

人間関係の活性化を目的とした 構成的グループ・エンカウンター（SGE）の効果研究

Effects of Structured Group Encounter for Junior High School Students
Aiming at Revitalization of Fixed Human Relations

山口 豊一 聖徳大学 Toyokazu YAMAGUCHI Seitoku University	三村 遥 跡見学園女子大学 人文科学研究科臨床心理学専攻 Haruka MIMURA Division of Clinical Psychology, Graduate School of Humanities, Atomi University	鈴木 愛美 跡見学園女子大学 人文科学研究科臨床心理学専攻 Manami SUZUKI Division of Clinical Psychology, Graduate School of Humanities, Atomi University
山郷志乃美 跡見学園女子大学 人文科学研究科臨床心理学専攻 Shinomi YAMAGO Division of Clinical Psychology, Graduate School of Humanities, Atomi University	野島 一彦 跡見学園女子大学 Kazuhiko NOZIMA Atomi University	

要 約

本研究では、中学生における固定化された人間関係の活性化を目的として、構成的グループ・エンカウンター（Structured Group Encounter, 以下SGE）を実施し、その効果を検討する。また、ファシリテーターの形態による効果も検討する。X中学校の1年生を対象とし、実施群と統制群に分け、1か月の中で計4回SGEを行った。質問紙調査では、中学生版QOL尺度と居場所感尺度を用い、その結果、SGE実施のpre, postにおいて介入による統計的に有意な変化は見られなかった。しかし、中学生版QOL尺度の「精神的健康」に正の小程度の効果量が見られた。「友だち」と「学校生活」においては、負の中程度の効果量が統制群に示されたが、実施群には見られなかったことから、SGEに予防的な効果があると考えられた。半構造化面接においては、SGEを通して他者理解や他者との交流が広がり、「クラス全体が明るくなった。」という発言から、人間関係が活性化した様子が見受けられた。また、ファシリテーションの形態の違いに関わらず、SGEを実施することで「精神的健康」を高める効果があることが示唆された。

【Key Word】 構成的グループ・エンカウンター, 人間関係, QOL, 居場所感, ファシリテーション

I. 問題と目的

青年期は、児童期までの親中心の関係から友人中心への対人関係へと移行するとされる。近年は友人関係の希薄化も指摘されており、青年が友人関係を築くことが難しい状況になっていることが伺える。

岡田（2002）によれば、中学生の友人関係は互いの内面を開示することなく、傷つけあうことがないよう、表面的には円滑な友人関係であることが明らかになっている。榎本（1999）は、現代青年の特徴として、外面的には一緒に行動し、うまくいっているように見える友人関係であっても、一緒にいることに重点が置かれ、内面的には満足感や安心感などを得ることができていないと指摘している。また石本ら（2007）は、中学生の生活が居場所感に与える影響について注目し、クラス内の友人関係に居場所がないと感じていると、インターネット上の友人関係に居場所を求めがちになることを明らかにし、現実世界での友人関係をサポートすることで「ひきこもり」などの問題を防ぐことができる可能性を示唆している。以上のように、現代青年は「互いの心を打ち明け合う」親密な関係を志向する一方、自他ともに傷つくことを恐れ、表面的な友人関係を築いていることが考えられる。

また、本研究の実施校の様な小規模学級の特徴として、小学生を対象とした研究において以下が報告されている。松田（2012）は、小規模校に通っている児童たちには安定した人間関係が続くが、一度定着した人間関係を改善することの難しさがあるとしている。また今村（2015）は、思いが通るまで主張し続ける児童がいる一方で、意見

を言わずに同調するだけの児童の存在を指摘している。このように、小規模校においては、長期にわたり一定の人間関係が固定化し、継続していることが考えられる。

そこで、これらの対人関係を促進するために構成的グループ・エンカウンター（Structured Group Encounter；以後、SGEと表記）の実践を導入することは効果的であると考えられる。SGEとは、ふれあい（メンバー同士の感情交流）と自己発見（自己もしくは自己盲点への気づき）を通して、参加者の行動変容を目標としている（片野，2003）。究極的には人間的成長を目指し、人間関係開発を意図した予防的・開発的カウンセリングのグループ・アプローチのことである。SGEの特徴として國分（2000）は、感情交流を主軸にし、これに若干の役割関係を加味したグループ体験の場を提供し、その体験を通して人間的成長を援助する方法であると述べている。効果研究においては、SGEの実践により人間関係の形成や変化、活性化を促進する効果も検証されている（山口ら，2017；山口ら，2018）。

以上より本研究では、一小一中の小規模校の中学生を対象とし、人間関係の活性化を目的として、SGEの効果を検討する。

なお、本研究同様の目的に基づき山口ら（2017，2018）の研究が行われており、人間関係の活性化を促進すると考えられたSGEプログラムが実施されている。本研究においても山口ら（2017，2018）に倣い、SGEプログラムを作成した。また、人間関係の活性化の変化をより確実に把握するため、山口ら（2018）のSGE実践で使用された尺度とは異なる尺度を用いた。

