公認心理師時代におけるグループ・ファシリテーターの養成を考える

Toward group facilitator training in the age of Certified Public Psychologists: Through the trainees' eyes

野島　一彦
跡見学園女子大学
Kazuhiko Nojima
Atomi University

髙橋　紀子
福島大学
Noriko Takahashi
Fukushima University

辻　孝弘
大妻女子大学
Takahiro Tsuji
Otsuma Women's University

新村　信貴
九州大学大学院
Nobutaka Niimura
Kyusyu University

西野　秀一郎
跡見学園女子大学
心理教育相談所
Shuichiro Nishino
Center for Educational and Psychological Counseling,
Atomi University

吉村　麻奈美
津田塾大学
Manami Yoshimura
Tsuda University

岡村　達也
文教大学
Tatsuya Okamura
Bunkyo University

要　約

本稿は，2019年６月６日に，日本心理臨床学会第38回大会の自主プログラムとして実施された「公認心理師時代におけるグループ・ファシリテーターの養成を考える」の内容をまとめたものである。まずグループ研究会主催の「コ・ファシリテーター方式」(ベテランファシリテーターと研修ファシリテーターが組んでグループを担当する)によるファシリテーター養成の企画に参加した３名のファシリテーター被養成体験者が，どの様なモチベーションで臨んだか，養成はどの様に体験されたか等についてそれぞれ述べている。次にグループ研究会の中堅，ベテランのスタッフがコメントを行っている。各発言からは，今回のファシリテーター養成が非常に有意義であったことが語られている。

【Key Words】公認心理師，心の健康，エンカウンター・グループ，グループ・アプローチ，ファシリテーター養成

Ⅰ　はじめに

本稿は，2019年６月６日に，日本心理臨床学会第38回大会の自主プログラムとして実施された「公認心理師時代におけるグループ・ファシリテーターの養成を考える」の内容をまとめたものである。

企画者・司会者は，野島一彦(跡見学園女子大学)，話題提供者は辻 孝弘(大妻女子大学)，新村信貴(九州大学大学院)，西野秀一郎(跡見学園女子大学心理教育相談所)の３名が担当した。指定討論者は，岡村達也(文教大学)，吉村麻奈美(津田塾大学)が担当した。髙橋紀子(福島大学)は，コーディネイターとして関わった。

Ⅱ　企画趣旨

１．公認心理師の業務でのグループの貢献

心理職の国家資格を定めた公認心理師法は，2017年９月15日に施行された。その目的は，「公認心理師の資格を定めて，その業務の適正を図り，国民の心の健康の保持増進に寄与すること」である。公認心理師の業務は，①心理に関する支援を要する者の心理状態の観察，その結果の分析，②心理に関する支援を要する者に対する，その心理に関する相談及び助言，指導その他の援助，③心理に関する支援を要する者の関係者に対する相談及び助言，指導その他の援助，④心の健康に関する知識の普及を図るための教育及び情報提供，である。

これら４つの業務いずれについても，グループは貢献できる。公認心理師はグループを用いてその実践を行うことが期待されているといえよう。

２．グループを実践することへの動機・期待

企画者自身がグループに関わり続けたモチベーションは，かつて大きく分けて３つあった(野島，1979)。①グループを体験することで自己成長したいという欲求，②福岡人間関係研究会(1970年発足以来，村山正治を中心として，エンカウンター・グループの実践を行ったり，毎月の例会を開いたり，「エンカウンター通信」と呼ばれる機関紙を定期的に発行)の仲間とのつきあい・つながりの魅力，③研究者としてエンカウンター・グループを研究のテーマにしているということがあった。ところで今日グループを実践することへの中堅・若手のモチベーションは，どのようなものであろうか。

３．グループ・ファシリテーターの養成における留意点

中堅・若手のグループ実践へのモチベーションを大切にしながら，時代の要請に応じたグループ・ファシリテーターを養成する上でベテランが留意することは何か。グループワークがますます必要とされてくるであろう公認心理師時代の研修のあり方について，エンカウンター・グループ研修経験者とその研修担当者とで共に検討したい。

Ⅲ　ファシリテーター被養成体験

１．体験１：安心して自分をひらく体験的学び(辻 孝弘)

