

新型コロナ禍でのオンラインによる継続型半構成的エンカウンター・グループ —メンバーへの影響とファシリテーター体験の検討—

Online Continuous Semi-structured Encounter Group during COVID-19 —Examining the impact on members and the 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

本論では、実施したオンラインによる継続型半構成的エンカウンター・グループの構造とプロセスを報告し、その効果検証と、ファシリテーター・スタッフ体験を通じた考察を下記のように行った。(1)メンバーへの影響として、新型コロナウイルス禍の人間関係の希薄化には、一定の影響を与え、エンカウンター・グループ自体の参加意欲が高まる可能性が示唆された。一方、メンバーへの「出会いづらさ」という点がオンライン独特の影響を与えている可能性が示唆された。また通信障害による分断とも思えるような状況は、今後の課題と思われる。また半構成的エンカウンター・グループを採用したが、潜在力の高いメンバーの多いGrowth Groupの場合の対応が今後は検討される必要性が考えられた。連続性と言う観点で、オンラインは対面式より、セッションとセッションの間をつなぐ構造が弱いと、深まりや物足りなさを感じる傾向も示唆された。(2)グループ構造面としては、通信障害の課題やセッション数や時間などの改善が求められた。(3)ファシリテーター面は、ファシリテーターとしての表面的な応答ではなく、率直さを表現する必要性が今後の大きな課題であることが明らかになった。(4)4か月後のファシリテーターの振り返りでは、オンラインの「出会いづらさ」も影響してか、書き進めづらさに影響を与えていた可能性が考えられた。一方、ファシリテーター自身が、メンバーや他のスタッフから支えられ、人やグループへの信頼感を高める要因になった経験も、未熟なファシリテーターとしては良い体験的学びであった。

[Key Word] オンライン、半構成的エンカウンター・グループ、ファシリテーター・スタッフ、連続性、潜在力

I はじめに

2019年に発生した新型コロナウイルスの我が国のこれまでの社会的文脈を概観する。朝日新聞メディアプロダクション(2021)によると、2020年1月16日に国内初の感染者が判明(中国・武漢から帰国した神奈川県男性)。2月5日に大型クルーズ船ダイヤモンド・プリンセス号の乗客乗員の内10名から感染が確認。1月後半になると店頭からマスクが消え、2月にはトイレットペーパーが品薄状態に。3月24日にオリンピック延期が決まり、4月7日に緊急事態宣言が東京、神奈川、埼玉、千葉、大阪、兵庫、福岡の7都府県に、16日には対象地域を全国に拡大。当初は1カ月とされていた期間が延期され、5月25日に解除となり、三密を避ける新しい生活様式が推奨された。この時期は多くの学校が休校を余儀なくされた。厚生労働省が12月26日に英国滞在歴のある都内在住の30代男性と、その濃厚接触者の20代女性の計2名が、感染力がより強いとされる変異種に感染したと発表。2021年1月7日、二度目の緊急事態宣言を東京、神奈川、埼玉、千葉の首都圏4都県に出した。期間は1月8日から2月7日。また、「2019年新型コロナウイルス感染症の流行に対する日本の行政の対応(wikipedia)」の記事によるその後の経過も続けて概観する。2回目の緊急事態宣言解除を経て、3月下旬には再び感染者増加がみられ、2月の特措法改正で新設された「まん延防止等重点措置」(産経新聞, 2021a)を4月9日に東京、京都、沖縄の1都1府1県で5月11日まで適応を決定(NHK, 2021a)。しかし変異種を中心とした感染拡大の勢いは止まらず、政府は東

京・大阪、京都、兵庫に通算3度目の特別措置法に基づく緊急事態宣言を4月25日から5月11日までの予定で発令した(産経新聞, 2021b)。一方、3度目の緊急事態宣言によるいわゆる「自粛疲れ」もあり、ゴールデンウィークに入っても一部の観光地や繁華街への人流が抑え込めない状況が見られた(末武, 2021)。また新規感染者増加に伴い、緊急事態宣言が5月31日まで延期となった(NHK, 2021b)。さらに重症者増加傾向が続き、緊急医療体制の逼迫により、5月28日に9都府県の緊急事態宣言を6月20日まで再延長を決定した(JIJI.COM, 2021)。ようやく6月17日に、沖縄県以外の1都1道2府5県の緊急事態宣言の解除を決定し、7月11日までまん延防止等重点措置に切り替えることになった(NHK, 2021c)。ただオリンピック関連の課題や感染力の強いデルタ株の蔓延により、7月12日から8月22日まで4度目の緊急事態宣言が発令される事態となった(朝日新聞デジタル, 2021)。

この社会情勢により、メンタルヘルスの観点で様々なネガティブな事象が起こってきた。中尾ら(2021)は、2020年1月から10月にかけて、精神保健福祉センターや精神科施設へのアンケート調査で2020年4月から5月にかけての相談件数が3倍以上に増加していた。それはちょうど1回目の緊急事態宣言の時期と重なる。相談内容としては、不安、うつ病、モチベーションの喪失、心身症の問題、不眠症、アルコール増加であった。自殺企図・自殺未遂の相談数は少なかったと述べている。