Ⅱ. 方法

1. グループの実施方法

X中学校において、1学年2クラス（内訳：1組34名、2組34名の計68名）を対象とした。実施群には、1回50分のウォーミングアップとエクササイズを組み合わせたSGEプログラムを、2019年9月の調査期間中に4回行った。なお、実施は、ローテーションで大学院修士1年生3名の内1名がファシリテーター（Facilitator、以後、Fac.と表記）を担い、他2名はサブファシリテーター（以後、Sub.と表記）として、Fac.のサポートをした。実施したプログラム及び面接調査内容は以下の通りである。

1) プログラム内容

全4回、各回50分間実施した。1回のプログラムは、ウォーミングアップとエクササイズから構成された。なお、プログラムは、人間関係の活性化をはかるために組まれた山口ら（2017）のプログラムを一部改変し、実施した。また、このプログラムは、「構成的グループ・エンカウンター事典」（國分，2004）より引用したものを中心に用いた。実施したプログラムは以下の通りである。

(1) 1回目

- ①これからよろしく（ウォーミングアップ）：2人組を作って行う。2人組でじゃんけんをし、勝った方が先に自己紹介と好きなものや好きなことを紹介する。負けた方がその後自己紹介と好きなことを紹介し、それが終わったら次のクラスメイトと実施する。これをFac.が「ここまで」というまで繰り返す。
- ②〇〇を知るイエス・ノークイズ（エクササイズ）：Fac.とSub.に関するイエス・

ノークイズを出題する。4～6人組のグループで話し合い、回答する。クラス全体でシェアリングを行う。

- ③なんでもバスケット（エクササイズ）：クラス全員で車座になり行う。Fac.が真ん中に立ち、題を言う。題が当てはまっていると思った人が椅子から立ち上がり、他の椅子に座る。椅子に座れなかった生徒が真ん中に立ち、題を言うことを繰り返し行う。

(2) 2回目

- ①質問じゃんけん（ウォーミングアップ）：2人組になって行う。向かい合って座りじゃんけんをする。勝った方が負けた方に1分間質問をし、負けた方は質問に答え続ける。
- ②気になる自画像（エクササイズ）：最大5人で行う。生徒全員にワークプリントを配り、ワークプリントに記載されている性格や人柄を表すワードから、自分があてはまると思うものに丸をつける。次に、グループ内の生徒について当てはまると思うワードを各生徒のワークプリントに丸をつけていく。グループ内でのシェアリング、クラス全体でのシェアリングを行う。

(3) 3回目

- ①私がしたいことベスト3（ウォーミングアップ）：生徒全員にワークシートを配付し、私がしたいことについて3つ書いてもらう。書いたものに順位をつけ、4～5人1組のグループで発表しあう。次に、クラス全体でのシェアリングを行う。
- ②無人島SOS（エクササイズ）：生徒全員にワークシートを配付する。生徒それぞれ

れが無人島で生きていくため、島から脱出するために必要だと思う物をワークシートの中から5つ選び順位をつける。4～5人1組のグループで発表する。グループごとに話し合い、各グループで考えた必要な5つの物についてグループごとに発表する。グループ内でのシェアリング、クラス全体でのシェアリングを行う。

(4) 4回目

- ①ジェスチャー伝言（ウォーミングアップ）：4～5人1組で縦のグループを作って行う。先頭の生徒がFac.の出題する題を確認し、身振り手振りで、次の相手に伝えていく。全体でのシェアリングを行う。
- ②パチパチカード（エクササイズ）：4～5人のグループで行う。台紙とパチパチカードを配付する。グループ内の生徒に対し、それぞれ凄と思ったことや褒めたいことについてカードに記入し、台紙に貼り付けて渡し合う。

2. 研究方法

1) 調査協力者

実施校との調整上、2組を実施群（SEG実施群）、1組を統制群（SEG非実施群）とした。調査協力者68名のうち、事前調査（pre）、事後調査（post）の一方のみの回答や記入漏れがあった8名を除外し、有効回答数は男子28名、女子32名、計60名（88%）であった。

2) 調査時期

2019年9月に実施した。

3) 調査方法

本研究では以下のように調査を行った。

- (1) SGE実施前に両群において担任が質問紙調査を行った（pre）。
- (2) SGE実施後に実施群ではSGE Fac.が、統制群では担任が質問紙調査（post）を行った。
- (3) SGE実施後に、実施群の中から同意を得られた3名の調査協力者に約30分の半構造化面接を行った。

