

ある継続型ベーシック・エンカウンターグループの ファシリテーター・スタッフ体験を通じた学び

Learning through a Basic Continuing Encounter Group Facilitator Experience

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

要約

本論の目的は、ある継続型ベーシック・エンカウンターグループのファシリテーター・スタッフ体験を通して筆者が経験したことについて、①グループの構造づくり、②グループプロセス、③数日後の3日目欠席メンバーへのフォローアップを記述し、その体験の意味を考察し、ファシリテーター・スタッフとしてグループから何を学びえたのかを検討することである。結果として、①グループの構造づくりにおいて、グループのセッションが始まる前から、グループプロセスが始まっていることが体験的に感じられた。②グループプロセスにおいて、Fac. が無理なくいられる体験に触発されて、メンバーの体験過程が促進されるより良い影響のし合いが起こる可能性が示唆された。③欠席メンバーへのフォローアップでは、欠席者が出たことに関して、あくまで心理的損傷としての仮説における欠席と捉えたならば、グループ構造やメンバーの特徴以外に、Fac. がグループプロセス、すなわちセッション以外に積極的に関わることの意義が改めて確かめられた。

【Key Word】ベーシック・エンカウンター・グループ、ファシリテーター・スタッフ、スタッフ・チーム、構造づくり、欠席メンバー

I. はじめに

C.R.Rogersは、1940年12月にミネソタ大学での講演をもって来談者中心療法の誕生日であると言った(飯塚, 1976: 飯長, 1983)。それから今日まで70年の月日が流れた。1960年代から彼はエンカウンターグループに取り組んだ。この間エンカウンターグループは効果測定・事例研究ともに

多くの研究がなされてきた。その中でもグループから学びえたことを言語化し、その意味を丹念にひも解いている文献が多くみられる(人間関係研究会編, 2020: 野島, 2000: 岡村ら, 1989: 下田, 1997, 2016)。筆者自身もグループのファシリテーションの考察を行っており、概ねメンバーに対する逆転移様相が起こり得ていた

のではないかと結論付け、改善の必要性を明記したことがある（西野，2018）。それゆえ、初学者である筆者は継続的に自分の体験を言葉にし、その意味を検討し、客観的に提示することを通して、今後の臨床や研究に活かしていきたいという思いから、本論を執筆することにした。

よって本論の目的は、ある継続型ベシック・エンカウンターグループ（Basic Encounter Group：以下BEGと略記）のファシリテーター・スタッフ体験を言語化し、何を学びえたかを検討することである。

倫理的配慮として、本論のグループ体験を記述するに当たり、参加メンバー全員に内容説明を口頭で行い、論文化の承諾をもらった。利益相反として開示すべき状態はない。

II. グループ構造づくり

今回のグループは、Aの研究論文作成のために企画と実施が行われた。スタッフ・チームは次の3名で構成された。①研究者兼メンバー・スタッフのA（20代女性）、②ファシリテーター・スタッフの筆者（30代男性）、③スーパーバイザー・スタッフのX（70代男性）。スタッフ3名でおおよそ1カ月半の間に63回程のメールによる打ち合わせと2回（各2時間弱）のZoomによるミーティングを行い、以下のようなグループ構造が設定された。

日程はX年Y月の連続した土曜日計3回の継続型BEGである。セッションは午前中、午後の2セッション（10：30-13：00，14：30-17：00）、セッションが終わった数日後にスーパーバイザースタッフによるスーパービジョンが設定された。場所は

都内某所のレンタルスペース（平屋貸切）、公募により研究に同意した者を対象とした。また対象範囲は初心者心理臨床家（公認心理師・臨床心理士を目指す大学院生～心理系大学院修了3年程度）とした。メンバーは5名。A（メンバー・スタッフ）、B、C、D、E。そして、ファシリテーター（Facilitator：以下Fac.と略記）は筆者。A～Eは20代女性。筆者も含め、A～Dは同系統機関の所属で、Eは他機関の所属。またBは唯一修了生であった。

なお、Aの論文作成を目的としたグループであるため、セッション外ではインタビュー調査などが行われた。その調査研究には筆者は携わっていない。すなわち、グループで録音された記録を聞いたり、アンケート調査でAが他のメンバーに尋ねたことやメンバーが何を語ったか等には携わっていない。あくまで筆者自身が感じたことをグループ終了後メモを取り資料にまとめたものやグループ構造に取り組んでいる際のスタッフの打ち合わせをもとに検討している。

