

# 単発・研修型による構成的グループ・エンカウターのプロセスに関する研究 —感情的変化と心理的成長感をもとに—<sup>1</sup>

水野 邦夫

## 問題

構成的グループ・エンカウター(以後、SGEと略記)はグループ・アプローチの一技法であるが、心理教育などの目的で、さまざまな教育機関において最も広く導入されているもののひとつであるといえよう(詳細は國分(1992, 2000)などを参照されたい)。

SGEが仲間づくりや個人の心理的成長に有効であることは多くの研究で示されている(研究論文や学会発表に関しては、國分・片野(2001)に詳しく掲載されている。また、水野(2013)や水野(2015b)には、近年の研究のいくつかがレビューされている)。しかし、これらの多くはいわゆる「効果研究」であり、グループ・アプローチにとって重要な側面である「プロセス」については、実証的な研究の蓄積が不十分であるとの指摘(武蔵・河村, 2003; 野島, 2000)が、かなり前からなされている。しかし、近年になって、SGEにおけるプロセス研究も、少しずつではあるが、進んできているようである。そのいくつかをレビューすると、まず、いわゆる「合宿型(もしくはそれに類するもの)」によるSGEでは、片野(2007)や水野(2010a)、水野・田積・興津(2012)は、初期の段階でメンバーどうしの信頼関係が構築されることを報告している。また水野(2010a)は、セッションの途中で緊張する場面があっても、メンバーがそれを引きずることがないこと、水野ら(2012)は、心理的安全感が確保されたまま、ポジティブな気分の中でグループが終息していくことなども併せて報告している。

一方、教育機関などでの授業時間等を利用した形態(「単発型」「継続型」「研修型」)のSGEをみると、水野(2010b)は単発・研修型のSGEにおいて、セッションの進行に伴って緊張・興奮や不安感が低下していくことを見出し、他者とのコミュニケーションを通じて、相手の考えや感情などが明らかになり、これらの感情が和らいだ可能性があると述べている。また櫻井(2013)も単発型のSGEにおいて、エクササイズを実施することで、緊張、抑うつ、怒り、混乱、疲労の感情が低下する一方で、活気が向上することを見出し、エクササイズが参加者に躍動感や活力をもたらしていることを指摘している。しかし、水野(2014b)は継続・研修型のSGEにおいて、心理的安全感が確保された中で進行していくものの、いわゆる「マンネリ化」が生じることや、エクササイズの内容によって、特定の感情に大きな変化がみられることなどを報告している。また、水野(2015b)は、計量テキスト分析を用いて単発・研修型SGEの参加者の感想文(自由記述データ)を分析し、参加者がSGEでの営みに

ついて、ポジティブ・ネガティブの両側面をアンビバレントに捉えながらも、段階的に深い気づきへと進展していくことを見出している。そのほか、塩谷(2012)は、ラボラトリー方式の体験学習(津村(1994)などを参照)のモデルに基づき、授業時間を利用して行われる構成的なグループ・アプローチ(SGEもこれに含まれる)のグループ・プロセス発展段階として、「体験段階」、「ふりかえり段階」、「わかちあい段階」、「概念化段階」、「日常への発展段階」を提案している。

このように、SGEのプロセスも徐々に明らかにされつつある。そこで本研究は、SGEにおけるプロセス研究をさらに推し進める一助として、水野(2015b)とは別の視点から単発・研修型のSGE<sup>2</sup>のプロセスを検討することを目的とした。先述したように、水野(2015b)は計量テキスト分析を用いて、参加者のSGE体験への感想文からプロセスを検討していったが、細やかな変化を捉えきれていない感が否めない。それゆえ、本研究では心理尺度による数量的なデータを用いて、別の角度からそのプロセスを明確にすることをめざした。

ここで、國分(2000)はSGEにおける感情交流を重視しており、水野・嶋原・田積・新美・興津(2013)はそれをさらに敷衍し、SGEにおいては「豊かな感情体験をすることが心理的成長のための必須条件になる(p. 28)」と論じている。このことから、まずは感情の変化に注目し、それに基づいてSGE体験のプロセスを検討する。次に、SGE体験後の体験評価(心理的成長感)をもとに、個人の心理的な成長がどのようなプロセスを経て進展していくかについての仮説を提案する。さらに、参加者の感情的変化が心理的成長感にどのように関与するかについても検討を行う。

## 方法

### 参加者

20XX年から20XX+3年にかけて、近畿圏の一大学で心理学を専攻し、1年次前期必修の演習科目を受講した大学生464名(男子157名、女子307名)に対し、SGEへの参加と質問紙調査への回答を求めた。