4) 質問紙調査

以下、質問紙の尺度と構成について記載した。

- (1) フェイスシート：学年、組、性別の記入を求めた。
- (2) 中学生版QOL尺度（古荘ら、2014）：子どもの充実度、適応度などを客観的に捉えることができる尺度である。質問項目は、11項目の逆転項目を含む計24項目であった。回答方法は「1. ぜんぜんない」、「2. ほとんどない」、「3. ときどき」、「4. たいてい」、「5. いつも」の5件法である。包括的に子どもたちの生活の質を検討することが可能であることと、項目数が24項目であり、比較的回答しやすく回答者に負担をあまり感じさせないことがこの尺度を用いた理由である。
- (3) 居場所感尺度（石本、2006）：友人、クラス、家族における居場所感を測定することができる尺度である。本研究では、学校における居場所感を測定することを目的としているため家族についての質問項目は除外している。質問項目は友だちとクラスに関する。26項目で構成されている。回答方法は、「1. あてはまらない」、「2. あまりあてはまらない」、「3. どちらともいえない」、「4.

ややあてはまる」, 「5. あてはまる」の5件法である。

5) 面接調査内容

4回のSGEプログラム終了後、全プログラムに参加した生徒の中から同意を得られた3名に対して、1人につき約30分間の半構造化面接を行った。主な質問内容は以下の5項目である。

- (1) SGEに参加して感じたこと。
- (2) うまくいった、よかったと思うSGEプログラムについて。
- (3) あまりうまくいかなかった、難しかったと思うSGEプログラムについて。
- (4) SGE実施前・後の変化について。
- (5) 今まで話していなかったクラスメイトと話しやすくなったかどうか。

6) 倫理的配慮

SGE実施に際し、質問紙調査及び面接調査を行うために、調査協力校となるX中学校の学校長、教頭、担任に文書と口頭で説明をし、承認を得た。また、生徒に関しては文書での説明及び質問紙への回答をもって同意を得たこととした。面接調査の協力者には録音をすること、録音をしたデータは研究に関することのみを使用することを

口頭で説明し、同意を得た。結果を論文や学会などで報告する際には、個人情報に注意し、個人が特定されないように配慮することを説明した。また、統制群においては、後日、担任によって実施群同様のSGEプログラムが実施されるように配慮した。

IV. 結果

IBM SPSS Statistics 24を用いて分析を行った。また、効果量も求めた。効果量とは、「効果の大きさ」を指し、有意差の有無に関係なく、効果量を報告すべきであるとされている(水本ら, 2008)。効果量に関しては、水本ら(2008)を参照し、Pre・Postの平均値と標準偏差から効果を測る指標である Δ を使用した。 Δ の基準は以下である。 $|\cdot| \leq 0.20$ 小、 $0.20 < |\cdot| \leq 0.50$ 中、 $0.50 < |\cdot| \leq 0.80$ 大。

1. SGE体験(実施群・統制群)と時期(pre・post)の2要因分散分析と効果量の検討

1) 中学生版QOL尺度

SGE体験(実施群・統制群)と時期(pre・post)を独立変数とし、中学生版QOL尺度を従属変数とした2要因分散分析を行った

Table.1 中学生版QOL尺度におけるSGE体験(実施群・統制群)と時期(pre・post)の2要因の分散分析

	実施群			統制群			分散分析			効果量(Δ)	
	pre	post	N	pre	post	N	主効果			実施群	統制群
							時期	群	交互作用		
中学生版QOL尺度											
身体的健康	3.73 (0.66)	4.01 (0.55)	31	3.72 (0.89)	3.97 (0.71)	29	4.32*	0.03	0.01	0.42	0.28
精神的健康	4.11 (0.85)	4.29 (0.72)	31	4.22 (0.82)	4.22 (0.77)	29	0.33	0.02	0.40	0.21	-0.01
自尊感情	2.88 (0.73)	3.09 (0.93)	31	2.86 (0.86)	3.18 (0.92)	29	2.90†	0.06	0.12	0.29	0.37
家族	4.35 (0.57)	4.23 (0.60)	31	3.77 (0.84)	3.84 (0.88)	29	0.02	12.62***	0.53	-0.20	0.09
友だち	3.92 (0.69)	3.98 (0.63)	31	3.95 (0.59)	3.75 (0.69)	29	0.31	0.80	1.00	0.08	-0.34
学校生活	3.10 (0.63)	3.15 (0.67)	31	3.22 (0.67)	2.98 (0.72)	29	0.57	0.02	1.29	0.08	-0.36

※上段：平均値。下段：標準偏差

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$ † $p < 0.1$

(Table.1)。その結果、「身体的健康」と「自尊感情」に時期の主効果が見られ、pre < postとなった（順に $F(1, 58) = 4.32, p < .05$ ； $F(1, 58) = 2.90, p < 0.1$ ）。また、「家族」においては群の主効果が見られ、実施群 > 統制群となった（ $F(1, 58) = 12.62, p < .001$ ）。