１）養成体験前の問題意識

ファシリテーター養成体験前の，筆者のグループ経験は，大学の学生相談を中心にエンカウンター・グループでのファシリ

テーターなどであった。

日々，学生の生きづらさと出会う。人と一緒にいることに安全感を覚えぬ学生は多い。だから，せめてグループに参加した者は少なくとも脅かされず，安心して人といられる体験をしてほしいと願う。その価値は一層その重みを増しているように思う。

グループの目的の１つは，「人と共にいて安心する体験」であろう。当然と思われるかもしれない。エンカウンター・グループの目的に，「心理的成長」や「自己理解や他者理解」があるが，その基底に，「そこに安心している」安全枠が横たわってはいないか。

２）養成体験の構造

養成の参加費は，筆者にとって高額だった。「本当に身につけたいのか」と自問自答の末，覚悟が料金を上回り決断に至った。

オーガナイザーとファシリテーターの役割を分けた構造は安心できた。セッションに集中でき，運営上のことを任せられるため，気がかりが少なかった。

一方，スタッフ・ミーティングでは，オーガナイザーとファシリテーターとが一緒に話し合った。これが学びの宝庫になった。熟練スタッフ同士で率直に話し合う空間に身を浸していたからだ。スタッフが全員前泊して寝食を共にし，ミーティングを重ね，筆者は，「共に場をつくっている」所属感が増した。

また，同じ立場で研修を受けた仲間がいた。たとえ少数でも，「同質性のある仲間」が「そばにいる」支えは計り知れない。

３）ファシリテーター同士の関係という安全枠

筆者は，ファシリテーターの相方に対して遠慮があった。不安を抱えきれず，「これで良いのか」と相方に尋ねた。相方は，「面倒なこと言わない。『変だ』とちゃんというから。言う通りにしなくていい」と応じた。このことは，筆者には，相方との自他をはっきり分けられ，自分の感じ方を信頼してみようと思えた。

また，「相方にどうみられているのか」とも気にしていた。この点について相方と直接話題にはしていない。しかし，おもしろいことにセッションの序盤から，「肩書きについて」や「どうみられているのか」というテーマが話された。

グループ中盤，相方と他のメンバーとのやりとりについて筆者に「さびしい，羨ましい」気持ちがわき，それをセッションで伝えた。相方は「そういうこともグループ内で感じていると伝えてくれてよかった」と受けとめた。筆者の気持ちはかなり落ち着いた。そこから，メンバー同士がそれぞれ関わり，グループが動き始めた。グループが動いたのは，ファシリテーター同士の関わりがメンバーにとっての安全枠としてはたらいたと考えられた。

４）初心者の自発性

本企画の応募用紙に，ファシリテーターの相方の希望を「どなたでも」と書いた。誰とでも組める力をつけたい憧れもあったが，応募後に，自分の自発性の少なさが問われたようで身に沁みた。

一般的に，研修等では，熟練者が初心者を「認める」関係が自然と思われる。一方，初心者は，熟練者に「認められる」関係によりその立場は担保されやすい。しかし，同じ程度に初心者も熟練者を「認める」という自発的な関係をつくる体験は要らない

のだろうか。

ひょっとすると，この関係はグループへも意味をもたらしはしまいか。というのは，筆者は養成企画の応募用紙で相方を選ぶ際に「どなたでも」と自発性の弱い記載をした。人を選ぶ行為の前提となる「認める」という自発的な意識体験が希薄であった。これがグループ序盤に「遠慮」というかたちで影を落とした。結果的に，筆者が自身の気持ちを認め，それをファシリテーター同士で認めあい，メンバーそれぞれが作用しあったことは幸いだった。

２．体験２：「またやってみよう」と元気をもらう（新村信貴）

筆者からは，グループ・ファシリテーターとしての養成を受けた体験について，どの様なモチベーションで臨んだか，養成はどの様に体験されたかについて順に述べ，最後に実体験をふまえ，今後のグループ・ファシリテーター養成についての一案を示したい。

１）この養成に臨んだモチベーションについて

筆者は私生活，臨床実践その双方において，一人ひとりが大切にされる人間関係やグループを作るということに関心を持っている。そしてこのテーマについて，Rogers のグループ・ファシリテーター論の中で，ファシリテーターやメンバーが自己一致し自分自身でいることが，一人ひとりを大切にした人間関係作りを促進する，という旨の仮説を見つけるに至った。Rogers がこの仮説を生んだベーシック・エンカウンター・グループのファシリテーターを体験することから，こうした実践力を身に着けることが出来ないかと考え，本養成企画への参加を希望した。

