大学生の授業における継続型エンカウンター・グループの導入についての研究

児　玉　龍　治

Ⅰ．はじめに

F大学では1985年以来主に在学生を対象として「カウンセリング研修課程」という特別研修課程が開かれてきた。このカウンセリング研修課程は、「現代社会が内包する様々な人間の悩み、複雑な人間関係、社会的・個人的価値観のテンポの早い変化、思いがけない事故・災害などに、より柔軟に対応していくために、カウンセリングの基礎的素養を、広く一般の人々に学んでもらうこと」を目的として始められたものである。また、受講する学生は、必修科目（4科目）8単位を含む26単位以上修得した場合には、「カウンセリング研修課程修了証」が交付されることになっている。このカウンセリング研修課程で開催される科目は、大きく「基礎コース」と「研修コース」に分かれており、研修コースに進むためには、基礎コースの科目を必ず修得しなければならない。

その研修コースの中に「ケース研究」という科目がある。これは、カウンセリング研修課程全体のまとめのような科目であり、他の科目と異なり複数の担当者が担当し、少人数のゼミ形式で行われるものである。筆者はこの「ケース研究」の授業を担当する機会を得た。

ところでこの「ケース研究」は文字通りケースを通してカウンセリングを学ぶことを目的としているが、参加する学生は実際にカウンセリングのケースを担当しているわけではない。そこで、ロールプレイングなどを実施してそれをもとに検討することや教員の担当したケースを検討する等様々な方法が試みられている。筆者は、方法は様々であるので、学生の自発的や主体性を大切にしたいと考え、そうした学生の自発性や自主性を大切にするエンカウンター・グループを取り入れ、授業を始めていくことにした。

一般にエンカウンター・グループは、合宿形式で「集中的」に行われるという特徴を持つとされている。例えば、わが国のエンカウンター・グループの代表論者である村山（2005）は、「エンカウンター・グループ体験の特質」の１つとして「集中性」をあげている（P111）。また、

野島（2000）も同じく「エンカウンター・グループの特徴」の１つとして「集中的に時間をとる」という点をあげている（P 8）。こうしたことは、エンカウンター・グループの創始者の一人であるRogers, C. R（1970）が、エンカウンター・グループを「計画的につくられた集中的グループ経験　Intensive　Group　Experiences」としたことが影響していると考えられる（P 3）。

しかし、筆者は主として隔週ごとに行うこの授業を続ける中で、エンカウンター・グループを「継続的」に進めていくことにも独自の意義があるのではないかと考えるようになった。そこで本研究では、筆者が大学生の授業においてエンカウンター・グループを継続的に行った経過を述べ、参加した学生に対するこの授業がもつ意義及びその意義を支えるものについて検討していくことにする。

II．授業の構造

（1）方法

授業のすすめかたは、エンカウンター・グループを用いた体験学習を行うことにした。

（2）対象者

学生はあらかじめ「ケース研究」を担当する教員４名が作成した授業シラバスを読み、参加したい授業を選ぶことができる。200X 年度筆者の授業を選択した学生は５名であり、うち４回生が３名（男性２名、女性１名）、２回生が２名（男性１名、女性１名）という構成であった。なおこの「ケース研究」については違う年度に違う担当者のものを受講することが認められており、４回生の３名はすでに違う担当者の「ケース研究」を受講していた。

（3）日程

200X 年４月から200X＋１年１月にかけて隔週に１回を主にして合計11回を設定した。１回の時間は90分である。

（4）場所

座席が移動可能な教室。

III．授業の経過

#1　200X 年４月16日　初回の授業ということで、一人ずつなぜカウンセリングを学ぼうと思ったのか、これまでカウンセリングを学んできてどのような思いを持っているのか、カウンセリングはどのようなものだと思うのか、などについて話をしてもらう。

Ａくんは、「カウンセリングを学んで、はじめは相手の気持ちが分かるのと違うかと思っていたけれど、次第に自分のことを考えるものかも？と思うようになってきた」と話す。Ｂさん

は、「カウンセリングの授業を受けていると、自分の存在を感じることがある。でも、ときどき「自分はどこにいるのか？」と存在が感じられなくなることがあり、そこでこの授業をとろうと思った」と話す。Cくんは、「講義よりもできれば演習的なものを受けたいと思って受講した」と話す。Dさんは、「この授業では人と比べない自分になりたいと思う」と話す。Eくんは、「カウンセリングを学んで、どういったらいいのか分からないけれども、自分がかわったような気がする。自分はなにか「コピーのような感じ」がする。新しいものをつくりだしたいと思う」と話す。