### 心理尺度

心理尺度として下記のものを使用した<sup>3</sup>。なお、各項目への評定段階は、「非常にあてはまる(5)」から「全くあてはまらない(1)」までの5段階とした。

1)一般感情尺度 小川・菊谷・門地・鈴木(2000)が作成した尺度で、「肯定的感情」、「否定的感情」、「安静状態」の尺度からなる(各尺度とも計8項目)。

2)SGE体験評価尺度 水野(2013)が作成した尺度で、信頼感形成、自己発見、自己表出、他者受容、自己受容を測定する尺度項目と違和感に関する項目(各5項目)の計30項目からなる。なお、水野(2013)は因子分析による検討を通して、上記5尺度(違和感以外)の項目数をそれぞれ、6, 3, 3, 6, 6項目に修正しており、今回はそれを用いた。

### プログラムおよび手続き

SGEは週1回(2セッション)を2週連続で行った。第1・2セッションは「自己開示と傾聴」を、第3・4セッションはさらに「価値観を聴き合う」・「自己主張」をそれぞれねらいとしたエクササイズ(第1セッション:インタビュー・相方紹介, 第2セッション:スゴロク外ーキング, 第3セッション:二者択一, 第4セッション:クルーザー)を行い、各セッション後にはシェアリングを行った。なお、プログラムおよび手続き(各心理尺度の実施時点なども含む)の詳細については水野(2015a, 2015b)を参照されたい。

## 結果

全てのセッションに参加し、なおかつ心理尺度への記入洩れがなかったのは378名(男子118名, 女子260名)であった。そこで、以後はこれらを分析対象とした。

### 各測定時点における感情の変化

まずはじめに、各測定時点における各感情尺度の内的整合性を検討するために、それぞれについてCronbachの $\alpha$ 係数を算出した。その結果、各係数値は.804(第1週目開始時の安静状態)  $\leq \alpha \leq$  .933(第4セッション後の肯定的

感情)の間にあり、各尺度の内的整合性は十分に高いと考えられる。

次に、各週の開始時および各セッションにおける参加者の肯定的感情、否定的感情、安静状態各得点について、平均値等を算出した。平均値をFigure 1に示す。

各感情得点の変化を調べるために、1要因の分散分析を行ったところ、全ての感情において有意であった(肯定的感情: $F(4.4, 1658.4) = 173.64, p < .001, \eta_p^2 = .315$ , 否定的感情: $F(4.4, 1669.4) = 67.61, p < .001, \eta_p^2 = .152$ , 安静状態: $F(4.3, 1636.2) = 37.93, p < .001, \eta_p^2 = .091$ )<sup>4</sup>ので、それぞれ、Bonferroni法による多重比較を行った(詳細な結果はTable 1に示す)。

肯定的感情については、全ての測定時点間で有意な差がみられ、第1週目はセッションが進むごとに得点が高くなり、第2週目も同様の結果がみられた。ただし、第2週目の開始時は第1週目のそれよりも得点が低く、セッションが始まってからも、第3, 4セッション後の得点は第1, 2セッション後のそれよりも低かった。

否定的感情については、第1週目の開始から第1セッション後にかけて得点が高くなり、第2セッション後に低下し、第2週目は第4セッション後に得点が高くなったが、概ね第1週目よりは(第4セッション後を除き)得点が低かった。