効果量に関しては、pre期からpost期の値をもとに Δ を算出した。その結果、実施群においては、「身体的健康」「精神的健康」「自尊感情」に正の小の効果量（順に $\Delta = .42$ ； $\Delta = .21$ ； $\Delta = .29$ ）が見られ、統制群においては「身体的健康」「自尊感情」に正の小の効果量（順に $\Delta = .28$ ； $\Delta = .37$ ）と「友だち」「学校生活」に負の小の効果量（順に $\Delta = -.34$ ； $\Delta = -.36$ ）が見られた。

2) 居場所感尺度

SGE体験（実施群・統制群）と時期（pre・post）を独立変数とし、居場所感尺度を従属変数とした2要因分散分析を行った（Table.2）。その結果、「自己有用感（友だち）」「本来感（友だち）」に群の主効果が見られ、実施群 > 統制群になった（順に $F(1, 58) = 3.06, p < 0.1$ ； $F(1, 58) = 3.16, p < 0.1$ ）。

効果量に関しては、pre期からpost期の値をもとに Δ を算出した。その結果、統制群において「自己有用感（クラス）」「自己有用感（友だち）」「本来感（友だち）」に正の小の効果量（順に $\Delta = .38$ ； $\Delta = .46$ ； $\Delta = .36$ ）が見られた。

2. 面接協力者3名の半構造化面接の結果 1) Aさん

SGEを通しての発言として、「なんか今まで全然しゃべってなかった人とかと、しゃべったり、知らなかったことを知れた。」との発言が見られ、交友関係の広がりが見られた。また、「自分で思ってたのと、なんかキャラが違うなみたいなの。」との発言があり、自分自身が感じているキャラと、周囲が感じているAさんへのキャラの違いを感じ「やなんか、自分てこういう感じなんだみたいなの…。」との発言が見られている。このことから、自己理解が進んだことが伺える。また、「伝えたいことが伝わったことがうれしい。」との発言からSGE体験の中で、成功体験を積んでいる様子が見られた。さらに、「なんか、皆が、楽しく笑ってる姿？とか見たりして、自分も笑えるみたいなの。」との発言から、Aさんやクラスが楽しい雰囲気の中で活動に参

Table.2 居場所感尺度におけるSGE体験（実施群・統制群）と時期（pre・post）の2要因の分散分析

	実施群			統制群			分散分析			効果量 (Δ)	
	pre	post	N	pre	post	N	主効果			実施群	統制群
							時期	群	交互作用		
居場所感尺度											
自己有用感 (クラス)	3.19 (0.79)	3.20 (0.77)	31	3.10 (0.60)	3.33 (0.82)	29	0.63	0.01	0.54	0.01	0.38
本来感 (クラス)	3.70 (0.69)	3.79 (0.84)	31	3.76 (0.68)	3.78 (0.84)	29	0.14	0.03	0.06	0.13	0.03
自己有用感 (友だち)	3.60 (0.90)	3.76 (0.81)	31	3.33 (0.57)	3.59 (0.82)	29	1.72	3.06†	0.11	0.17	0.46
本来感 (友だち)	4.02 (0.88)	4.15 (0.77)	31	3.72 (0.63)	3.94 (0.92)	29	1.23	3.16†	0.11	0.14	0.36

※上段：平均値，下段：標準偏差

† $p < 0.1$

加していたことが伺えた。

2) Bさん

SGEを通しての発言として、「(コミュニケーションが)とれていた子もいっぱいいるんですけど、(SGEに参加して)もっと増えたみたいな…。」「クラス全体が、しゃべる機会も増えたりして。」「普通にしゃべっていない子とか一緒にしゃべっていない子とかとちょっとしゃべれるようになったり、遊べるようになったり。」との発言が見られ、交友関係が拡大した様子が見られた。また「SGEをやったらクラス全体がめっちゃ明るくなった。」「前までは“うん”しか言わない子が多かったんですけど、文みたいに話を続ける人が多くなった。」など、クラスメイトについての変化を感じていた。

3) Cさん

SGEを通して、「相手の今まで知らなかったこととか、知れて、良かったなって思いました。」との語りが見られた。また、「友だちに素直にちょっとだけ話せなかったから、もっと話せたらよかったなって思いました。」との自己を振り返る発言が見られていた。Cさんは自ら発言することが多くはなかったようだが、「少し話せるようになったかなって。」や、自分の変化として「グループでの話し合いに、自ら話せるようになったことです。」といった発言が見られた。またクラスの中で「素直に話す人が増えたような気がします。」との発言からCさんの様な変化は他の生徒にも見られていた様子である。

3. 実施者 (Fac.とSub.) の変化有り (山口ら, 2018) と変化なしの中学生版QOL尺度の比較

本研究の中学生版QOL尺度の記述統計と山口ら (2018) の記述統計の結果を比較した。比較結果は、中学生版QOL尺度の「身体的健康」(Fig. 1), 「精神的健康」(Fig. 2), 「自尊感情」(Fig. 3), 「家族」(Fig. 4), 「友だち」(Fig. 5), 「学校生活」(Fig. 6) であり、以下に示す。その際、毎回異なるメンバーが実施した2018年度の実施群・統制群の文頭に「18」、同一のメンバーが継続して実施した2019年度の実施群・統制群の文頭に「19」と加筆した。