III. グループ・プロセス

事前ミーティング

グループ開始数日前に事前ミーティングを行った。コロナ禍なのでリモート開催も検討されたが、感染症対策を徹底し対面で行うことにした。感染症対策については、会場入室前、セッション中、セッション終了～退場まで、細かに決めた。その際、筆者は感染症対策としてメンバーにフェイスシールドは必須だと考えていた。しかし、Aは「メンバーがそれだと話しぶりいかもしれない」と言われ、はたと私自身は感染

症対策の事ばかり関心がよっており、メンバーのことをおいてけぼりにしてたかもしれないと感じた。私はそのことを伝え、感染症対策、メンバーの居心地の良さは両方共大事にするという観点に気づき、フェイスガードはつけないことになった。そのことは、グループのセッションが始まる前からスタッフ間で率直なやりとりがなされ、「グループはすでに始まっている」という感覚を覚えるに至ったエピソードだったかもしれない。

一日目

(1) Preミーティング

第1セッションの前に、オリエンテーションの進め方、グループ開始直後の構造化(目的、基本的姿勢、方法、守秘義務等)について打ち合わせが行われた。

(2) セッション1

1) グループの流れ：当日Bからスタッフに体調不良の連絡があり不参加となる(その後1日目が終わったのち再度連絡があり、辞退の希望が出される)。開始直後20分の沈黙の後、自己紹介、コロナ禍での過ごし方や修論の内容など全員一通り語る。後半は自発的にA、Eのやや深い自己開示がある。

2) Fac.の感想：Bの体調への心配、グループへの影響が気がりであった。しかし、グループが進んでいく中で一定の沈黙の後、A、Eが話を振る展開が何度かあり、全員一通り自己開示ができたり、若干名から自発的にやや深い自己開示があった。その状況に、安心する思いがある一方、他者から促され話すことはあったが、Dから自発的な発言はなかった。またグ

ループ構造としては、10：30～13：00と空腹を感じやすい時間帯であったため、対応が求められると感じた。

(3) セッション2

1) グループの流れ：開始直後Fac.からAにセッション1の終わりで途中になっていた続きを話してみることを勧めるが、Aは「時期が来てから」と保留になる。EからC、Dに向けて修論の話の促し、それが話題になる。続けてFac.からDに向けてやや深い自己開示を求めるような発言があり、Dがゆっくり語りだす。一区切りがつくと、Eから再びC、Dに心理士を目指そうと思った動機を尋ねる発言があり、それぞれが語り終えるとE自身の自己開示がある。また保留になっていたAの話も自発的に話され、このセッションが一区切りになる。

2) Fac.の感想：AとEが自発的に自己開示し、CとDにも振り応えるということが何度か起こっており、一定の自己開示があり深まりを感じる。一方、Eがセッション1でやや疎外感のようなものを感じていることを表明しており、その後グループでどのような思いになっているか気になっていた。

(4) Postミーティング

セッション1、2において各自の自己開示が起こり、知り知られ体験が起こっていることは一定の効果と思われる。一方、早すぎる自己開示の促進は、脅威を感じグループ自体が安心安全の場でなくなる可能性があるため、スタッフがフィードバックする際の影響に十分配慮していく必要があることが共有された。また、グループ構造として序盤は膠着状態が続く傾向がある

ため、空腹などの身体化として表現されやすいため、グループ自体は止めず、軽食を予め配っておき、各自の裁量で摂ってもらえるような配慮をすることが検討された。またBの辞退はセッション3の開始直後メンバーに伝えることが共有された。

二日目

(1) セッション3

1) グループの流れ：しばらくの沈黙の後E、Cの順に体験と思考に焦点を当てながら探り探り過ごしていることが語られ、Dも自発的に話すことへ逡巡していることが語られる。Fac.から「自分のタイミングを大事にしてみても」と伝える。しばらくするとCから逡巡していたことが素直に語られる。またしばらくして、AからDに水が向けられると、Dが深い自己開示をする。Dの語りを各々が味わい、ゆったりとした雰囲気になる。残り10分ほどになりFac.からEに疎外感について尋ねると、グループになじんできていることが語られる。

2) Fac.の感想：Dの自発的な発言に加え、深い自己開示、Eの肯定的な実感の変化を聞き、ホッとする思いだった。またBの辞退による影響を受けつつも、徐々に自己開示が進んでいるように思われることもグループらしい展開が進んでいると考えられ、グループへの信頼感が増した要因だった。