安静状態については、第1週目開始時が最も得点が高く、第4セッション終了後が最も得点が低く、その他の測定時点間どうしには有意な差は認められなかった。

### 体験評価の差異

SGE体験後の体験評価にどのような傾向がみられるかを

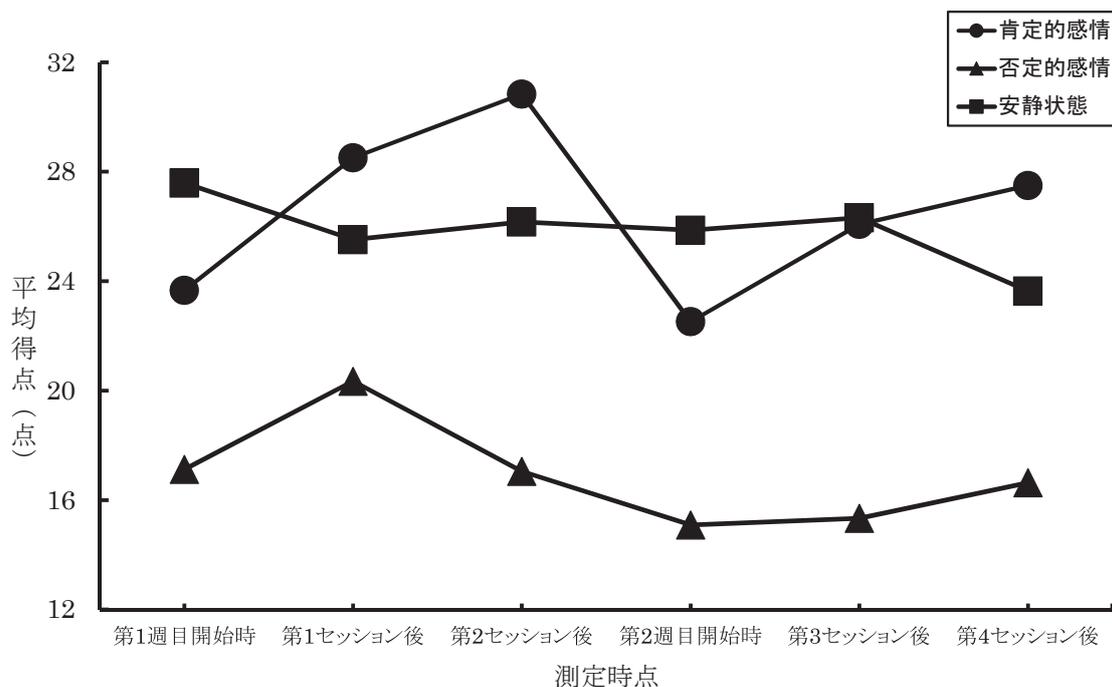


Figure 1 各測定時点における各感情尺度得点の平均値

註) 各時点における平均値および標準偏差は付表1に示す。

Table 1 多重比較の結果

	肯定的感情						否定的感情						安静状態					
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
1 第1週開始時																		
2 第1セッション後	*						*						*					
3 第2セッション後	*	*					<i>n.s.</i>	*					*	<i>n.s.</i>				
4 第2週開始時	*	*	*				*	*	*				*	<i>n.s.</i>	<i>n.s.</i>			
5 第3セッション後	*	*	*	*			*	*	*	<i>n.s.</i>			*	<i>n.s.</i>	<i>n.s.</i>	<i>n.s.</i>		
6 第4セッション後	*	*	*	*	*		<i>n.s.</i>	*	<i>n.s.</i>	*	*		*	*	*	*	*	*

註)\*  $p < .05$

検討するために、SGE体験評価の各尺度(違和感を含まない)得点間の差について検討を行った。それに先立ち、各尺度の内的整合性を調べるために、Cronbachの $\alpha$ 係数を算出したところ、自己発見尺度については、 $\alpha = .643$ と値が若干低かったが、その他については $.787$ (他者受容得点)  $\leq \alpha \leq .855$ (自己受容得点)と、概ね十分な高さの内的整合性が確認された。そこで、各尺度得点について、1項目あたりの平均値および標準偏差を算出した。その結果等をFigure 2に示す。

各評価間の差を調べるために、各尺度の1項目あたりの平均得点を従属変数とした1要因の分散分析を行った<sup>5</sup>ところ、有意であった( $F(3.4, 1262.9) = 252.25, p < .001, \eta_p^2 = .401$ )ので、Bonferroni法による多重比較を行った。その結果、他者受容得点が高よりも有意に高く、信頼感形成得点と自己表出得点が、自己発見得点と自己受容得点よりも有意に高かった(Figure 2参照)。

### 感情的変化と体験評価の関連性

次に、各セッションで喚起された感情が体験評価とどのように関連するかを調べるために、各時点における感情得点を説明変数、各体験評価得点を基準変数とした階層的重回帰分析を行った。分析に際し、まず、第1週目と2週目に分け、それぞれについて、ステップ1には開始時の各感情得点を、ステップ2には前半セッション(第1もしくは第3セッション)後の各感情得点を、ステップ3には後半セッション(第2もしくは第4セッション)後の各感情得点を投入した。その結果をTable 2に示す。

ステップ1では、開始時の肯定的感情や否定的感情において、標準偏回帰係数( $\beta$ )の値が高いものがみられ、ステップ3においても開始時の肯定的感情が正に、否定的感情が負にそれぞれ有意な場合(信頼感形成:第2週目の肯定的感情、自己発見:第2週目の肯定的感情、自己表出:第1週目の否定的感情および第2週目の肯定的感情、自