この情勢を鑑み、これまで開催してきたエンカウンター・グループ(Encounter

Group：以下EG)の開催が軒並み中止に追い込まれ、臨床心理士を志す大学院生らも院生同士が対面で関わり合うことも極めて困難な状況にあった。

高松(2020a, 2020b)は、EGは時代に合わせて変化していき、参加するメンバーの個性や職業、Fac.の特徴、研究会自体の変化が、社会的な文脈の変化に伴い、影響を受けているということを語っている。

この社会的文脈に影響を受けながら、その中でもEGのエッセンスを損なうことなく提供できるグループの企画運営が望まれていると思い、企画した。またいわゆる合宿形式で良く採用されるベーシック・エンカウンター・グループを筆者は初期は希望したが、参加メンバーが自室や自宅で行うグループにおいてはやや高い自己開示をすることやグループの中で心理的損傷を受けるような体験をした場合、対応しづらいことを鑑み、より安心安全感を感じやすいであろう、構造度の高い半構成的EG(semi-Structured Encounter Group：以下semiEGと略記)(森園・野島, 2006)を採用した。

本論の目的は、実施したsemiEGの構造とプロセスを報告し、第1にオンラインによるsemiEGの効果検証と、第2にファシリテーター(Facilitator：以下Fac.)・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、本論において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 グループの構造

(1) グループの構造づくりとFac.・スタッフ

1) あらすじ：筆者であるX(若手Fac.：男性)が現在の社会的文脈を鑑み、ベテランスーパーバイザーのZ(ベテランFac.：男性)に企画運営を相談。Zは快く相談に耳を傾けてくれ勇気づけてくれた。Fac.Y(中堅Fac.：女性)を紹介してくれた。Yも快く引き受けてくれて力がわいた。筆者Xがグループの構造として、日程・スケジュール案、定員・対象、方法(semiEGを採用)、参加費、セッション数・時間・回数・テーマ・テーマ順序を考案し、後日Fac.Yと共に検討した。加筆修正がなされた後、スーパーバイザーZと共に3名で再検討・共有を行い、グループ構造が出来上がった。X、Y、Zでグループを運営し、グループ期間中はXとYが進行を務めた。いずれの検討の際もメールやZoomを用いてリモートで行った。

2) semiEG構造：

- ① セッション1のテーマ「EG参加への期待と不安」。方法は、1人(5分の自己開示+2分の質問タイム)×メンバー数(Fac.も含む)の所要時間で進む。残り時間はベーシック・エンカウンター・グループのような「今ここ」の感じを大事にしながらか、話し合いを重ねることで進む。
- ② セッション2のテーマ「私の進路を巡る過去・現在・未来」。方法は、セッション1と同じ。
- ③ セッション3のテーマ「友人・異性・仲間」。方法は、セッション1と同じ。
- ④ セッション4のテーマ「フリートー

ク」。方法は、テーマは各人が選び、1人（5分の自己開示+2分の質問タイム）×メンバー数（Fac.も含む）の所要時間で進む。残りの時間は、セッション1と同じ。

⑤ セッション5のテーマ「家族」。方法は、セッション1と同じ。

⑥ セッション6のテーマ「言葉の花束」。方法は、例えばある α というメンバーに対して、一言肯定的なメッセージを伝え、次の人を指名して全員言い終わった後、 α が β を指名し、また β を巡り全員が順次肯定的な声かけを一言伝えていき進む。また最後に、順次、本グループに対する感想を言葉にしてもらい、クロージングに移る。

(2) 位置づけ

名称：新型コロナ禍でもグループワークに関心のある方のためのオンラインによるsemiEG。

(3) メンバーと参加動機、参加意欲度、期待度（参加意欲度、期待度は7件法）

Aさん（若手：女性）参加動機「EGに参加したことがなく、率直に参加してみたいと思っていたからです。また最近、自分の本音を話しているようで話せていないような感覚があり、この場をお借りして、自分と向き合ってみたいと思っています。そして他の参加者の方のお話を聞いたり、話し合う中で、自分なりの新しい気づきを得て、終了後はスッキリとした気持ちでまた次の日からがんばっていこうと思えたら良いなと思います」。参加意欲度6、期待度6。Bさん（若手：女性）参加動機「自分の感覚にブレを感じるようになったため、何か分かるというなと思い参加しようと思

いました。Zoomでのグループは初めてのため、話したいことを話せるか少し心配です」。参加意欲度5、期待度5。Cさん（若手：女性）参加動機「EGに興味があり調べていたのですが、参加費や移動の負担が大きいものが多いなか、こちらはオンラインで気軽に参加できる場所がいいなと思い申し込みました。EG自体が初参加なのでどんな体験ができるのか楽しみな気持ちでいます」参加意欲度6、期待度5。Dさん（ベテラン：男性）参加動機「グループの前に、仕事を立て込んでいてちょっと落ち着かない気分です」参加意欲度5、期待度5。Eさん（中堅：男性）参加動機「グループでの交流を楽しみにしていますが、日々の疲れもたまっているようです。リラックスして参加できるというなと思います」参加意欲度6、期待度6。A、Cさんはグループ初参加。B、D、Eさんは何らかのグループ経験者。Dは普段はXに対して指導的な立場の方。