２）養成はどのように体験されたか

本養成企画の基本構造としては，ワークショップ開催に先立ち，企画を主催する研究会のスタッフ・ミーティングから参加し，開催期間中は各セッションが終わるごとにスタッフ・ミーティングでセッションを振り返り，全日程終了後に，グループの展開や自身の体験を研究会のカンファレンスで報告するというものであった。

養成を担当する研究会スタッフとの関わりとしては，ベテラン・ファシリテーターからの指導的方向付けは強くなく，またセッション外のマネージメントはオーガナイザー（事務局スタッフ）が担当するため，筆者は自分のグループ体験に集中することが出来た。各セッションが終わった後は，スタッフ・ミーティングの中でベテラン・ファシリテーターとオーガナイザーと一緒にセッションのプロセスを振り返ったが，この時間が筆者にとっては大きな支えとなった。筆者自身の体験を話すことも許容され，身を守られる頑丈な枠が設けられたような印象があった。筆者のセッション内での動きについて「あれよかったね」と添える様なフィードバックを受け，心理的に負荷のかかる展開の中でも回復し，セッションに戻ることが出来た。

終了後のカンファレンスでは，ワークショップに参加をしていなかった研究会スタッフも同席の場で報告を行った。ベテラン・ファシリテーターが興味深そうに筆者の報告を聞いてくれるという時間は非常に大きな体験であった。報告に対してのコメントは，筆者のセッション内での動きがそ

の後のグループ・プロセスに与えた影響，筆者が困惑したある場面とその対応についての一案，筆者がグループの中で良く機能出来たパターンと今後に向けた展望等，いずれも非常にサポーティブなものであった。自分で思っていたよりも，実は機能していたという側面が見えてくる等，自己理解が深まり，一言で言うと「またやってみよう」と元気をもらう体験となった。

3）今後のグループ・ファシリテーター養成についての一案

最後に，今後のグループ・ファシリテーター養成についての一案を述べる。こうした養成の在り方が万人にとって良いものかどうかは断定出来ないながら，少なくとも筆者にとっては合うもの，必要としていたものであったことは事実であった。筆者はこの他にも，あるグループのセラピストとして研修を受けた体験があるが，その中では模範的には機能出来ない自分自身に直面する反面，自分だからこそ出来た機能にも気付きがあり，養成を受けるセラピストもメンバーと同様に，様々な特性をもった一人の人間であると考えるに至った。心理専門職が国家資格化したことで，今後は多くの，より多様な人々がその道を志すと思われる。多様な特性のある学習者に対して，個別的に見合った養成が担保されていく必要性があると筆者は考える。

3．体験3：であいの場から学びにつなげるために（西野秀一郎）

今回のグループ・ファシリテーター被養成者として体験した事を丁寧に振り返り，言語化による自己理解深化，心理臨床家の若手のリアルな体験報告による一般化の1ケースとして客観的に捉えることが，話題提供者としての務めと思っている。

1）私を語る

今私は，心理相談員として保育園・学童施設等の巡回相談を行う傍ら，年に2回程度のグループ参加と，時々ファシリテーター役を担うことをしている。グループへのモチベーションは3つあり，1つ目がモデルとする臨床家（臨床・研究等）に近づきたいということである。これはなぜなのか。意識出来る範囲では，“カッコイイから”ということだけである。2つ目が「私が今“感じている事”をつかみたい」ためである。日頃，浮かんでは消えを繰り返す感情や出来事を丁寧につかむことができる場だからである。3つ目が集団の中で自分らしくいることが苦手なので，グループの中で生きられるようになりたいからであり，その“修行”としてという一面がある。これが私のグループへのモチベーションである。

2）方法

自身の体験の想起や当時のセッション後毎記録用紙，研修後のベテラン・ファシリテーターの先生方と行った検討会資料を組み合わせて検討した。その結果，7段階のステージがあったように思われる。以下がその段階である。

3）体験プロセス

【1．グループが始まるまで】被養成者として選出されたことに舞い上がっていた。一方，公の場の初ファシリテーター役にビビっていたのに，それを言語化できなかった（しなかった）。