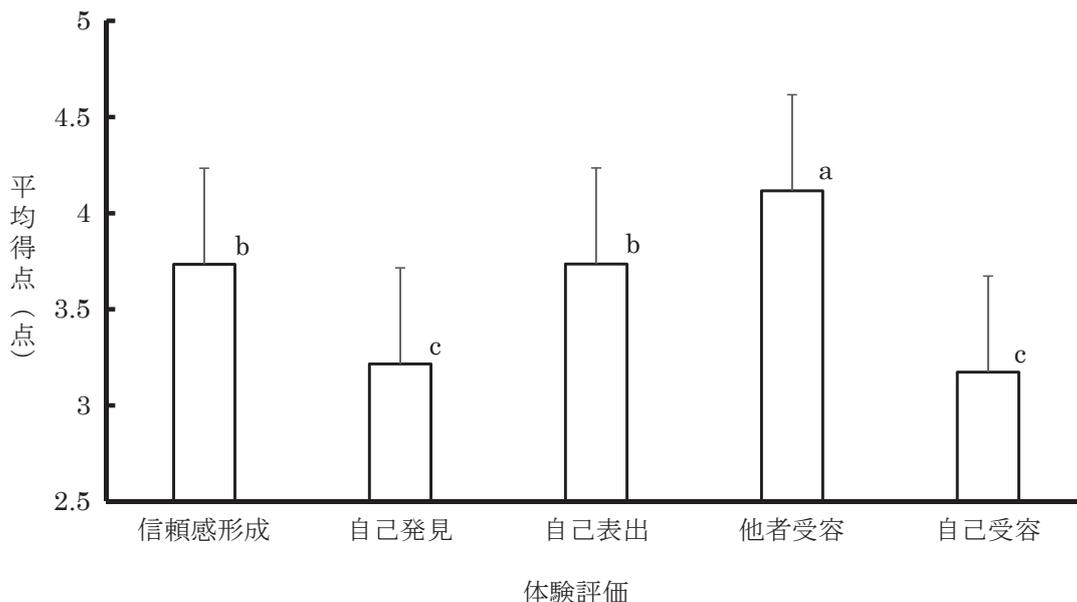


Figure 2 各体験評価尺度得点の平均値および標準偏差

註)各棒の右上の添え字(a, b, c)について、多重比較の結果、異なる文字の間には有意差がみられたことを表す。誤差範囲は標準偏差を表す。なお、平均値および標準偏差は付表2にも示す。

Table 2 階層的重回帰分析の結果

ステップ	信頼感形成						自己発見					
	第1週目			第2週目			第1週目			第2週目		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
説明変数												
<開始時>												
肯定的感情	.377 ***	.110 *	.084	.391 ***	.164 **	.139 *	.238 ***	.070 *	.070	.268 ***	.212 **	.192 **
否定的感情	-.202 ***	-.110 *	-.095	-.196 ***	-.095	-.098	.063	.050 *	.051	.092	.087	.073
安静状態	.050	.061	.041	.002	.025	.011	.024	-.008	-.006	-.025	-.034	-.038
<前半セッション後>												
肯定的感情		.486 ***	.423 ***		.372 ***	.245 ***		.301 ***	.302 ***		.087	.005
否定的感情		-.018	.038		-.106	-.113		.102	.110		.021	-.024
安静状態		-.088	-.127 *		-.008	.037		.021	.034		.020	.055
<後半セッション後>												
肯定的感情			.143 **			.237 ***			.001			.144 *
否定的感情			-.102			.027			-.007			.097
安静状態			.074			-.059			-.021			-.056
$R^2$	.189 ***	.338 ***	.363 ***	.171 ***	.263 ***	.301 ***	.066 ***	.128 ***	.129 ***	.082 ***	.088 ***	.111 ***
$\Delta R^2$		.149 ***	.025 **		.092 ***	.038 ***		.063 ***	.000		.006	.023 *
ステップ	自己表出			第2週目			他者受容			第2週目		
説明変数	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
<開始時>												
肯定的感情	.271 ***	.086	.060	.341 ***	.154 *	.118 *	.188 ***	.042	.009	.241 ***	.154 *	.121
否定的感情	-.256 ***	-.127 *	-.118 *	-.206 ***	-.026	-.019	-.091	-.051	-.033	-.137 **	-.026	-.054
安静状態	.068	.086	.064	-.086	-.035	-.061	.113 *	.109	.081	.072	-.035	.031
<前半セッション後>												
肯定的感情		.326 ***	.228 ***		.318 ***	.123		.264 ***	.188 **		.087 **	.067
否定的感情		-.133 *	-.090		-.240 ***	-.212 **		.004	.065		.021	-.141
安静状態		-.060	-.093		-.054	.010		-.025	-.088		.020	.008
<後半セッション後>												
肯定的感情			.201 ***			.373 ***			.171 **			.175 **
否定的感情			-.074			-.034			-.120			.018
安静状態			.066			-.072			.117			.087
$R^2$	.151 ***	.231 ***	.266 ***	.119 ***	.207 ***	.296 ***	.069 ***	.113 ***	.153 ***	.089 ***	.117 ***	.142 ***
$\Delta R^2$		.081 ***	.034 ***		.088 ***	.089 ***		.044 ***	.040 ***		.028 **	.024 *
ステップ	自己受容			第2週目			第1週目			第2週目		
説明変数	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
<開始時>												
肯定的感情	.386 ***	.162 **	.146 **	.390 ***	.220 ***	.186 **						
否定的感情	-.131 **	-.030	-.029	-.113 *	-.029	-.029						
安静状態	-.005	.003	-.018	-.022	.009	-.030						
<前半セッション後>												
肯定的感情		.399 ***	.347 ***		.284 ***	.093						
否定的感情		-.061	-.063		-.092	-.102						
安静状態		-.058	-.119		-.032	-.021						
<後半セッション後>												
肯定的感情			.100			.356 ***						
否定的感情			-.018			.008						
安静状態			.105			.024						
$R^2$	.158 ***	.262 ***	.276 ***	.146 ***	.198 ***	.279 ***						
$\Delta R^2$		.104 ***	.014		.052 **	.081 *						