(4) 日程とスケジュール

日程：2021年（令和3年）8月の連続する2日間

スケジュール：1日目、オリエンテーションを9：30から。第1セッション（10：00～11：30）、第2セッション（13：00～14：30）、第3セッション（15：00～16：30）、第4セッション（17：00～18：30）。2日目は第5セッション（9：00～10：30）、第6セッション（11：00～12：30）。

(5) アンケート

アンケートは、野島（1982）の参加者カード（付録2）、セッションの感想（付録3）を用いた。Googleフォームを用

い、Fac、メンバーにはオンラインで記述してもらった。

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(meeting：以下MTG)をX、Y、Zでリモートで行った。オリエンテーションの構造、スケジュール、グループにおける約束、セッションごとのテーマ、セッションごとの手続きを細かに決めた。

一日目

グループ開始前

グループ開始前の前夜メンバーEが職場で新型コロナウイルス感染拡大のためPCR検査を実施することになる可能性があり、セッション途中で一時離脱して、再復帰しても良いか、という連絡があった。日をまたぎ、当日の朝XとYは短い時間であったが緊急に打つ合わせを行い、検討の結果、「枠組みとして、安全感を大事にするため、グループから離脱するのであれば、参加を見送られることを提案する」という内容で打ち合わせた。Eに確認すると、「11時30分に職場に向かい、13時の第2セッションまでには戻ってこれそうだ」ということで、大きな影響なく進められることが確認された。

オリエンテーション

X、Yがそれぞれ挨拶をして、スケジュール確認、グループを巡る確認(セッション中の約束など)、セッションごとのテーマ、留意して頂きたいこと、アンケートについて、緊急連絡先などを伝えて、質疑応答を受ける。

(1) セッション1：テーマ「EGをめぐる期待と不安」

1) セッション1の流れ：Xから「グループの目的・方法・基本的参加態度」を伝え、セッション1のテーマ「EG参加への期待と不安」を語る。最初Xが「グループの相互交流への期待と通信障害への懸念」を話す。印象的だったのは、Dが「今朝から鼻水、頭がぼっと」、A「手に汗」「すっきりしないような体験がある。本音をめぐって」。E「どんなグループになるか楽しみ。でも誰でもいいわけでもなく、どんな聞き方でもいいわけでもなく、わかってくれるというのが大切」。C「上手く話せるかな。緊張」「日頃なんだろうなあと思っていることを整理して深められたら」。B「大事にしたいことなんだろう、分からなくなってきた」。Y「グループに対して」「思い出のグループ」を話し、BEG的な場になる。DがCに、XがAに「緊張」をめぐって、水を向ける。

2) Facの感想とスタッフMTG：ほぼ満遍なく、メンバーが各自自己開示していたと思われる。Dの体調が心配。MTGとしては、Bのパソコンの「びーっ」という音が気になる。対応としては、Bの発言の際に受け手はミュートにするのはどうか。Dの体調を含め、セッション中は横になってもいいことを伝える。Yの家庭の事情で、やや席を離れることを事前に伝えられる。

(2) セッション2：テーマ「私の進路を巡る過去・現在・未来」

1) セッション2の流れ：Y「何をしたいのかにふれる体験」「師からの言葉」。C「高校の頃の話」。A「カウンセラーに向い

ているかということをめぐる」「大学の頃の話」「180度見方が変わる出会いがあった」「今は燃え尽き感」。B「心理学だけでいいのか?という疑問」「人間って何だろう」。4名話した時点で、残り時間が短くなったため、次のセッションで残りの4名が話し、続けてセッション3のテーマに移ることを提案し、総意を得た。

2) Fac.の感想とスタッフMTG:メンバーの話にXが必ず感想や質問を伝えた後、他のメンバーが話すという構造。Dが各人に対して、理解が進むような言葉がけをしながら進んでいる。A、Cが緊張していた1セッション目に比べて、少しだけ安心して話しているかもしれないという感触を持つ。Cの深い自己開示を巡り、質問や感想が色々あり、時間的にもオーバーしており心配になりつつ進んでいた。グループの構造上、どうしても語る時間には区切りがあり、「時間が足りない」と感じるのは当然の感覚だと感じた。それをどう抱え、どう促していけるか、関心が寄った。MTGとしては、Xのタイムキーピングがずれてきている「やや枠を緩めがち」。5分語り、2分質問を受ける予定にしていたが、Yから「2分もタイマーで測るのはどうか?」と提案され、Xも検討した結果、「メンバーの動きを大事にしたい」という気持ちから、2分は測らずに進むことをXが決める。また、Yから「第4セッションで話しきれなかったことはそこで話してもらってもいい」ということを伝えるのは良いかもしれないとYから提案をもらう。

(3) セッション3:テーマ「(セッション2の残り3名) + 友人・仲間・異性」

1) セッション3の流れ:D「学生時代

のBEGでの憤り」「それでもなおグループを続けている」「Fac.に対して父を投影?」。E「上から教えるというのが苦手」「ある大事なグループ参加について」「今はEGチックな関わりがある」。X「祖父の事」「男について」「原家族の女性たち、現家族の女性たち」。