1) 身体的健康

SGEを実施した年度による違いが見られた。2018年度は実施群・統制群ともにあまり得点の変化は見られない一方で、2019年度は実施群・統制群ともに得点が上がっていた。両年度とも、実施群のほうが統制群に比べて多少得点が上がっているが、あまり大きな差はなかった。また、Fac.の違いによる効果の差はあまり見られなかった。

2) 精神的健康

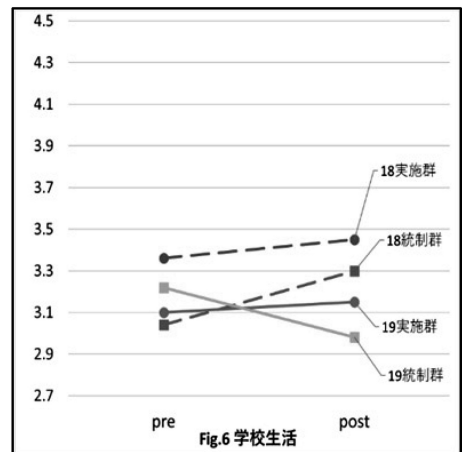
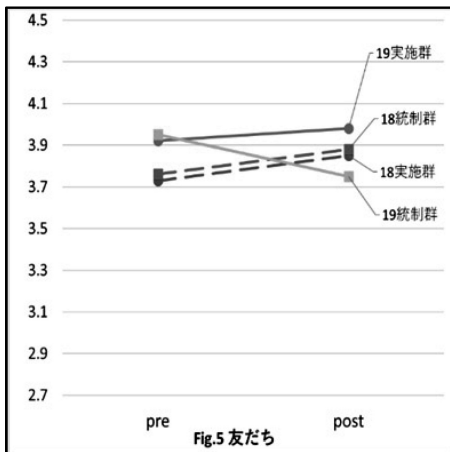
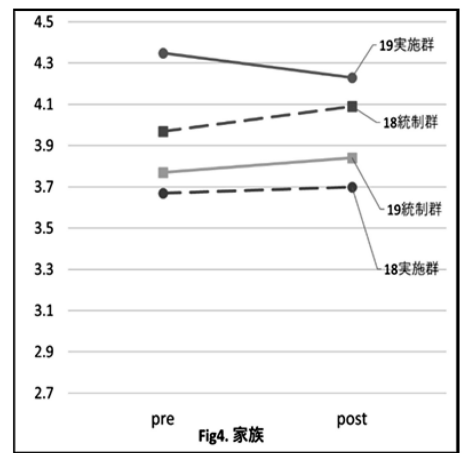
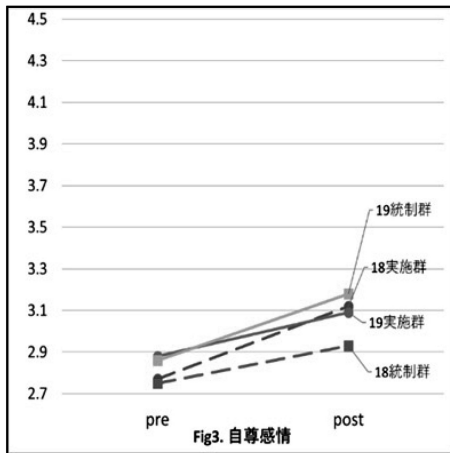
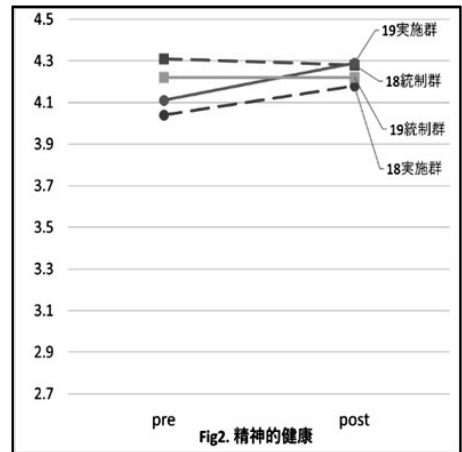
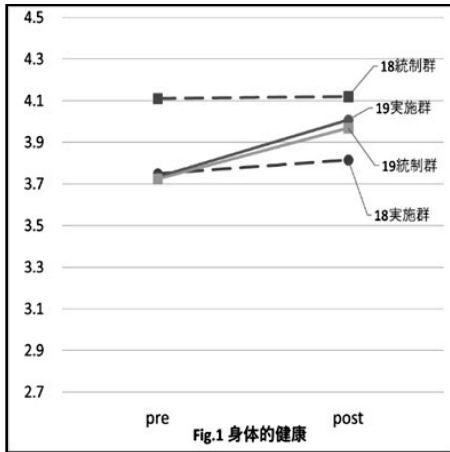
SGEを実施した年度の違いにかかわらず、統制群の得点が下がる一方で実施群の得点は上がっている。このことから、SGEプログラム自体が精神的健康の向上に効果があることが示唆された。Fac.の違いによる効果の差はあまり見られなかった。