註) \*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$

己受容:第1, 2週目の肯定的感情)もみられたことから、開始時の感情状態が体験評価に何らかの影響を及ぼしている可能性が示唆される。しかし、多くはセッション後の各感情得点を投入するごとに、開始時の感情得点の $\beta$ が低下していく傾向にあった(ステップ2では、第2週目の自己発見以外は $R^2$ 変化量( $\Delta R^2$ )が全て有意であり、ステップ3において、開始時の感情得点の $\beta$ が絶対値で.20を超えるものはみられなかった)ことから、従前の感情状態よりも、セッションを通しての感情的変化の方がSGE体験後の体験評

価に関連すると考えることができよう。また、ステップ3において $\beta$ の値が絶対値で.20を超えたものに注目すると、信頼感形成は、第1, 3, 4セッション後の肯定的感情との関連が正に高かった。自己発見は、第1セッション後の肯定的感情との関連が正に高かった。自己表出は、第1, 2, 4セッション後の肯定的感情との関連が正に高く、第3セッション後の否定的感情とは負の関連性が認められた。自己受容は第1, 4セッション後の肯定的感情との関連が正に高かった。また、他者受容は.20を超えなかったものの、第1, 2, 4セッ

ション後の肯定的感情が正に有意であった。

### 考察

本研究は、単発・研修型の構成的グループ・エンカウター(SGE)のプロセスについて、参加者の感情的変化や体験評価(心理的成長感)などをもとに検討することを目的とした。以下にポイントごとに考察を行う。

#### 感情的変化からみたプロセス

感情の変化からSGE体験のプロセスについて考えると、まず第一に、各週ともセッションを通して参加者の肯定的感情が上昇していくという特徴がみられ、先行研究と同様に、SGE体験が肯定的感情を高める様子が窺える。その一方で、第1セッション後に否定的感情も上昇しており、逆に安静状態は低下した。これらのことから、SGE体験の初期段階は、ポジティブに受け止められつつも、若干の戸惑いや緊張感も抱えながら進行すると考えられ、この点は水野(2015b)の「(ポジティブとネガティブの感情を同時に抱えた)アンビバレントな意識」を参加者が有しているという指摘とも合致しているといえよう。そうであるならば、SGEでは初期の段階からメンバー間の十分な信頼関係が形成されるかどうかについては疑問の残るところであるといえよう。これは、参加者が自発的にSGEに参加しているわけではなく、また、SGEという場に馴化していないことも影響していると考えられる。しかし、第1セッションから第2セッションにかけて、肯定的感情がさらに上昇するとともに、否定的感情が低下したことから、かなり早期の段階で参加者が安心感を得た可能性が推察される。以上のことから、SGEの初期は①期待と不安の段階と②不安解消の段階からなり、①から②へは速やかに移行すると考えられる。

次に第2週目をみると、とくに開始時の肯定的感情は、第1、2セッション後よりも大きく低下している。これは1週間の時間的な間隔が空いたことで、いわばリセットされた状態になっていると考えられる。一方で、各週開始時の感情状態を比較すると、全ての感情において第2週目の方が低かった。この低下の原因の多くを第1週目の体験に求めるのは必ずしも適切ではないであろうが、第1週目で「何をするか」を知り得たことで、参加者の戸惑いは低下し、新たなセッションへ取り組むことに対する、ある程度の緊張感を持って第2週目に参加できたと考えられよう。

