSeでは3分間だったのが、＜テーマ選択法＞導入により、1つのテーマにつき1分間とFacのデモンストレーションが短くなり、それを補うためにFacCaが各SGrにおいて第一発言者となることが構造化された。そのため、「テーマについてどこまで話すか、初めに発言することの難しさを感じた」という感想を抱くこともあった（#11C）。そうした構造の中で、FacCaは率直な気持ちの表現（#10B、#12A）を心がけ、Meにとっての自己開示のモデルとなれるように努めた。ファシリテーション技術の1つとして自己開示の重要性が挙げられており（中田，2001）、野島・桂木ら（2007）と同様に、今回の体験を経て、FacCaもMeにとっての自己開示のモデルとして、その内容や仕方を吟味することが必要であることを学んだ。

(2) FacもMeの一人であるという体験

本方式は、「コラボレーション方式」までの特徴を踏襲しつつ、非構成的Seの不採用と＜テーマ選択法＞導入という変化を加えた。＜テーマ設定法＞による「半構成方式」にはテーマとMe一人一人の持ち時間がFacにより設定されるという特徴、非構成的Seにはそのどちらも設定されないという特徴があるが、本方式で導入された＜テーマ選択法＞による「半構成方式」には、Me一人一人の持ち時間を設定する構造は残したまま、テーマのみをMeに委ねているという特徴があり、本方

式独自の構造が作られていたと考えられる。テーマのみを Me に委ねたことで SGr ごとに異なるテーマが選ばれ、多様な Gr プロセスが展開された。FacCa は、選ばれたテーマやテーマ選択の様子について、「Me の多数決ならではのテーマだった」(#9C)、「テーマ選択ではクリスマスが近いので、クリスマスが選ばれたのが印象的だった」(#10B)といった感想を抱いた。＜テーマ選択法＞による Se 以降、自分の SGr が Me の意思によって作り上げられ、Me の持ち味が活かした SGr になっていく実感を深く味わうことができたと思われる。一方、＜テーマ選択法＞によってテーマの設定ができなくなったことにより、FacCa も Me と共にテーマ選択という不確実な状況に置かれた。FacCa・C が、次週のテーマが選ばれりと少し緊張した(#10)と述べているように、その場でテーマが決まるので、FacCa も Me と同様の不安や緊張感を持ってテーマ選択に臨んでいた。また、テーマ選択で FacCa が迷いながら発言することがあった(#10D)。FacCa・D は、一人の Me として自分の心の内を見せるようなテーマを選びたい気持ちがあったが、Fac としては Me の自発性の発揮をねらうためにテーマ選択の際に発言を抑えたほうがよいのではという考えもあり、迷いを抱いていた。このことから、Fac という役割を持ちながらも、他の Me と同じく Me としても存在する EG の Fac の難しさを実感した。FacCa 主導でなく、Me の意思も反映されていると実感する体験や、FacCa も Me と共にテーマ選択に参加し、Me と同じ重さの一票を投じる体験は、Fac も“一人の Me であること”(岩村, 1990)という Fac としての心構えを学ぶよいきっかけになったと考えられる。

(3) GrSV と全体 Fac に支えられる体験

本方式は従来のコラボレーション方式と比べて SGr のプロセスが多様であったため、FacCa は四者四様の体験をしていたと考えられる。Fac 経験が少ない FacCa にとって、SGr の状態やプロセスの理解を促進する GrSV は重要な役割を果たしていたと考えられる。例えば、「(FacCa の) テンションが低めだった(#11B)」という Me からのアンケートを見て、FacCa は SGr での自身の振る舞い方を反省することがあった。しかし、GrSV で「Me の心の事情でそのように見えたのかもしれない」という視点を与えられることによって、FacCa にとっては自身の SGr を客観的に見る新たな視点が得られたと考えられる。また、GrSV に加え、全体 Fac の時間管理と見守りによって物理的・心理的に支えられていたために、FacCa は Gr に安心して臨むことができ、本方式ならではの多様な体験を得ることができたのだということに留意する必要があると考えられる。