(2) セッション4

1) グループの流れ：セッション4が始まる前にアイスが配られA、C、Eが食べており、しばらくの間沈黙が続いた。Eから

アイスを食べたことや2日目の朝アコースティックギターのBGMが流れていたこと、蚊取り線香の匂いなどから、それらを振り返りながら、体にフォーカスしている表明がある。その後またしばらく沈黙が続きFac. から「この沈黙の意味を何か考えていて、グループがやや停滞している感じがしているが、他の方はどうだろう」と水を向ける。それに関してA、E、Cの順に受け身でいたことが話された。しばらくするとEからふと思い出したことが語られる。それにDが関心を示し、一区切りつくと思発を受けたA、Fac.も語った。また一連の件からAが感じたことを契機に、EがAへ湧いてきたイメージを伝える。Aも何か感じたようだったが、ピタッとした感じではなかったようで、Fac.から「期が熟せば明らかになってくるかもしれない」と伝えた。また、それとつながりを見せていたテーマでAからDへ質問があり、Dが内省しつつ自己開示がある。Fac.もイメージを伝え、セッションが終了する。

2) Fac.の感想：全体的に自己開示とそれぞれが他のメンバーへ関心が高まってきているように感じた。場を取り繕うような話題で盛り上がるレベルよりも、自分の過去を語る事や、実感に焦点を当てるなど、自己開示のレベルにおいて深まりを見せているように感じる。またFac.や特定メンバーが促進するだけでなく、メンバーが率直に他のメンバーが内省を深められるような話しかけが起こっており、グループが進んでいるように感じられた。

(3) Postミーティング

クロージングに向けて、安全感、相互作用、ファシリテーションシップの共有、自

己理解、ドロップアウトへの対応等について検討が行われた。

三日目

(1) セッション5

1) グループの流れ：Dが体調不良により欠席となり、セッション直後メンバーに伝えた。コロナ禍であるため、その場にいたメンバー全員がDの体調を心配し、欠席を残念がった。A、C、Eの順にそれぞれがDの欠席から触発を受けて感じられたことや、やや深い自己開示がある。Fac.はそれぞれに感じたことを伝える。その後Cを皮切りに、自分はどのように見られているか、自分自身をどのように見ているかというテーマでそれぞれが自由に語る。それぞれが肯定的に感じたことを率直に伝え合った。

2) Fac.の感想：Dの欠席に関して体調を心配しつつ、グループでしんどい思いをしたのではないかと心配している旨を伝えた。Dから「グループが嫌で休んだと思われるんじゃないかと言えてよかった」と語られた。

(2) セッション6

1) グループの流れ：少しの沈黙の後、CからFac.に率直な疑問が投げかけられ、Fac.は正直に語る。またEがこのグループ体験を振り返った時疑問が残ることを表明する。Fac.から「このグループの中で体験したことを話してみても、確かめてみるのはいかがか」と提案し、Eはあるエピソードを通して確かめつつ語る。A、Cも続く。最後に一人一言感想が伝えられ終了となる。

2) Fac.の感想：Cからの声がけは意外な感じがしたが、筆者が率直に伝えられる場が与えられた気がしたし、そのことを言葉にしないままグループを進めることはどうも率直でないように感じていたので、肩の荷が下りるような気持ちだった。Dの欠席を心配しつつ、フォローアップセッションを組むことを提案しようと考えた。

(3) Postミーティング

フォローアップの提案をすること、感染症対策として2週間後の体調確認が打ち合わせで共有された。

数日後の3日目欠席メンバーへのフォローアップ

(1) フォローアップ

1) 流れ：Dにフォローアップ提案をし、1時間程度Zoomによる話し合いが設定された。Fac.から体調やグループでしんどい思いをしたのではないかと心配している旨を伝えた。Dから「グループが嫌で休んだと思われるんじゃないかと言えてよかった」と語られた。

2) Fac.の感想：Dとの率直なやりとりで、一定の良い影響のし合いができたように感じ、少し肩の荷が下りるような思いがした。

(2) Post-MTG

Fac.とDの中で一定の率直なやりとりがあったことがよかったのではないかと共有された (Aは不参加)。

IV. 考察

1. スタッフとの協働

構造づくりの初期段階から「すでにグループは始まっている」という感覚を持つ

ていた。Aからスタッフ要請があり、承諾をした頃からすでにそのような感覚があった。スタッフ間においても一人一人が尊重されるように取り組んだ。すなわち、スタッフが何を大事にしようと考えているのか、私自身が何を大事にしようとしているのか、それぞれが率直に語り合えたように感じる。またグループ自体の構造を決めていく際に、特に気にかけていたことは「具体的」にイメージしたり、決定していくことだった。このプロセス自体が筆者自身を支える構造にもなり得ていた。