また、第2週目の特徴として、セッションを通じて肯定的感情は上昇するものの、第1週目と比べてその程度が小さいこと、第4セッション後の安静状態が低下し、否定的感情もそれ以前より上昇していることなどが挙げられる。これらの原因として、ひとつは第2週目が「価値観を聴き合う」というねらいのエクササイズであったことが考えられる。水野(2015b)は、第2週目になると「楽しい」よりも「難しい」や「面白い」という記述が目立つことなどから、参加者の自己理解への深まりが増した可能性を指摘しているが、セッションが

進むにつれて、ねらいも少しずつ異なり、単に楽しいだけではなく、困難さや興味深さも感じるようになり、このことが肯定的感情の高まりを抑えたと考えられる。もうひとつは、第4セッションのエクササイズがさらに「自己主張」をねらいとしたものであり、互いの意見の相違を乗り越えて自身の考えを述べる体験をすることで、緊張感や当惑感が高まりやすかったことが考えられる。

ところで、本研究におけるSGEのプログラムは、先に述べたように、第1週目が「自己開示と傾聴」、第2週目が「価値観を聴き合う」・「自己主張」をねらいとし、そのねらいに応じたエクササイズを実施したわけであるが、もし、実施者が今回とは異なるねらいからプログラムを構成すれば、当然ながら、その展開は異なってくるのが十分に予測できる。そう考えると、SGEにおけるプロセスの進展は、実施者が個々のセッションにおいてどのようなねらいを持ち、どのようなエクササイズを準備するかに大きく左右されるといえよう。このことは、先に挙げたように、水野(2014b)がエクササイズの内容によって感情経験が異なったことを報告していることから窺える。この点は、参加者の自発性を最大限に尊重する非構成型のグループ・アプローチのプロセス研究とは大きく違うところであり、SGE(や構成型のグループ・アプローチ)におけるプロセス研究は、プログラム(もしくは実施者の意図)との関連を考慮する必要があり、プロセス研究とともにプログラム研究も充実させていく必要がある<sup>7)</sup>。

#### 体験評価からみた心理的な成長プロセス

次に、体験評価尺度得点をもとに、SGE体験による個人の心理的な成長プロセスについて考察する。尺度得点は高い順から、他者受容>自己表出・信頼感形成>自己発見・自己受容であり、SGE体験では他者理解・他者受容の方が自己理解・自己受容よりも達成されやすいと考えられる。ここで、この結果とSGEの基本的な流れを照らしてみると、①エクササイズに参加することで、他者とコミュニケーションを取ることとなり、相手との関わりが生じる、②相手の話を傾聴することで、相手がどのような人物であるかが明確になり、警戒感が取り払われて相手を受容しやすくなる、③互いが受容し合うことで信頼感が形成される、④それによって、「この人たちなら、自分のことをもっと話してもよい」や「もっと、いろんな人のいろんな話を聴きたい」という気持ちが生まれて自己開示が進む、⑤エクササイズやシェアリングでの語りを通して自己の気づきや受容感がもたらされる、というプロセスが想定される。もちろん、各段階において、各心理的成長感(信頼感形成、自己発見、自己表出、他者受容、自己受容)が一定の順序で生じるわけではなく、先に自己理解が進むこともあれば、複数の成長感が同時に生じたりすることもある。しかし、上記の流れと各得点の差を考慮した場合、他者受容が後半になって突如増大すると考えるよりは、初期の段階から生じていると考える方が、また、自己発見・自己受容が前半から強く生じるものの、後半

は失速していくと考えるよりは、比較的遅い段階で強まると考える方が自然であろう。そこで、上記のプロセスを整理すると、①出会い(対他者関心)の段階、②他者理解・受容開始の段階、③信頼関係確立の段階、④積極的自己開示の段階、⑤自己への気づきの段階という心理的成長段階が仮定される。

ただし、体験評価尺度はSGE体験が終わってから回答を求めたものであり、また、実施が単発的であったこともあり、実際にこのようなプロセスを辿るのかどうかについては、実証的なデータによる分析や事例研究などを通して、今後さらに検討していく必要がある。また、心理的成長のプロセスも、プログラムとの関係を考慮しつつ検討していく必要がある。