『友人・仲間・異性』のテーマが始まる。Yから「親友」「夫」。B「過去の友人の傾向と今の傾向。」「男女は分かり合えない?」。E「(仲間) おいていかれる体験」「それをめぐる家族との関係→大事にされなかった」。D「民間カウンセラー学習会・職場の仲間を巡り」「中高の同窓会を巡り」。また3名(A、C、X)を残して、時間が迫る。前回と同様に次回も3名話してから、次のテーマに進むことを提案し、総意を得た。

2) Fac.の感想とスタッフMTG:XがBの語りに対して、大事なところは抑えられず、Bが丁寧に話してくれて一定の理解を得る。「異性」をめぐる内容だったため、他のメンバーへの影響として安全感が損なわれたかもしれない。MTGとしては、Dの体調の心配。Bの「ピー」と言うPC音が継続している。

(4) セッション4:テーマ(セッション3の残り3名) + フリーテーマセッション」

1) セッション4の流れ:Xから「親友」「小5の時の先輩:男子グループ苦手」「妻・原家族」「勉強会・学会・今関わる人」。C「女子グループを巡り」「自分を巡り」。A「親友」「学生時代の仲間」「大学中退後の暮らし」。時間が押していたこともあり、5分フリーテーマで話して、最

後にまとめて質問や感想をもらうという流れを提案し、了解を得る。Xから「私のキーワード：まじめ・やさしさ・しつこい」。E「大事にされないことを巡って」「このグループのいいところ悪いところ」。B「結婚を勧める先輩」「周りに影響を与えられて、又不自由になるのは嫌だ」C「率直な表現ができている今の近い関係者を巡り」「勉強を巡って」。D「(Aが結構前のセッションで言っていた)カウンセラーに向いている人って、どんな人か言える?Cはどう思う?」。それぞれが応える。A「自分の嫌な部分を見ること、他の人の複雑な事情を聴くこと、逃げ出したくなる」。Y「私のカウンセラーをめぐるって思うこと」。最後5分ほどしかフリーで話せなかった。

2) Fac.の感想とスタッフMTG：タイムキーピングがかなりずれている。フリートークの時間が5分しか残らなかったことはやや不全感につながったと思われる。自由に話したいメンバーのもともとの力と、構造で抑えることの難しさ、Fac.としての構造の緩めが相互に影響していたように感じる。不幸中の幸いは一応、18:30予定通りに終わられたのは良かった。Dが各人の自己開示を深めようと努めていることが、グループの深まりに影響を与えていると感じる。MTGとしては、Dの体調の心配が共有された。MTGとは別に、第4セッション後、Zoomを完全に閉じると、Aが再度入室してきた。Xが対応すると、「すぐにみんな出ていったから、あれ、戻った方がいいかなあと思って」と言う話があり、XがAと少し話をして、終了した。

二日目

(5) セッション5：テーマ「家族」

1) セッション5の流れ：X「原家族」「現在の家族」、A「近親者への複雑な気持ち」、C「家族がつながる複雑なバランスを巡り」、Y「言いたいことがあったが」「原家族・現在の家族」、Dから「Yの言いたいことって?」から、Y「Fac.Xのファシリテートに関して。メンバーの語りに対して毎回コメントを残さなくてもいいのではないか」。それに対して、X「肩の力が抜けて助かった」と伝える。D「父、母を巡り、その時の心境、今思うことや夢に出てくること」。2人を残し、セッション時間が無くなり、次のセッションに持ち越し。Eの通信障害が何度か見られた。

2) Fac.の感想とスタッフMTG：XがYの言葉で不自由感が取れ、グループにも良い影響を与えたように感じる。Yの率直な言葉はメンバーの安心感につながったように感じる。DがCの率直な自己開示に触発されたように、深い自己開示をしたように感じられ、最後のセッションでも感謝を述べていたことにつながるように感じる。MTGでは、Xのファシリテートに関して、グループの不自由感が増す可能性があったため、切り替えた(切り替えられた)のは良かった。Eの通信障害でずいぶんE自身が疲弊している可能性が考えられた。

(6) セッション6：テーマ「(セッション5の残り2名)十言葉の花束」

1) セッション6の流れ：E「大事にされなかった過去」「実家での自分らしさと現在の家族での自分らしさの違い」が語られた。ただ通信障害により、Eが話すタイミングで音が途切れたり、画面が固まるこ

とがあった。何度か試し、途中からEとXが電話でつながり、電話をスピーカーに切り替えて音声だけのやり取りになった場面が複数回見られた。B「家族に巻き込まれ、小さな子供でいづらかった過去」。Bの自己開示はかなり深く、メンバーからの肯定的なフィードバックにBが涙する場面があり、長い間やりとりがあった。Xから第6セッションの言葉の花束は、1人に対して一言伝え、感想は最後にグループを巡る感想も含めて語ってもらって終了することを提案。メンバーも了承し、進む。

Dに対して、X「グループのお父さんの存在。以前よりも好きになった」、A「ちゃんと話を聞いてくれた」C「自分の話を深められるような質問をしてくれた」「このグループは、XとYとDがFac.のようだった」E「理解しようとする姿勢が勉強になった」、Y「理解の仕方がそうだなあと感じた」。B「理解を示してくれた」。