2. 筆者はなぜ生き生きしたのか

グループに入る前や、グループ中、会場に向かう最中も筆者自身はとても生き生きした気持ちでいた。これがなぜなのかはいまだ十分納得できる答えは見つかっていない。いくつか考えられることを列記したい。

①私自身が無理なくいられた体験：グループ2日目、暑い日で筆者はアイスを食べたくなった。昼休みに買いに行き、メンバーの分も人数分買って行った。押しつけがましく感じる人もいるかもしれないと思いつつ、提案してみるの自由だと思い、提案した。そのプロセス自体筆者にとって不自由がなかった。また2日目が始まる前に、気持ちが軽やかだったので、会場でアコースティックギターのBGMを流していた。そのメロディを聞いていると心が軽くなった。聴きたくない人もいるかもしれないと思い、音量は配慮したつもりである。また、蚊取り線香もセッション前に炊いた。これらのことは、いずれも筆者自身が無理なく、素直な体験であった。

②メンバーの体験過程に良い影響を与えた可能性：上記のFac.の無理ない体験に対して、意図したわけではないが触発されて、あるメンバーから蚊取り線香や畳の感じに刺激を受けて自己開示が深まり、他のメンバーにも触発を与えているように思われる。また別の場面ではアイス、BGM、蚊取り線香に触れて、今まさに体の感じに焦点があたり、いわゆる体験過程に触れたであろう体験があったようである。あくまでFac.として、「こうしたい」という素直な動きが、グループの中で（この場合、グループセッション外で起こったことも含めグループプロセスとして）触発を与えることになり好転したことは、私自身が手ごたえを感じたことでもあり、それが私を生き生きさせている要因かもしれないと思われた。それは一つにRogers (1961/諸富ら, 2005) の「この複雑な人生において私がただ私であろうとすればするほど、自分と他者の内なるリアリティを理解し受け入れようとするほど、変化が生じるようなのです。私たち一人ひとりが自分自身であろうとする程度に応じて、自分が変化していくだけでなく、自分がかかわっている他の人もまた変化していくことに気づくでしょう」ということにつながる事なのかもしれない。

3. Fac.として2人の欠席を考える

今回2人の欠席者が出たことについて考える。体調不良が理由であったが、もし本人らも意識できない何らかの心理的な損傷があるとする、それらを検討せずにいられない。あくまで仮説の域を出ないが、欠席者が出た背景として、3つ考えられた。

1つ目はグループ構造の問題である。本グループは参加者同士の所属が同じであったり、臨床心理士を目指している大学院生あるいは修生を対象にしていたことで、既知性が生まれ何らかの安心感を脅かすものであった可能性が考えられる。2つ目はFac.が十分にサポートできなかつたことである。岡村ら（1989）が「本当に言いたいと思われることを翻訳して、彼ら自身に、またグループにフィードバックしてみる必要がある」と語っているように、Fac.自身が例えばBに参加前にコンタクトをしたり、Dに対して、セッション外でコンタクトを図ろうとしたかと言えば、そうではなかった。いくらでも声をかけられたはず。それを怠ったFac.の責任は重い。またメンバーがFac.に気さくに話しかけられるよう、Fac.が自分を開いていたか自信がない。3つ目は、確かにLieberman, Yalom & Miles（1973）が、ドロップアウト理由として「グループからの攻撃・怒り・拒否の心配」「自分自身の怒りに対する恐れ」「親密性および/自己開示に対する恐れ」「親密性への欲求への不充足」と述べているが、本グループにおいて、その妥当性・信頼性を考慮できるほど、十分な検討材料を持ち合わせていない。少なくとも本論で確かめられることは、2つ目のFac.の関りで出来たことがあるのみである。

4. 総合考察

本論で明らかになったことは、スタッフとの協働において、グループ構造を創り上げているところから、すでにグループプロセスが始まっており、スタッフ間においても一人一人が尊重される体験となった事。グ