### 感情的変化と心理的成長感の関連性

最後に、各測定時点での感情的変化が心理的成長感(体験評価)にどのように関わるかについて考察する。まず、開始時の感情状態が心理的成長感にある程度関連していることが示された。この点については、開始時の感情状態が何を意味するかを考える必要があるが、ひとつの可能性として、これらがパーソナリティを反映していることが考えられる。そうであるならば、肯定的感情や否定的感情と関連するパーソナリティ傾向(たとえば、外向性や神経症傾向など)自体が参加者の心理的成長感に影響することが考えられる。しかし、先にみたように、実際に開始時の感情状態よりも大きく影響しているのは、セッション後の感情状態であった。すなわち、SGE体験による心理的成長感はおもとのパーソナリティ傾向よりも、体験の中での感情的変化によって高められたと考えるべきであろう。また、これによって、SGE体験における感情的変化の重要性を確認することができたとはいえよう。

次に、各感情のうちでも、肯定的感情の上昇(セッション後の感情状態)が心理的成長感に多く関連していることが示された。これは、肯定的感情の高まりによって、他者や自己に対する受容の態度が形成されやすいことを表していると考えられる。しかし、とりわけ第1、4セッション後の肯定的感情はいずれの体験評価とも有意であった。第1セッションに関しては、SGE体験の第一印象の重要性を表していると言えるかもしれない。すなわち、このセッションが、ほとんどの参加者にとって、おそらくは初めてのSGE体験であると思われるので、ここで肯定的感情が高まることはSGE体験全体への肯定的評価に繋がり、心理的成長にも有効に機能したと考えられる。一方、第4セッションは、多様な価値観を受容しつつも自己主張をするという内容のエクササイズ(クルーザー)であり、他のセッションのエクササイズと比べて難易度が高かったと考えられるので、その難しさを乗り越えて肯定的感情を感じられたことは、心理的成長感へのプラスの影響が大きかったと考えられる。逆に、第2、3セッション後の肯定的感情の体験評価への影響はさほど大きくな

かったようである、これは第1、4セッション後と比べてエクササイズやシェアリングのインパクトが小さかったことが原因であると考えられる。たしかに、第2セッション後の肯定的感情は最も高かったが、第1セッションで初めて他者とふれあう(コミュニケーションを取る)経験をした後であり、インパクトはそれほど大きくなかったかもしれない。また、第3セッションは4セッション中で最も肯定的感情が低く、エクササイズ(二者択一)の内容も他よりインパクトに欠けるものであったかもしれない。このようなことが、心理的成長感にそれほどの影響をもたらさなかったのではないかと考えられる<sup>8</sup>。その他、自己発見や他者受容に関しては、セッション後の肯定的感情の影響が他よりもさほど大きくなかったが、これらについては、自己発見は内的整合性の問題が影響した恐れが、他者受容はそもそも平均値が高いことから、天井効果が生じた恐れが、それぞれ考えられる。

一方、否定的感情と安静状態については、ステップ3において、第1セッション後の安静状態と信頼感形成、第3セッション後の否定的感情と自己表出の間にそれぞれ有意な負の関係がみられたが、それ以外は有意ではなかった。これと肯定的感情における結果とを比較して考えると、SGE体験において、否定的感情や安静状態が低下することも心理的成長感には何らかの影響は与えるであろうが、最も重要なことは肯定的感情が上昇することであるといえよう。

### 引用文献

- 片野智治 (2007). 構成的グループエンカウンター研究 SGE が個人の成長におよぼす影響 図書文化社
- 國分康孝(編) (1992). 構成的グループ・エンカウンター 誠信書房
- 國分康孝(編) (2000). 続 構成的グループ・エンカウンター 誠信書房
- 國分康孝・片野智治 (2001). 構成的グループ・エンカウンターの原理と進め方—リーダーのためのガイド 誠信書房
- 水野邦夫 (2010a). 構成的グループ・エンカウンターが自己概念の変容および個人・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.
- 水野邦夫 (2010b). 構成的グループ・エンカウンターにおけるグループの深まりに影響する要因について—研修型による実施の検討— 帝塚山大学心理福祉学部紀要, 6, 165-177.
- 水野邦夫 (2012). 授業でのグループ体験における逸楽行動の特徴について—構成的グループ・エンカウンターを用いて— 日本教育心理学会第54回総会発表論文集, 209.
- 水野邦夫 (2013). 構成的グループ・エンカウンターにおける体験の測定—SGE体験評価尺度作成の試み 帝塚山大学心理学部紀要, 2, 41-56.
- 水野邦夫 (2014a). SGEリーダー評価尺度作成の試み 日本教育カウンセリング学会第12回研究発表大会発表論文集, 49-50.
- 水野邦夫 (2014b). 構成的グループ・エンカウンターにおける感情体験が人間の成長に及ぼす影響—継続・研修型の