3) 自尊感情

SGEを実施した年度や実施群・統制群の違いにかかわらず得点が上がっている。中でも、実施者 (Fac.とSub.) がルーティーンで変わった2018年度実施群の得点が一番大きく上がっている。

4) 家族

SGEを実施した年度や実施群・統制群の違いによる差が大きかった。両年度におい



て、実施群よりも統制群のほうが得点が上がっている。また、実施者 (Fac.とSub.)

が継続していた2019年度実施群は得点が下がっている。

5) 友だち

SGEを実施した年度による違いと、2019年度の実施群と統制群の間の違いが見られた。2018年度は実施群も統制群も得点が上がっているが、2019年度においては統制群が下がっている、一方で実施群は上がっている。2019年度実施群の得点が一番大きく上がっている。

6) 学校生活

SGEを実施した年度による違いと、2019年度の実施群と統制群の間の違いが見られた。2018年度は実施群も統制群も得点が上がっているが、2019年度においては統制群が下がっている、一方で実施群は上がっている。2019年度実施群の得点が一番大きく上がっている。

V. 考察

I. 中学生版QOL尺度の検討

SGE体験と時期の2要因の分散分析の結果として、中学生版QOL尺度の「身体的健康」の時期の主効果が見られ、pre<postとなった($F(1,58) = 4.32, p < .05$) (Table 1)。効果量に関しては、pre期からpost期の値をもとに Δ を算出した。その結果、「身体的健康」においては、実施群に正の小の効果量($\Delta = .42$)、統制群に正の小の効果量($\Delta = .28$)が見られた (Table 1)。これは、各学級ともに2学期がはじまり生活習慣が整えられたことで、post期の得点が高くなったことが理由だと考えられる。また和氣ら(2006)は、運動群のほうが非運動群に比べて、身体的疲労が低くなることを述べている。このことから、この時期に部活動の新人戦があった両学級において、「身体的健康」が高まったと考えられ

る。その上で、身体活動を含むSGEを経験した実施群のほうにより効果が現れたと考えられる。

SGE体験と時期の2要因の分散分析の結果として、中学生版QOL尺度の「精神的健康」の有意差は見られなかったが、実施群において正の小の効果量($\Delta = .21$)が見られた (Table 1)。これは、実施したSGEプログラムが調査協力者の精神的健康を上昇させることに寄与したと推察できる。今回実施したプログラムは、人間関係の活性化をはかるために作成されており、その中でも「ジェスチャー伝言」、「パチパチカード」、「無人島SOS」は小グループで行われていた。小グループで実施されることで、孤独感に苛まれることが少なく、楽しいと感じる機会やプログラムの中で笑う機会が多くなったのではないだろうか。インタビューからも、「なんか、皆が、楽しくて笑ってる姿?とか見たりして、自分も笑えるみたいな。」「なんか、みんな明るくなったみたいな感じ。」など、体験を通して楽しさや明るさが得られたことが伺える。

SGE体験と時期の2要因の分散分析の結果として、中学生版QOL尺度の「自尊心」の時期の主効果が見られ、pre<postとなった($F(1,58) = 2.90, p < 0.1$) (Table 1)。また効果量に関しては、実施群は正の小の効果量($\Delta = .29$)、統制群は正の小の効果量($\Delta = .37$)が見られた (Table 1)。根本(2014)は生活習慣とQOLについて検討し、中学生版QOL尺度の「自尊心」において、生活習慣を整えられている方が得点が高いことを明らかにしている。このことから、「身体的健康」で推察したように生活習慣が影響していると考え

られた。つまり、2学期が始まり生活習慣が整えられたことで、post期において実施群、統制群共に自尊感情得点の上昇が見られたと考えられる。

SGE体験と時期の2要因の分散分析の結果として、中学生版QOL尺度の「友だち」の有意差は見られなかったが、統制群において負の小的効果量 ($\Delta = -.34$) が見られた (Table 1)。

これは、現代青年の友人関係における特徴が現れたものと考えられる。榎本(1999)は、現代青年は外面的には一緒に行動し、うまくいっているように見える友人関係であっても、一緒にいることに重点が置かれ、内面的には満足感や安心感などを得ることができていないと指摘している。同様に岡田(2002)も、中学生の友人関係は互いの内面を開示することなく、傷つけあうことがないよう、表面的には円滑な友人関係があることを明らかにしている。表面的な関係であっても自分が所属できるグループと行動をともにしなければならない状況に長期に渡り置かれているとすれば、現代青年はその状況下で不満感や不安感を高めていくことが考えられる。このことから、統制群において負の小的効果量が見られたものと推察される。