Cに対して、A「最初は十分話せるか心配だったが、良い影響のし合いができた」、X「今徐々に力が発揮され始めてきているのではないか」、D「自分の家族の話をしてくれて、自分も話そうと思えた」、Y「よく話してくれた」、E「よくそこまで言葉にされたと思う」。

Eに関して、Y「くしくも過去の『おいていかれる』ということが、通信障害によりここでも起こっていたように感じる。それでもなお最後までつながってくれていた」、A「カウンセラーに向いているという話を巡り、『本気でやっている』というのは印象的だった」、X「やさしさのモデルがいるのではないか」、D「Eの『カウンセラーに向いている』という話の「本気」

印象的でした」。Bの発言途中で通信障害になった。

Bに対して、「どこでもあなたならできる」というようなメンバーからの勇気づけ、肯定的な発言があった。X「もう一人で頑張らなくてもいいところを知ってきているのではないか」。

Yに対して、B「このグループの土台だった」、E「Yはいろんな色がある」、X「華がある」、D「印象はひまわり、Yというカウンセラーがいることはホッとする」、A「理想」。

Aに対して、X「Aの熱心さから私も語りやすかった。今少しずつ給水ポイントが見つかり始めているのではないか」。

時間が押したため、Xに対する感想と、グループに対する感想をまとめてお話ししてもらいたい、という提案をし、総意を得た。

Xに対して、A「Xという感じがずっとあった」「どれだけ話せるかわからなかったが、良く話せた」、D「グループをまたやってみたくなった」、E「Xの企画力に感謝」「もっと話したかった」、B「普段見えないAが見えた」、C「安定感があり、最初からずっと温かいものを感じていた」、Y「Xの可愛いところが見えた」。

最後にXからやや早口で、4つの事、「グループは意識出来ているよりもずっと疲れている可能性が高い、注意してほしい」「守秘義務の点はもう一度意識してほしい」「事後アンケートのご協力要請」「Xの論文化の説明と承諾」で終了となった。

2) Fac.の感想とスタッフMTG:

全メンバーが30分の時間超過の中で、話しきれたのは良かったが、超過は枠を外れ

すぎている。また、クローゼットがやや2分ほどで駆け足になったことは、急降下すぎて、メンバーの安心感を損なうものだったと感じる。MTGでは、時間を超過したこと、Eの通信障害はかなり疲弊したであろうことを共有した。

3) 参加後の満足度 (7件法) :

A: 6。B: 5。C: 7。D: 6。E: 6。

IV 考察

(1) メンバーへの影響

1) 一定のEGエッセンスが体験され、人間関係の希薄化にカンフル的な影響を与える可能性

今回のグループは、新型コロナウイルスによる社会的文脈からなんらかの効果的な影響を鑑み試みた取り組みであった。その上で、アンケートの中からAが「日常生活でここまでフラットに人に肯定的な言葉がけをする機会はない」「本音で話せているような、話せていない感覚をもっていたが、話しを受け止めてもらえていないのではないか」という感覚がそう思わせていたかもしれない」と語られるなど、メンバーとの相互交流から自信を深め、新たな気付きを得られたのではないかと思えるエピソードは、グループの効果だったのではないかと思われる。参加前の参加意欲度、期待度と、参加後の満足度も大きな低下は見られず、一定の影響はあったものと思われる。

2) 従来型EGへの参加動機が高まる可能性

今回のグループにおいて、セッション中にDが「グループをまたやってみたくなくなった」と語られたり、セッション後のアンケート調査でCが「参加後は半構造だけで

なくベーシックなグループも体験してみたい」と書かれていたことは、従来型の宿泊を伴うようなEGへの参加動機を高めることにつながったかもしれない。

3) 出会っている感じづらさについて

アンケートからA「話す以外に情報が伝わりづらい」、D「発言者以外、視覚表現からしか伝わらない」と語られるように、言語表現に否応なく引張られることが考えられる。またBが何度かアンケートに書いている「入りづらかった」という表現や、Y「同じ姿勢で疲れた」と語られることも、限定的な視覚情報を処理したり、フォーカスする箇所が限定されていることは対面とは大きな「不自然」として感じられたかもしれない。また、筆者が感じたのは、単純応答を聴き手はしているつもりになっていても、それが語り手メンバーにどれくらい伝わっていて、どれくらい伝わっていないのか判断がしづらく、これは他のメンバーにも言えるのではないかと思われた。もしかすると、この単純応答のような小さな肯定的な受容感や話を聞く人の姿勢・視線などが受け取りづらく、「拒否されているのではないか、グループに受け止められていないのではないか」と言うような捉え方にもつながりかねないと考えられた。これが本来の対面式とは違う「出会っている感じづらさ」の考察の所以である。

4) 分断と呼べるような体験が起こる可能性

Eの通信障害において、メンバー全名が様々な思いを持ったように感じる。Bはアンケートにおいて「Eの通信障害の際、宿泊型のグループのように皆が一体感を持っていた」というような記載がある。筆者自