筆者からは、5人も受講してもらってうれしいこと、と同時にやや緊張していること、カウンセリングを学ぶのは相手をなおすためではなく、自分を知るためであると思っていることなどを話した。

#2　200X年5月7日　前回にひきつづき導入ということで、まずこの授業をどのような場にしていきたいと考えているのかについて一人ずつ話してもらう。

Aくんは、「なんでも言える空間をもちたいと思う」と話す。Cくんは「とろけたいなあと思う。大学院の入試に向けて今難しい言葉を暗記しているところである。人とあえる場所になればと思う」と話す。Bさんは、「保育士試験が7月にある。まわりと比較してしまい、自分を見失いそうになる。今年、実習で情緒障害児短期治療施設に行くので、この授業で勉強できればと思う」と話す。Dさんは、「生きている意味について考える。アルバイトに行っているが、そこで自分の存在の意味を期待してもいいのかなと思った。なんでもいえる場の一員でいられたらと思う」と話す。

#3　200X年5月28日　前回にひきつづきDさん、Eくんにこのケース研究をどのような場にしていきたいのかについて尋ねた。

Dさんは、「太陽のような場になればと思う」と話す。Eくんは、「ケース研究では、みんなの話を聞いて、ひといきつけたらと思う。ホッとしたいと思う。それから自分をもっとみつめていければと思う。なにか最近自分を見つめていないような気がする」と話す。

#4　200X年6月11日　今回はこの授業で具体的にこういうことについてやっていきたいということを話してもらいたいと話す。学生それぞれ自分自身のことを考えていくのもいいだろうし、筆者自身が担当しているケースを出して、それを検討してもいいと話した。

Bさんは、「ケースを検討してみたい。前に受けたケース研究では講義形式であったので、最後に意見を言うくらいであった。その最後の意見もなかなか言い出しにくかった」と話す。Dさんは、「ケース研究をするにしても、自分をからめたり、からめられたり、そういう感じで進めていければと思う」と話す。Cくんは、「ケース検討をしてみたい。現在のケースが難しいのであれば、解決したケースでもいいので、検討してみたい。なにか見えてくるのではな

いかと思う」と話す。Eくんは、「みんなのこころを出してもらって、みんなでどうだったのかについて話し合いたい。のほほんとやりたいと思う」と話す。Aくんは、「知的な探究を求めたくないと思う。自分だったら、どういうときに引きこもるのかなどに興味がある」と話す。

#5　200X年7月9日　今回は前期の最終回ということで、前期の授業に対する感想について話してもらう。

Dさんは、「いい感じになってきた。感情の起伏が激しく、自分が役に立たなければ誰かが裁きにきてくれないかと思っていた。最近は少し自分のことを好きになってきている」と話す。Eくんは、「みんなと知り合えてよかった。何か最初は肩身が狭い思いがあった」と話す。Bさんは、「保育士の試験については焦りを感じている。わたしはわたしだと思うようにしているが、やはり「へこむ」ことはある」と話す。Cくんは、「みんなに会えることがうれしい。居心地がとてもいい。親しみを分け合えるような気がする」と話す。Aくんは、「Dさんや先生に会って、大学にも変な人がいるなあとあらためて思った」と話す。

#6　200X年10月1日　前期においてはわりあいゆっくりとどういうふうにすすめていきたいのかについて聞いてきたが、その中で次第にそれぞれの学生が内面に気持ちが向いているように思われた。そこで、これからは自分の話せる範囲で内面を見つめて話をするとともに、お互いの話を丁寧に聞いていくかたちですすめていきたいと筆者は話した。

次にこの授業で最後にどんな自分になっていたいのかということについて尋ねた。Aくんは、「気分的に楽になっていたい。卒業検定、資格、就職のこと等現実的なことがあり、将来に対する不安がある。居場所を見つけたいと思っている」と話す。Eくんは、「精神的に忙しい。もう少し楽になりたい。上から力がかかっている。自分が風船のような感じで、ビヨーンという感じである」と話す。Dさんは、「わたしはわりあい自分のことを隠している部分がある。でも、自分の思いを伝えたいという思いがある。少し楽になってきた」と話す。Cくんは、「大学院を受験してきた。結果はどうなるのか心配である。最後にはホッとしていたいと思う」と話す。Bさんは、「最後の授業でこの授業を受けてよかったと思えるようになりたい。自分を大切にしたい。ここでは話せるような気がする」と話す。