【2．グループが始まってから】ベテラン・ファシリテーターや事務局の先生と前

泊の打ち合わせ等で自分の不安を言葉にし，なんとか安定してグループに入れた。

【３.グループ中盤】グループが深まるにつれて，段々と不安定になりだす。“私(私が感じている不安や葛藤)を語れず”，集団の中でファシリテーター役割に隠れ，グループに乗り切れなかった。

【４.グループ終盤】“私を語れず”も，メンバーには悪影響を与えずに済んだ。

【５.グループ解散後】最後までドロップ・アウト(ファシリテーターとして)せずグループにいられた。

【６.グループの振り返りの会】一連の被養成体験を通じ，指導教員でもあるベテラン・ファシリテーターに“見張られている”と思っていたが振り返りを終え，“見守られていた・守られていた”に変わる。前者の捉え方はおそらく私自身の家族関係に由来するものと改めて思われたため，ここでは割愛する。

【７.今振り返ってみて】この“体験”そのものに意味があるように思う。これから折に触れる度，この「体験」した事から学ぶことが出来るように思う。

４）現状

超一流のグループ運営，グループ・ファシリテーションを目の当たりにして，「私には到底できない」とグループ・ファシリテーターを再度実施するのが怖くなっている。特にメンバーの「人生のすごみ」を目の当たりにした時，私はきっと，ひるんでしまう。心のどこかで，「きっと，先生がなんとかしてくれる」と甘えていた。それが今から予期するだけで，怖い。それが今の心境である。

怖がっていても仕方がない，が，しかし，怖い。「体験を通して学んで行く(自身の経験を明らかにしていく)」，それ以外に方法はないと思っている。「が，しかし怖い」というのが現状であり，課題である。

ｅ）グループ・ファシリテーター養成について

私にとって極めて重要な「体験」であった。「体験」を体験できる，このこと自体に非常に意味があるように思う。

Ⅳ　討論

１．グループを実践することへの中堅・若手のモチベーション(吉村麻奈美)

「グループを実践すること」へのモチベーションのあり方は，ファシリテーターとしてのそれ，オーガナイザーとしてのそれ，グループメンバーとしてのそれ，と分けることができよう。また熟達度が移行することにより，モチベーションも変化，あるいは細分化するようなイメージをもっている。

若手の２人は，自らの実践力の向上を主たる目的に据えている。おそらくは魅力あるものとしてグループと出会ったのであろうと推測するが，彼らが数ある実践方法の中で何故グループ(しかも，とりわけベーシック・エンカウンター・グループ BEG)に惹かれたのか，ということは，より言語化されると興味深いように思う。

一方で中堅は，既にある程度のグループ体験を積んだのちに，現場においてグループ体験の機会を提供したい，という動機付けを高めている。私も中堅の実践者に属すると思われるが，自分のモチベーションも後者に類する。私も主たる臨床現場が学生相談であり，学生たちにとってグループは

対人関係への感覚を変えうるものという感触がある。「安心していられる」場は，今日の大学では圧倒的に少ないということもある。ただし，私自身は，グループを実施しながらも，自分自身がエンパワーされ，日常での組織内連携における活力となる，という効能を感じており，ファシリテーターおよびオーガナイザーとしてのモチベーションと，自分自身のそれ，とは，常に循環している。私の実践歴の中では，グループは比較的後から登場したものであるが，個人カウンセリングとは異なる位置付けであり，次第に存在感を増してきている。このように初めからグループに傾倒していない実践者でも，どの段階かにおいてグループに触れられる機会があると良いのではないだろうか。

本企画は，ある種，グループ実践に「魅了された」メンバーにより運営された。心理職全体をみたとき，「グループを実践すること」への距離感は人それぞれであり，未知であるが故に遠さを感じている実践者は多いと想像する。グループの教育を受けた上で敬遠することは１つの選択肢ではあるが，そもそもの機会さえ希少である。グループ実践に触れる機会の増加，それにより，さまざまな世代においてグループが選択肢の１つとして浮上すること。養成体験の取り組みは，そのようにグループの裾野を広げるためにも有効な試みであったと考える。