身もその場はEに対する「おもいやり」のような感触が感じられていた。一方、Eにとっては大変居心地の悪かったことは想像に難くない。アンケートにおいても、E「関わっても切断される怖さを感じ、十分に関わり切れず、もどかしさを感じた」と振り返られているが、まさにその通りだと思ふ。このような状況でも、第6セッションの「言葉の花束」を受け、E「このタイミングでのポジティブフィードバックはとてもいい雰囲気だった。皆が受容的になり、一体感や仲間である感覚ができたように感じました」というようなコメントを残してくれたことは救いに思ふ。一方、今後同じような通信障害が起こる場合、スタッフとして、分断を感じることなく安心してグループ参加を提供できる自信が今のところない。

5) semiEGとの相性

今回は試行的な取り組みとしてのグループであったため、比較対象がなく、十分語り切れない。一方、次の事は言えるのではないかと考えている。つまり、保坂(1983)はグループの持つ潜在力と言う観点で、2つのグループを示唆している。1つ目はメンバー各自がそれぞれ自分の悩んでいる問題を抱えて参加する、いわゆるTherapy Group。それとは別に、潜在力が高いグループで、メンバーが自分の悩みと言うより、自己をより成長させる場として望んでくるGrowth Groupがある、と述べている。もちろん、この2つの観点は「連続線上でつながるものであり、どこで線を引けるというものではない(保坂, 1983)」と断っているが、今回参加したメンバーは全員、対人援助職あるいは、その大学院生の

グループであった。募集段階でも、大学の相談機関や対人援助職施設関連に案内を出しているため、概ね対人援助職が参加する可能性の高い構造となっており、もしかすると、メンバーの潜在力の大きさ(すなわちGrowth Groupの比率が高い可能性)が、構造度の高いsemiEGでは物足りなさを感じたかもしれない。もちろん、オンラインの影響や、Fac.Xの臨床的未熟さが影響したかもしれないことは十分あり得るが、この保坂(1983)の観点も1考察として記述したい。

6) 連続性という点

本執筆にあたり、以前の体験的ワーク、グループ体験の報告と考察論文(西野ら, 2016a, 2019)(西野, 2016b, 2018, 2020)に比べて、執筆が大変進み辛かった。このことについて少し触れてみる。1つに、体験の記憶がたどりづらいことにあるように思ふ。というのも対面式のグループの場合、話し手の言葉やこちらが話しかける際、視覚的な情報を頼りに思い出されることが多い。椅子の色、話し手の服装の具合、天候(日差しの入り具合)、相手との距離感など、さまざまな記憶の要素などである。しかし、オンラインだと、あくまでも同じ画面上に映る刺激に頼らざるを得ない。そこには、上記に示した記憶の要素としての“とっかかり”が少なくたどり切れないことが、執筆を進まなくさせている要因なのではないかと考えた。2つ目は、Aさんが1日目の終わりに、再度入室された。その後Aさんも述懐されるが「セッションが終わるとすぐに終わる」「誰か残っている人はいないか」というようなセッションとセッションの間の分断、連続性の少

なさが影響しているのではないかと思われた。対面式だと、セッションが終わると立ち上がり部屋を出る際や廊下、フリースペースや食事をとる際など、セッション外の触れ合いが、少なからずセッションとセッションの間の連続性をつなぎとめているように感じる。しかし、オンラインだとこの連続性が損なわれやすいのではないか、そのことがなんらかの深まりや物足りなさにも影響を及ぼしているとする、今後の改善点として、検討していかねばならないと感じる。

(2) グループ構造

1) 通信障害をどう対応するか

① 現状：遠方、天候、機材の状況で通信障害が起こっているように思われる。ここで、ズームで通信障害が起こる可能性を列記する。

- Zoomに問題がある場合：Zoomアプリがアップデートされておらず、古いアプリを使用している場合に通信障害が起こる可能性があるらしい。
- 接続端末に問題がある場合：パソコンやケータイのスペックが低いと上手く、大容量のデータを送受信できない可能性があるらしい。
- インターネット環境に問題がある場合：インターネット回線のスペックが低いと大容量のデータの送受信に時間がかかる可能性がある。また、無線LANなどよりも有線の方が安定する可能性。

② 対策

- Zoomに問題がある場合：事前にアプリをアップデートしてもらう。そのため、「グループの詳細」などに事

前記載があった方が良かった。

- 接続端末に問題がある場合：端末自体の問題は予算的にも改善しづらいため、少なくとも2番手位までの通信機材を予め用意しておいてもらうアナウンスは必要だった。施設相談室の立場から下田(2021)も機器の問題について、通信が途絶えてしまった時には携帯電話で連絡を取り合って対処してきたとある。また、事前に通信テストなどを行い、どちらも大丈夫だという確認する等の対応も必要だったかもしれない。
- インターネット環境に問題がある場合：無線LANを使用している場合は、有線ケーブルの購入は比較的安価で対応できるため、アナウンスしても良かったかもしれない。※今回は有線無線の有無は確認できていなかった。また、検索エンジンで「インターネットスピードテスト」と検索すると、自分の回線がどれくらいのものなのか確かめられるため、事前確認に使用してもらっても良かったかもしれない。

2) セッション数・セッション時間・グループ日数をどう考えるか

区別して検討すると整理がつかないためまとめて検討するが、結果としては、今回の方法はある程度妥当だったのではないかと感じる。理由は、総じて事後アンケートにおいても、一定の「元気が出た」「対面のグループに参加したい」など肯定的な側面が聞こえてきたことから推察される。ただ、セッション中の構造化は再検討が必要だと感じる。今回、メンバーが5分自己開示して2分ほど質疑を受け、次の語り手