#7　200X年10月15日　この2週間の近況を一人ずつ聞いていった。

Cくんは、「大学院に無事に合格した」と話す。〈「おめでとう」とみんなでお祝いの言葉を伝え、拍手した。〉Aくんは、「このところ絶不調である。先日施設に見学に行ったが、1つ駅を間違えた。卒業研究がなかなかうまくいかない」と話す。Eくんは、「合掌コンクールが昨日あった。それで銅賞をもらった。しかし、できれば金賞をほしかった」と話す。Dさんは、「自分で自分が受けいれられないと思う。根本的な問題は見ないようにしている。逃げているところがある」と話す。Bさんは、「就職の面接は嫌だなあと思う。人を傷つけているように

思う。少し自分は不安定なのかなと思う。からだが重い気がする。保育士の試験の結果は今週に出る予定である」と話す。

#8　200X年10月29日　この2週間の近況を一人ずつ聞いていった。

Bさんは、「保育士の試験に合格した」と話す。〈みんなで「おめでとう」と言う。〉また、「就職についても1つ内定をもらった。今は卒業研究におわれている。ふきでものが出まくりで、体調が心配である。ストレスになりやすいところがあると思う」と話す。Dさんは、「頭が混乱している。波がある。なにかウソで塗り固められているような気がする。それを取り去りたい気がする」と話す。Eくんは、「コンサートがあり、全体合唱で気持ちがよかった。でも、それで喉をやられてしまった」と話す。Aくんは、「イベントがない。この前、自転車にぶつかられた。パソコンが壊れた」と話す。Cくんは、「可もなく、不可もなくという感じである。背筋が痛い。パソコンに向かっているせいだと思う。卒業研究がなかなか進まない」と話す。

#9　200X年12月10日　この1月の状況を一人ずつ聞いていく。

Cくんは、「論文の神様がおりてこないような感じである。乗ってこない」と話す。Aくんは、「卒業論文で時間がつぶれてしまったが、一応形になって、一段落したという感じである」と話す。Eくんは、「いっぱいありすぎて…という感じ。レポートにおわれている」と話す。Bさんは、「実習で情緒障害児短期治療施設に行ってきた。そのときにわたしに対して攻撃的な子どもと出会った。わたしの反応を楽しんでいるようだが、そういうことをされてわたしは気持ちとしては辛かった」と話す。筆者が「そのことには意味があると思う」と伝えたところ、Bさんは「実習終了後に実習ノートを出しにいったときに、その子どもと鬼ごっこのような感じになった。そんなことから、直接ノートを出しにってよかったと思った」と話した。

#10　200X年12月17日　残り2回となったので、ケース研究を通して自分の今の率直な思いについて話してもらうことにする。その際に、まずは初回の学生の思いを筆者のほうで読み上げ、それを聞いた上で現在の思いを話してもらうこととした。まずは2回生から話してもらうことにする。

Eくんは、「無事に最後が近づいてきたという感じである。このあいだ始まったような気がする。あいだの状況が抜けている感じがする。この授業には普通に来られる。いい感じである」と話す。

Dさんは、「長いような短いような感じであった。自分は人のことをさくっときってしまうところがあるように思う」と話す。

#11　200X＋1年1月7日　今回は4回生3人に話をしてもらうこととする。

Cくんは、「少し大人になったように思う。なにかあったときに、ワンクッションおいて考

えられるようになった。以前はそうではなかった。この１年は迷いの１年だった。この前ふりかえってみて反省した。やり遂げたというものがないような気がする」と話す。

Ｂさんは、「今年は１つのことをやりとげることができたように思う。実習にも通いとおせた。納得ができた。それから、３日前に祖父が亡くなった。葬式など悲しかったが、やらなければならなかった。突然亡くなったので、こころの準備もなにもできていなかった。葬式ではゆっくり悲しむこともできなかった。ここのところは頭がいっぱいで、もう自分のことでいっぱいいっぱいだった」と話す。

Ａくんは、「研修課程２年目のときに研修課程をやめようと思ったことがある。やりたくないのに人の話を聞こうとしているところがあった。今日もそうだが、自然に話せなくなってしまうことがある。自分としては、徐々に内面を見つめていけるようなカウンセリングを学びたいと思う」と話す。

最後に筆者から学生に、授業は受けてくれる学生がいてくれて成立するものであることから、受講することを決めてくれたこと、１年間を通じて受講し続けてくれたことに対して、感謝していると伝えた。