一方で、実施群においては、「友だち」の負の効果量は確認されなかった (Table 1)。SGE体験の中では、生徒同士の自己開示を行う場面が各プログラムにおいて設けられていた。よって、SGE体験が普段の学校生活では伝えることが難しい自身の考えや気持ちなどを、他者に表現することができる場となっていたのではないかと考える。インタビューにおいても「伝えたいこ

とが伝わったことがうれしい。」「前までは“うん”しか言わない子が多かったんですけど、文みたいに話を続ける人が多くなった。」「グループでの話し合いに自ら話せるようになったことです。」「素直に話す人が増えたような気がします。」などの発言が見られている。以上より、学級内の生徒間、また親しい友人間において表面的ではない深い関係性を実感できたことで、効果量の低下が見られなかったのではないかと推察される。

SGE体験と時期の2要因の分散分析の結果として、中学生版QOL尺度の「学校生活」の有意な差は見られなかったが、統制群において負の小的効果量 ($\Delta = -.36$) が見られた (Table 1)。赤川ら(2016)は、友人関係満足度と学校生活享受感の関連について、凝集性の高い集団が形成されると、他の集団に対しては排他的な態度が形成されて、心理的な距離が生まれてしまうとしている。さらに赤川ら(2016)は、このことから行事や学校活動といった、仲間集団の枠を超えて取り組む必要がある学校生活について、十分な満足感や充実感を得られないことが考えられるとしている。また、中学生の時期は、内面的な互いの類似性の確認による一体感(凝集性)を特徴とする仲良しグループであるチャムグループ(保坂, 1993)を形成するとされる。これらのことから男子間、女子間においてそれぞれ個別のグループが構成されたことで、各グループ同士の排他性が高まり、「学校生活」における負の小的効果量が見られたことが考えられる。

一方で、実施群においては、「学校生活」の負の効果量は確認されなかった (Table

1)。SGEプログラムにおいては他者理解を目的として設定していたことから、実施群においてはSGE体験が学級内のそれぞれの生徒について情報を得る機会となっていたことが考えられる。それにより、普段の仲間集団のみならず、他の仲間集団に属する生徒との間にも内面的な類似性の確認がなされたことが考えられる。その結果、個人が所属する仲間集団が拡大したと推察される。インタビューの「なんか今まで全然しゃべってなかった人とかと、しゃべったり、知れなかったことを知れた。」「相手の今まで知らなかったこととかが、知れて、良かったなって思いました。」「クラス全体が、しゃべる機会も増えたりして。」「普通にしゃべっていない子とか一緒にしゃべってない子とかとちょっとしゃべれるようになったり、遊べるようになったり。」などの発言からも、仲間集団が拡大した様子が伺える。よって、実施群においては「学校生活」において負の効果量が確認されなかったのではないかと推察される。

2. 居場所感尺度の検討

SGE体験と時期の2要因の分散分析の結果として、居場所感尺度の「自己有用感(友だち)」「本来感(友だち)」において群の主効果が見られ、実施群>統制群であった(Table.2)。また、効果量に関しては、統制群において「自己有用感(クラス)」と、「自己有用感(友だち)」「本来感(友だち)」に正の小的効果量が見られた(順に $\Delta=.38$; $\Delta=.46$; $\Delta=.36$)。これは、もともと実施群の「自己有用感(友だち)」「本来感(友だち)」の得点が高かったために、SGEを実施しても統制群ほど効果量が現れなかったためであると推察される。

統制群において「自己有用感(クラス)」、「自己有用感(友だち)」、「本来感(友だち)」に正の効果量が見られた。これは、友人やクラスメイトと共に学校生活を送る中で、自然と自分の役割を見出したり安心して過ごせたりするようになったためであると考えられる。しかし、この結果は、QOL尺度の「友だち」「学校生活」に負の小的効果量が見られた背景の考察(表面的な関りが続くと、友人やクラスメイトと過ごす時間に比例して自然と友人や学校生活にネガティブな印象を持つようになる)に矛盾する。今回、この矛盾する点に関して十分な考察をすることができなかった。今後、十分に検討していく必要があるだろう。

3. Fac.の形態(変化有・継続)による効果の比較検討

ファシリテーションの形態の違いによる効果を、中学生版QOL尺度の記述統計を基に比較検討した結果、SGEを実施する年度やクラスの特長の違い、実施者(Fac.とSub.)の違いなどの他の変数が多く介在していることから、ファシリテーションの形態による効果の違いを明らかにすることはできなかった。しかし、ファシリテーションの形態の違いに関わらず、SGEを実施することで「精神的健康」が上昇したことが明らかになった。インタビューからも「なんか、皆が、楽しくて笑ってる姿?とか見たりして、自分も笑えるみたいな。」「なんか、みんな明るくなったみたいな感じ。」などの発言が得られており、SGE体験の中で楽しい気分を味わったことが伺える。このことから、SGEプログラム自体、楽しいと感じるものが多く、ファシリテーション