に移るはずが、質疑応答がかなり伸びた。これはsemiEGの構造やFac.のタイムマネジメントの弱さと、メンバーの理解したい気持ちが拮抗し合っていた可能性が考えられ、改善が必要に感じた。対策としては、全てのメンバーに一度自己開示してもらってから、その後に「質疑」や「傾聴」「理解」という場の分かりやすい区切りをするといいかもしいと思われた。

(3) Fac.面

1) セッション中

- ① やはり真似ではなく汗をかくことが率直で素直なFac.としてのありようだったと感じる。メンバーの発言に必ずコメントをすることなどを取って考えると、Fac.の内側から出てくるのであればよかったが、表面的なところで応答していた可能性はぬぐえない。この表面的な応答(具体的には、セッション2のC、Bの語りの後に「印象」を伝えているが、それもその時にはXとしては必要な応答だったのかもしれないが、より具体的にCやBの理解が促進されるようなありかたは、CやBの語っている中で明らかにならないところに焦点を当てていた方が双方の深まりに意味があったように思う。具体的には、Cでは「人と比べざるを得ないほど、自分を必要以上に悪くとらえている、その意味は何か」とか、Bでは「いつ頃からそれほどまでに自分に自信が付き始めたのか」などの関心の方が良かったかもしれない。
- ② 上記の事を踏まえ、グループでのFac.の2人体制はとても有効だったように思う。別の場面では、通信障害が起こったメンバーに対して、XとYとで役割を分

け、Yが通信障害が起こっているメンバーにかかわるという対応ができた点も良かった。また、Xの不自由感がメンバーの不自由感につながっているようなあり様に、Yからの言葉はXにとっても、メンバーにとっても有効に働いた点も良かった。

2) セッション外

メンバーの離脱をどう考えるか。グループ前日の深夜、Eから「PCR検査のため一時グループを出たい」という申し出があった。「どの位の時間出るのか、どこまでは可能なのか」明らかになっておらず、当日Yと相談し、たとえ数分であっても私用でグループ外に出ることは「離脱」と捉え、グループ参加の遠慮を願う旨、伝えるということで共有した。Xからグループ当日、入電し、具体的に「どのくらいかかるのか」を確かめると、休憩時間で十分間に合うことが確かめられて、無事グループに参加することができた。反省点としては、予め、具体的にどのような状況なのか確認することは必要であり、もしスタッフで共有した「離脱」であれば、参加の遠慮を願うことも、グループの枠を守り、メンバーの安心安全を大事にするためには、やはり適切な共有だったように感じる。

(4) 4か月経過後、Fac.の振り返り

1) なぜsemiEGを選択したか

以前私が参加していたグループで、あるメンバーの動きが気になり、それは私を大変驚かせ、心配を高まらせた。同じスタッフを担っていた方に色々とサポートしてもらい、無事グループを行うことができたが、私一人だけでどのように向き合えたか、今もなお定まっていない。そのような

事情を抱えながら、私が企画するグループの中で、まずは私自身が安心感安全感を感じながら進められるグループは何かと考えたところ、semiEGであればなんとか進んでいけるのではないかとというのが選択理由であった。

2) 私は“ひと”“グループ”を信頼していたのか

上記のような選択理由であったため、今回のように潜在力の高いメンバーのグループであった可能性が高い場合、未熟なFac.が構造でなんとか安定感を持たせようとしてもやや無理があり、結果的にメンバーは自由に動き、その人の実現傾向を発揮させようとするのは当然なのではないか。それが、結果的に未熟なFac.であれば、時間オーバーをするのは当然かもしれないとは思っている。筆者自身の課題としては、グループの方向性をやや決めすぎ、やや影響力を示そうする傾向があり、これが返って、筆者自身の不自由感をもたらしめているのではないか。もっと、“ひと”あるいは“グループ”を信頼し、共にその場を生きようとすることに身を任せても良いのではないかと思われた。まさにセッション5でDやYが「Xがメンバーの語りに対して毎回コメントを残さなくてもいいのではないか」と水を向けてくれたことも、その象徴である気がする。その時は、「あ、少し楽になる」という気持ちと「やや責められたかな」という気持ちであったが、今4か月してみて、「Xさん、そこにいつまでもいなくていいよ。こっちにおいで」と言ってもらえているようだったのでないかと、今感じるようになった。これは“ひと”や“グループ”を信頼してもいい、身を任せ

てもいい、そういう理解につながる良い体験だった。

3) 次回のグループ企画を未だ迷っている

上記のように書いてみたが、次回のグループの企画を迷っている。オンラインによるグループの良さ、短所を概観してみても、未だ迷いがある。一番の理由はやはり通信障害だ。分断を起こしている社会文脈を鑑みグループを企画したものの、結果的な分断を起こしていた可能性をほらみながら進んでいる点が、私が望む安心安全のグループとはかけ離れているのではないかと言う心配だ。一方、メンバーほぼ全員が「グループに参加してよかった」と語られることを振り返ると、一定の意味を持っていることも考えられる。筆者としては早く合宿形式のグループをやりたい気持ちであるが、昨今の現状を考えるとやや現実的ではない。オンラインのグループで本グループの改善点をよく検討し、提案していくことになるかもしれないとは思っている。

謝辞

集中的な時間を共にしたメンバーの皆様へ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の野島一彦先生、文教大学の三浦文子先生に感謝したい。ありがとうございました。

引用文献

高松 里 (2021a). 時代とエンカウンター・グループ、そして変わらぬもの、人間関係研究会編、EGの新展開—出合いの書 対峙とメッセージ—, (pp.10-17), 木立の文庫.