Ⅳ．学生の感想

授業の感想を終了後、学生から郵送してもらった。その感想の抜粋を以下に示す。

Ａくん：２週間に１回のペースがわたしには丁度よく感じました。いろいろなことが話せる場になれはいいと何げなく思い、参加したわけですが、今となってはこのような場があったことは、自分にとって本当に意味のあるものだったと思います。

今年は卒業論文、就職活動、国家試験受験が大きな壁となり、それを乗り越えるのに必死になり、自分の気持ちやペース、力量等が見えなくなりました。そんなときにこのケース研究の時間は、これらに気づける時間として存在していました。

休憩ポイントとして自分の中には位置づけていました。そして休憩している間にいろいろなことを感じたり、気づいたりしていました。その気づいたことを話し、聞いてもらえるということも、大きな意味を持っていました。人に聞いてもらうことで、自分の感情を吐き出すこともできたし、周囲の人たちになにかしらの返しをもらうことで、また新たなことに気づくこともできました。

Ｂさん：保育士試験、就職活動、実習、国家試験受験、それに思いもよらぬ祖父の急死。わたしにとって４回生という時期は、想像以上のめまぐるしさだったように思います。だからなお、２週間に１回、先生をはじめ顔馴染みのメンバーとゆったりいられる空間がその都度とても新鮮で特別なものに感じました。

普段なら受け流してしまうような日々の些細なことから、深刻味をおびたことまで、とにかく丁寧に口に出し、また、それに対してみんながじっくり耳を傾け、思い思いに感じたことをこちらに返してくれることが、とても嬉しかったです。どんなとりとめのない言葉でも聞いてくれる人がいるってありがたいなあ…とあらためて思います。それには、まず自分自身をよくも悪くもよく見つめることが不可欠ですね。そしてそれら全部をふまえたうえで、かけがえのない「自分らしさ」に気づくことが大切ですね。

Cくん：先生が最後の時間に、「感情と考え」について言ってくださったとき、まさしくそうなのに、自分自身で言葉を濁してしまった。認めたいけれども、頭では分かっているんだけど…という悔しい思いが今でも残っている。まだまだ見えているのに認めたくない感情のような気がしている。今後、このことについて、「学問」としてではなく、「私」の問題として少しずつでもよいから、優しく触れていけるようにできたらと思う。

ケース研究を受講して感じたことは、「教えてもらう」ことはほとんどなかったことだ。しかし、ただ単に話していたという感覚はなく、毎回何かを「気づかせてくれる場」であったと思う。

Dさん：小さな変化は多々ありましたが、それらを統合してみると、「自分自身が受け入れられるようになった」ということだと思います。わたしはずっと自分にたくさんコンプレックスがありました。しかし、このケース研究の場は、「わたしがわたしとして存在している、わたしであることを受け入れてもらえる場」でありました。いろいろな辛いことがあったときに、ずいぶん大きな支えとなってくれました。

わたしはこの１年で自分のことが好きになりました。昔の自分からは想像もできないことです。あの場でみんなが「わたしでいること」を許し、わたし自身をみてくれたことから起こった変化なのだと思います。

Eくん：わたしがケース研究を受けて感じたのは、人のこころに触れ合うということは、素晴らしいということです。他人のこころのなかを知ることはできなくても、こころを素直に言葉として表現するとき、まわりの人は感覚的に共感できると思いました。

ケース研究の中で、一番時間の流れが感じられました。それは、後期になって前期をふりかえることで、自分が以前にどのようなことを感じていたかを知ることができましたし、以前の状態に比べて自分自身どれだけ変わってたのかをよく知ることができたと思います。

わたしは今までこんなにしっかりと振り返ることをしたことがなかったために、自分の変化や忘れていたことに気づくことができて、大変よかったです。また４回生がいてくれたことで、どれだけ勉強しなくてはならないかや、就職・資格の大変さを知ることができたため、これから先の勉強に大変参考になりました。１年間を通して、こころの重さや力を知ることができて、

大変よかったです。

Ⅴ．考察

（1）参加した学生に対するこの授業がもつ意義

① 現実的な課題に対する支えの場

学生の感想の中で、Aくんは「今年は卒業論文、就職試験、国家試験受験が大きな壁となり、それを乗り越えるのに必死になり、自分の気持ちやペース、力量等が見えなくなりました。そんなときにこのケース研究の時間は、これらに気づける時間として存在していました」と書いている。