引用文献

- 星野 希・野島一彦 (2008)：「半構成方式」によるエンカウンター・グループのファシリテーター養成に関する考察—ファシリテーター・キャンディデートの視点から— 九州大学心理学研究, 9, 153-161.
- 岩村 聡 (1990)：あたたかいグループへのファシリテーション 広島大学総合科学部学生相談室・学生相談活動報告書, 14, 6-26.
- 桂木 彩 (2007)：看護専門学校生を対象とした「セッション・テーマ設定エンカウンター・グループ」におけるコ・ファシリテーター体験の考察 九州大学心理臨床研究, 26, 153-160.
- 森園絵里奈・野島一彦 (2006)：「半構成方式」による研修型エンカウンター・グループの試み 心理臨床学研究, 24(3), 257-268.
- 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.
- 野島一彦 (1985)：グループファシリテーターの養成をめぐる 九州大学心理臨床研究, 6(2), 40-49.
- 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.
- 野島一彦・伊勢谷凡子・森園絵里菜 (2006)：「複数コ・ファシリテーター方式」による構成的エンカウンター・グループのファシリテーター養成の試み 九州大学心理学研究, 7, 1-8.
- 野島一彦・金子周平・金 鉉喜・曾 小瑩 (2004)：「複数コ・ファシリテーター方式」による構成的エンカウンター・グループのファシリテーター養成の試み 九州大学心理学研究, 5, 1-7.
- 野島一彦・桂木 彩・篠原光代・二ノ宮英義・原田絵美子・吉田真美・李 曉霞 (2007)：「コラボレーション方式」による構成的エンカウンター・グループのファシリテーター養成の試み—＜テーマ設定法＞を中心に— 九州大学心理学研究, 8, 175-183.
- 野島一彦・廣 梅芳・鄭 艶花・村上博志・安田 郁 (2005)：「複数コ・ファシリテーター方式」による構成的エンカウンター・グループのファシリテーター養成の試み 九州大学心理学研究, 6, 1-7.
- 野島一彦・江 志遠・星野 希・松本 文・三塩新人・宮本純子・カサリナ シン イェ リ (2008)：「コラボレーション方式」による構成的エンカウンター・グループのファシリテーター養成の試み—＜テーマ設定法＞を中心に— 九州大学心理学研究, 9, 163-170.
- 野島一彦・西見奈子・藤松裕子・山田淳子 (2003)：「複数コ・ファシリテーター方式」による構成的エンカウンター・グループのファシリテーター養成の試

み 九州大学心理学研究, 4, 1-7.

野島一彦・内田和夫 (2001): 「コ・ファシリテーター方式」による構成的エンカウンター・グループのファシリテーター養成の試み 九州大学心理学研究, 2, 43-51.

野島一彦・山崎俊輔・濱田恵子・顧 佩靈・森本文子・佐々木健太 (2009): 「コラボレーション方式」による構成的エンカウンター・グループの試み—傾聴訓練・意図的マッチング・テーマの事前調査の導入を中心に— 九州大学心理学研究, 10, 239-248.

野島一彦・吉岡久美子・高橋紀子・三谷佳子 (2002): 「複数コ・ファシリテーター方式」による構成的エンカウンター・グループのファシリテーター養成の試み 九州大学心理学研究, 3, 21-28.

野島一彦・高橋大樹・韓 海綿・小畑智敬・杉久保英司・田中 純・山口祐子 (2010): 「コラボレーション方式」による構成的エンカウンター・グループのファシリテーター養成の試み—テーマ設定の留意点と非構成的セッションの導入を中心に— 九州大学心理学研究, 11, 235-243.

篠原光代・野島一彦 (2007): 看護学生のための「半構成方式」研修型エンカウンター・グループのファシリテーションに関する一考察 九州大学心理学研究, 8, 155-163

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—「ちがいに注目して— 九州大学心理学研究, 4, 75-81.