２．体験者の視点から学ぶグループ・ファシリテーター養成における留意点（岡村達也）

研修ファシリテーター３名が共通して研修の構造についてふれている。

研修ファシリテーターは，公募の場合と，研究会から声をかけた場合があった。後者の場合，以前の応募者だった場合と，これまでの研究会参加者だった場合があった。また，コ・ファシリテーターの希望を聞いた場合と，聞かなかった場合があった。さらに，研修ファシリテーターから成るグループが複数の場合と，単数の場合があった。辻の場合，公募に応じ，コ・ファシリテーターの希望を聞かれ，グループは複数あった。ここから，「自発性」や「同じ立場で研修を受けた仲間」にふれている。西野の場合，研究会から声をかけた。これが，「選出されたことに舞い上がっていた」ことにつながったかもしれない。

日程と場所の外的構造（コ・ファシリテーターの希望を聞かなかった場合はコ・ファシリテーター）は，あらかじめ決まっていたが，それ以外そしてそれ以降，グループの構築は，研修ファシリテーターを含めた研究会スタッフ全員，または研修ファシリテーターを含めたグループ実施スタッフ全員によって行われた。グループは，実施者の設定によって初めて存在し，ファシリテーターの仕事はここに始まるからである（Yalom & Leszcz, 2005, p.118）。セッション中，研修ファシリテーターとして存在し機能するだけでは研修と言えないと考える。新村がこれにふれている。

研修ファシリテーターがいるグループに限らず，研究会が行うグループでは，実施スタッフは前泊し，現地で実施チームの最終構築を行う（実施グループの最終構築は，メンバーとともに，実施スタッフから構造の提案を行うオリエンテーションで行われ

る)。ここに言う実施スタッフとは，オーガナイザーと，研修ファシリテーターを含むファシリテーターである(研修ファシリテーターのいないグループでは，ファシリテーターがオーガナイザーを兼ねることもある)。セッション中は，ファシリテーターがファシリテーターの存在と機能に専念できることが大切である。辻と新村がこの点にふれている。

各セッション後，毎回，スタッフ・ミーティングが持たれ，reflection が行われた。研修ファシリテーターに対する supervision/consultation といった質とは異なることが，辻と新村の記述からうかがえる。そして，グループ終了後，研究会スタッフを含めて reflection が行われた。新村と西野がこの点にふれている。

グループ中は，「相方にどうみられているのか」(辻)，「見張られている」(西野)という思いがあったり，研修終了後は，「またやってみよう」(新村)，「ファシリテーターを再度実施するのが怖くなっている」(西野)という思いがあったりするが，「『体験』を体験できる，このこと自体に非常に意味がある」(西野)研修になったと思われる(三者の誰だったか，本稿に記載はないが，「メンバーでいる以上に自分が見えた」という言葉が印象に残っている)。

そのための研修構造と，実施グループ構築への参画の意義が示されたと考える。

Ⅴ　まとめ

エンカウンター・グループのファシリテーター養成は，いろいろな方法で行われているが，そのなかの一つが「コ・ファシリテーター方式」(ベテランファシリテーターと研修ファシリテーターが組んでグループを担当する)である。本稿ではこの「コ・ファシリテーター方式」のファシリテーター養成に参加した３名のファシリテーター被養成体験者が，どの様なモチベーションで臨んだか，養成はどの様に体験されたか等についてそれぞれ述べて，それに中堅，ベテランのスタッフがコメントしている。３名の体験の仕方は様々であるが，今回の体験がファシリテーター養成という点では，非常に有意義であったことがうかがえる。公認心理師にはグループを担当できることが期待されており(野島，2018；野島・高橋他，2019)，グループ・ファシリテーター養成の一つの方法として，今後も「コ・ファシリテーター方式」のファシリテーター養成が行われていくことが求められる。

文献

野島一彦(1979)．私のグループ体験　九州大学教育学部心理教育相談室紀要，５，70-79.

野島一彦(2018)．公認心理師に期待されるグループの実践　集団精神療法，34，(1)，9-14.

野島一彦・高橋紀子・小澤知子・中地展生・吉村麻奈美・足立知子・新田泰生・岡村達也(2019)．公認心理師に期待されるグループ・アプローチの実践と課題　跡見学園女子大学心理学部紀要，１，27-35.

Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy* (5th ed.). Basic Books.