また、Bさんは「保育士試験、就職試験、実習、国家試験受験、それに思いもよらぬ祖父の急死。わたしにとって4回生という時期は、想像以上のめまぐるしさだったように思います。だからなお、2週間に1回、先生をはじめ馴染みのメンバーとゆったりいられる空間がその都度とても新鮮で特別なものに感じました」と書いている。

こうした感想からは、エンカウンター・グループを継続的に行うことにより、学生は、実習、就職活動、国家試験受験、卒業研究などの学生としての課題や近親者の死など生きていく上で起こってくる課題に対して、そのときどきにグループが支えの一部となったことがうかがえる。それゆえ、参加した学生に対してこの授業は「現実的な課題に対する支えの場」になったのではないかと考えられる。

② 時間をかけてじっくりと自己をみつめていく場

学生の感想の中で、Cくんは「先生が最後の時間に、「感情と考え」について言ってくださったとき、まさしくそうなのに、自分自身で言葉を濁してしまった。認めたいけれども、頭では分かっているんだけど…という悔しい思いが今でも残っている。まだまだ見えているのに認めたくない感情のような気がしている」と書いている。

また、Dさんは「小さい変化は多々ありましたが、それらを統合してみると、自分自身が受けいれられるようになったということだと思います。わたしはずっと自分にたくさんのコンプレックスがありました。しかし、このケース研究の場は、わたしであることを受けいれてもらえる場でありました」と書いている。

また、Eくんは「ケース研究の中では一番時間の流れが感じられました。それは後期になって前期をふりかえることで、自分が以前にどのようなことを感じていたかを知ることができましたし、以前の状態に比べると自分自身どれだけ変わったのかをよく知ることができたと思います」と書いている。

こうした感想からは、エンカウンター・グループを継続的に行うことにより、学生は時間を

かけてじっくりと自己を見つめていく手がかりが得られたことがうかがえる。それゆえ、参加した学生に対してこの授業は「時間をかけてじっくりと自己をみつめていく場」になったのではないかと考えられる。

（2）参加した学生に対するこの授業がもつ意義を支えるものについて

① 参加学生の動機づけの高さ

今回の「ケース研究」の授業への参加は強制的なものではなく、学生の任意であることにより、動機づけが高い参加者が集まったことが考えられる。そして、そうした動機づけの高い参加者が集まる中で、受容的で安全な場を形成することができたことが、エンカウンター・グループを継続的に行うことの意義を支えるものとして機能したことが考えられる。

中田（2005）は、参加者が自発的にではなく義務づけられて参加する「研修型のエンカウンター・グループ」における問題として、1．動機づけ、自発性の低さ、2．自己開示、関わりの模索の少なさ、3．逸脱行動の頻繁さ、の3点をあげている（PP9−11）。しかし、こうした問題は、今回の授業では参加した学生の動機づけの高さにより起こらなかったと考えられる。

② エンカウンター・グループ方式を受けいれるレディネス（準備性）が形成されていること

この「ケース研究」の科目だけではなく、他にもカウンセリングに関する様々な科目が研修課程の中には開講されている。エンカウンター・グループについても、研修課程の最初の段階である5月の連休中に、3泊4日の集中型で実施されており、そうした科目を受講してきている。それゆえ、参加する学生はカウンセリングの価値観やものの見方に対する理解があり、エンカウンター・グループ方式を受けいれようとするレディネスができていたことが考えられる。そして、そうしたレディネスができていたことが、エンカウンター・グループを継続的に行うことの意義を支えるものとして機能したことが考えられる。

Ⅵ．おわりに

Rogers, C. R（1970）は、集中的グループ経験のマイナス面・危険として、①行動変化がもしあっても長続きしない点、②個人が自分の深い問題をさらけ出し、それが十分解決されないままグループが終わる点、をあげている（PP52−53）。継続的なエンカウンター・グループは、時間をかけてじっくりと行動を変化させていくことができ、現実生活とのかかわりを大切にしながら進めていけるために、より安全な方法として今後発展していく可能性があると思われる。こうしたことについても今後研究を重ねていきたいと考えている。

文献

中田行重（2005）　問題意識性を目標とするファシリテーション―研修型エンカウンター・グルー

プの視点、関西大学出版部
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
村山正治（2005）　ロジャースをめぐって―臨床を生きる発想と方法、金剛出版
Rogers, C. R.（1970）　On encounter groups. Haper & Row（畠瀬稔・畠瀬直子訳　1982　エンカウンター・グループ、創元社）