の形態の違いに関わらず生徒の「精神的健康」の上昇に効果があると考えられる。

4. 本研究のまとめと課題

今回、人間関係の活性化を目的にSGEを実践した。SGEを実践した結果、中学生版QOL尺度の「精神的健康」が上昇した。つまり、SGEに「精神的健康」を高める効果が確認できたと考えられる。また、「友だち」と「学校生活」の得点の減少を防ぐといった予防的な効果が見られた。これらの効果量の変化から今回の実践は一定の臨床的効果があったと言えるが、その得点の上昇に有意差は見られなかったことから効果の普遍性を確認することはできなかった。また、居場所感尺度においては、もともと実施群の得点が高かったために、SGEを体験してもあまり得点が上がらなかったと推察できる。しかし、この考察にはさらに検討を加える余地があるため、今後の課題であると言える。

今回、実施者 (Fac.とSub.)の変化有り・変化無しといったファシリテーションの形態の違いによる効果を、中学生版QOL尺度の記述統計を基に比較検討した。その結果、効果の違いについては他の要因が多く介在していると考えられたため、ファシリテーションの形態による明確な効果は明らかにできなかった。しかし、ファシリテーションの形態の違いに関わらず、SGEを実施することで「精神的健康」に効果があることが示唆された。統計的な分析を行っていない点、ファシリテーションの形態の違いのみを変数とした効果検討をしていない点において限界はあるが、今回の研究の結果は、今後のグループ介入研究における新たな知見を提供したと言えるだろう。

謝辞

SGEの実践と調査にご協力くださった中学校の先生方と生徒の皆様は深く感謝申し上げます。

利益相反の開示

本研究における利益相反は存在しない。

文献

- 赤川里奈・下田芳幸・石津憲一郎 (2016). 中学生の友人関係、自尊感情及び学校適応感の相互影響性, 富山大学人間発達科学部紀要, 10 (2), 1-10.
- 榎本淳子 (1999). 青年期における友人との活動と友人に対する感情の発達的変. 教育心理学研究, 47, 60-70.
- 古荘純一・柴田玲子・根本芳子・松崎くみ子 (2014). 子どものQOL尺度のその理解と活用—心身の健康を評価する日本語KINDL—. 株式会社 診断と治療社.
- 保坂一巳 (1993). 中学・高校のスクール・カウンセラーの在り方について—私立女子校での経験を振り返って—, 東京大学教育学部心理教育相談所紀要, 15, 65-76.
- 今村綾乃 (2015). 小規模校の学級における話し合い活動体験が固定化された人間関係に及ぼす影響, 教育実践研究, 25, 187-192.
- 石川章子・山口豊一・松崎くみ子 (2013). 学級適応感とその改善方法に関する研究—体育祭による学級適応感の変化—. 跡見学園女子大学文学部臨床心理学科紀要, 1, 69-83.
- 石本雄馬・齋藤誠一 (2007). 中学生の生活

- が居場所感に与える影響について，神戸大学発達科学部研究紀要，14(2).1-6.
- 片野智治 (2003). 構成的グループ・エンカウンター，駿河台出版.
- 國分康孝 (2000). 育てるカウンセリングとしての構成的グループ・エンカウンター 國分康孝(編) 続構成的グループ・エンカウンター，誠信書房，3-13.
- 國分康孝 (2004). 構成的グループ・エンカウンター辞典，図書文化社.
- 松田亜希子 (2012). 学校全体で子どものかかわる力を育てる方策の追及，山形大学大学院教育実践研究科年報，3，294-297.
- 水本篤・竹内理 (2008). 研究論文における効果量の報告のために—基礎的概念と注意点—. 英語教育研究，31，57-66.
- 水野邦夫 (2010). 構成的グループ・エンカウンターが自己概念の変容及び個人・グループ過程に及ぼす影響に関する追試的検討，聖泉論叢，18，149-161.
- 岡田努 (2002). 友人関係の現代の特徴と適応感および自己像・友人像の関連についての発達的研究，金沢大学文学部論集 (行動科学・哲学編)，22，1-38.
- 山口豊一・西野秀一郎・市川美咲・関知重美・下村麻衣・高橋美久・野島一彦 (2017). 中学生に対する構成的グループ・エンカウンターの効果に関する研究. 跡見学園女子大学文学部紀要，52，147-163.
- 山口豊一・山本絵梨・大角梓・緑川涼音・吉浪世華・鏑水翔太・野島一彦・松寄くみ子 (2018). 中学生に対する構成的グループ・エンカウンターを用いた効果研究 固定化された人間関係において. 跡見学園女子大学心理教育相談所紀要，15，43-56.