- 高松 里 (2021b). 時代の変化とエンカウンター・グループ、そして変わらぬもの—一人間関係研究会第二世代として—, 人間性心理学研究, 38(1), 7-13.
- Tomohiro Nakao, Keitaro Murayama, Sho Takahashi, Mami Kayama, Daisuke Nishi, Toru Horinouchi, Nozomu Oya, and Hironori Kuga (2021). Mental Health Difficulties and Countermeasures during the Coronavirus Disease Pandemic in Japan : A Nationwide Questionnaire Survey of Mental Health and Psychiatric Institutions, (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8306033/>), doi: 10.3390/ijerph18147318
- 保坂 亨 (1983). エンカウンター・グループにおけるFac.の問題について, 心理臨床学研究, 1 (1), 30-40.
- 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.
- 西野秀一郎・市川美咲・上村佳代・関知重美・山口豊一・野島一彦 (2016a). 構成的グループ・エンカウンターの「ファシリテーター体験」の報告と考察, 跡見学園女子大学付属心理教育相談所紀要, 13, 145-159.
- 西野秀一郎 (2016b). 大学院授業における『積極的傾聴』の実習体験報告と考察, 跡見学園女子大学文学部臨床心理学紀要, 5, 77-83.
- 西野秀一郎 (2018). 臨床心理初学者の9回目のベーシック・エンカウンター・グループ体験の報告と考察, 跡見学園女子大学文学部学科紀要, 6, 97-109.
- 西野秀一郎・高橋由梨・渥美孝子・古屋千瑞子・畑 久美子・師岡美里・野島一彦 (2019). 自己生成プロセスワーク体験の報告と考察, 跡見学園女子大学附属心理教育相談所紀要, 15, 57-70.
- 西野秀一郎 (2020). 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, 跡見学園女子大学附属心理教育相談所紀要, 17, 47-55.
- 野島一彦 (1982). エンカウンター・グループ構成論, 福岡大学人文論叢, 14 (1), 1-32
- 下田節夫 (2021). 私設相談室の立場から, 人間性心理学研究, 38(2), 229-235.

参考文献

- 朝日新聞メディアプロダクション (白井政行、佐久間盛大、神田仁志、原有希) (2021/1/15). 新型コロナウイルス感染 日本の1年, <https://www.asahi.com/special/corona/japan-yearly/>, 閲覧日2021/12/4.
- 朝日新聞デジタル (2021/7/20). 首相「これから良くなる」 五輪ありきの楽観 予測総崩れ, <https://www.asahi.com/articles/ASP7M4R4LP7GUTFK01L.html>, 閲覧日2021/12/4.
- JJI.COM (2021/5/28). 9都道府県の緊急事態延長 6月20日まで一菅首相、五輪開催に決意, <https://www.jji.com/jc/article?k=2021052800756>, 閲覧日2021/12/4.
- NHK (2021a/4/9). まん延防止等重点措

置 東京 京都 沖縄に12日から適用決定 政府, <https://www3.nhk.or.jp/news/html/20210409/k10012965951000.html>, 閲覧日2021/12/4.

NHK (2021b/5/7). 緊急事態宣言31日まで延長 愛知 福岡を追加 分科会です承, <https://www3.nhk.or.jp/news/html/20210507/k10013016861000.html>, 閲覧日2021/12/4.

NHK (2021c/6/17). 「宣言」7都道府県 “まん延防止” 移行決定 沖縄は「宣言」延長, <https://www3.nhk.or.jp/news/html/20210617/k10013090031000.html>, 閲覧日2021/12/4.

産経新聞 (2021a/3/31). 大阪へのまん延防止等重点措置 1日にも決定, <https://www.sankei.com/article/20210331-VTZQNX5LJRPP3MYWYNRF7YSE54/>, 閲覧日2021/12/4.

産経新聞 (2021b/4/22). 酒類提供の店に休業要請へ 緊急事態宣言は25日から5月11日まで, <https://www.sankei.com/article/20210422-QVYRN5EQ2VJJGSJYHNINKIMAY/>, 閲覧日2021/12/4.

末廣 徹 (2021/5/2). 「人流」分析で明らか「自粛疲れ」「規制効果なし」「感染の波」「政府の政策」「人流」の連動性を分析, <https://toyokeizai.net/articles/-/426061>, 東洋経済ONLINE, 閲覧日2021/12/4.

Wikipedia. 2019年新型コロナウイルス感染症の流行に対する日本の行政の対応, <https://ja.wikipedia.org/wiki/2019年新型コロナウイルス感染症の流行に対する日本の行政の対応#緊急事態宣言・まん延防止等重点措置>, 閲覧日2021/12/4.