ループプロセスにおいて、Fac.が無理なくいられることは、他者に触発を与え、良い影響をし合える可能性をはらんでいることが考えられた。また、グループにおける欠席者が出たことにおいて、Fac.は出来ることがある。つまり、セッションのみならず、セッションが始まる前、グループ構造づくり後からでも十分に関われる、この責任を持つことの大切さを改めて学んだ。

5. 今後に向けて

継続的なグループ開催が求められるように感じる。一方、感染予防対策も十分とは言えないため、新しいグループの在り方も模索していきたいと感じる。また、本論はあくまで筆者自身の私見によるものである。客観的な視点が求められる。他方、村久保（2015）は今後のBEG研究において、客観性や一般化による研究の自立的価値以外に、誰かによって意味が見出される研究の価値、いわば共有されたり理解される事、読み手にとって価値づけられることにおいても研究の価値がないだろうかと提案している。筆者がそれを踏まえて思い出すことは、野島（1976）がマラソンエンカウンターにおいて、アルコールを飲み始めたメンバーに「我慢ならないほど嫌な気持ちになった」と書かれた文脈を読んだとき、非常に生々しい実感を感じた。また別の時、下田（2020）が「私は号泣した」、と書かれた文脈を読んだ時も、とてもリアルな実感が読み手である筆者に伝わってきた。少なくともこれらの体験は、筆者自身が体験したことではないが、読み手である筆者にとって、読んだ時のリアルな感触、たとえば驚いた体験に意味があるように感

じる。そのような意味においても、引き続き体験の言語化を論文化することは続けていく。

謝辞

集中的な時間を共にしたメンバーの皆様
に感謝の意を表明したい。また本論の企画
運営、執筆にあたり、ご指導を頂いた跡見
学園女子大学心理学部教授の野島一彦先生
に感謝したい。また様々なご示唆を頂いた
幡ヶ谷カウンセリングルームの下田節夫先
生、全日本カウンセリング協議会理事根岸
常美先生、水曜会の皆様感謝申し上げます。

引用文献

- 飯塚銀二・中沢次郎 (1976). カウンセリ
ング 自己の探求と開発, 芸林書房.
- 飯長喜一郎 (1983). ロジャーズの生涯と
思想, /佐治守男・飯長喜一郎編
(1983). ロジャーズ クライアント
中心療法-カウンセリングの核心を学
ぶ-, 有斐閣新書, 2-24.
- Lieberman, A.L., Yalom, I. D. & Miles, I.B.
(1972). *Encounter groups : First
facts*. New York : Basic Books.
- 村久保雅孝 (2015). 私が思い描くエンカ
ウンター・グループの実践と研究のこ
れから, ENCOUNTER出合いの広場
No.262015.11, 人間関係研究会, 67-
70.
- 人間関係研究会 (監修) (2020). エンカウ
ンター・グループの新展開: 自己理解
を深め他者とつながるパーソンセン
タード・アプローチ, 木立の文庫.
- 西野秀一郎 (2018). 継続型ベーシック・

エンカウンター・グループにおける初
めてのファシリテーションの考察—自
身のファシリテーションを振り返って
—, 2018.8.日本心理臨床学会第37回
大会.

- 野島一彦 (1976). マラソン・エンカウ
ンター・グループの過程に関する1事例
研究, 九州大学教育学部紀要 (教育心
理学部門), 20(2), 29-35.
- 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.
- 岡村達也・藤岡新治 (1989). エンカウ
ンター・グループにおける心理的ドロ
ップアウトに際してのファシリテーシ
ョン—問題メンバーとしての独占家との
成功事例を通じて, 専修人文論集,
43, 27-51.
- C.R.Rogers (1961). *Becoming a Person*,
Boston : Houghton Mifflin./諸 富 祥
彦・末武康弘・保坂亨 (2005). ロジ
ヤーズ主要著作集3 ロジャーズが語
る自己実現の道, 岩崎学術出版社.
- 下田節夫 (1997). グループの懐—ある一
年間のエンカウンター・グループ・ス
タッフ体験—, 神奈川大学心理・教育
論集, 16, 18-50.
- 下田節夫 (2016). グループから学んで—
ベイシック・エンカウンター・グル
ープで起きることとスタッフのあり方
について—, 人間性心理学研究, 34, 109
-120.
- 下田節夫 (2020). 「からだは体験している
こと」とそれを「言葉で捉えるこ
と」, エンカウンター・グループの新
展開—自己理解を深め他者とつながる

—パーソンセンタード・アプローチ：
出会いの書 対話とメッセージⅢⅣ，

木立の文庫，71-72.