- 問題点に対する改善のための提言を含めて— 帝塚山大学心理学部紀要, **3**, 57-66.
- 水野邦夫 (2015a). 授業への構成型グループ・アプローチの導入にみる逸楽行動の特徴について—構成的グループ・エンカウターの場合— 人間関係研究(南山大学人間関係研究センター), **14**, 66-78.
- 水野邦夫 (2015b). 構成的グループ・エンカウターのプロセスに関する一研究—自由記述データの計量テキスト分析による検討— 帝塚山大学心理学部紀要, **4**, 57-65.
- 水野邦夫・嶋原栄子・田積 徹・新美秀和・興津真理子 (2013). 合宿・自発参加型の構成的グループ・エンカウターにおける参加者の感情変動が自己および他者の捉え方の変化に及ぼす影響—自己への信頼・不信および個人・グループ過程の変化について— 心理臨床科学(同志社大学心理臨床センター), **3**, 27-39.
- 水野邦夫・田積 徹・興津真理子 (2012). 合宿・自発参加型による集中的グループ体験が大学生の自己概念に及ぼす影響—構成的グループ・エンカウターによる検討— 心理臨床科学(同志社大学心理臨床センター), **2**, 15-29.
- 武蔵由佳・河村茂雄 (2003). 日本におけるエンカウター・グループ研究とその課題—Basic Encounter Group研究とStructured Group Encounter研究の比較から— カウンセリング研究, **36**, 282-292.
- 野島一彦 (2000). 日本におけるエンカウター・グループの実践と研究の展開:1970—1999 九州大学心理学研究, **1**, 11-19.
- 小川時洋・門地里絵・菊谷麻美・鈴木直人 (2000). 一般感情尺度の作成 心理学研究, **71**, 241-246.
- 櫻井由美子 (2013). 単発型構成的グループ・エンカウターのエクササイズによる気分の変化 茨木キリスト教大学紀要 II. 社会・自然科学, **47**, 237-246.
- 塩谷隼平 (2012). 構成的グループ・アプローチにおけるグループ・プロセスの発展段階 東洋学園大学紀要, **20**, 13-22.
- 津村俊充 (1994). 社会的スキルの訓練 菊池章夫・堀毛一也(編著) 社会的スキルの心理学 川島書店 Pp. 220-241.

## 註

- <sup>1</sup> 本研究のデータは水野(2015a, 2015b)のそれと同一であり、分析に用いられた心理尺度についても、一部は同一のものを用いている。ただし、水野(2015a)はSGE体験における逸楽行動の特徴を検討したものであり、水野(2015b)はSGEの体験プロセスを、参加者の感想(自由記述データ)を中心に把握することをめざしたものである。一方、本研究はSGE体験のプロセスを検討することが目的ではあるものの、感情的変化や心理的成長感からみたプロセスおよび両者の関連性に焦点を当てたものであり、それぞれの研究は独立したものであると考えている。
- <sup>2</sup> 以後、特に断らない限り、“SGE”という語は単発・研修型のSGEを指す。
- <sup>3</sup> 本研究で今回分析対象とした尺度以外に、SGE個人・グループ過程尺度(片野, 2007)、逸楽行動認知項目(水野, 2012, 2015a)、SGEリーダー評価尺度(水野, 2014a)等も実施した(その他に関しては、水野(2015b)を参照されたい)が、本研究ではそれらについては割愛する。

<sup>4</sup> Mauchlyの球面性検定が有意であったため、Greenhouse-Geisser検定を行った。それゆえ、自由度は整数ではない(以下同様)。

<sup>5</sup> 同一サンプルで異なる尺度得点の平均の差を比較することは問題があると考えられる。しかし、ここでは、SGE体験における心理的成長プロセスを考えるうえで、どの体験評価の達成度が高いか(あるいは低い)かを検討する目的から、便宜上、各尺度が等質であるとみなして分析を行っている。

<sup>6</sup> 水野ら(2013)は否定的感情尺度が測定しているものは、単に否定的感情というよりも、むしろ当惑感に近いと述べている。

<sup>7</sup> これは、単発・研修型のみならず、他の型のSGE(もしくは構成型のグループ・アプローチ全般)にも言えることであろう。

<sup>8</sup> ここで言う「インパクト」とは、参加者にとって「新奇だ」、「躍動的だ」、「衝撃的だ」などの意味で用いている。もちろん、「インパクトが小さい」ことが必ずしも「エクササイズが適切ではない」ということを表しているわけではない。逆に、単発型の実施における効果を高めようとして、インパクトの大きいエクササイズばかりを選ぶことは、参加者に心理的負荷をかける(場合によっては心理的安全性を脅かす)恐れやエクササイズどうしのインパクトが相殺しあって意味をなさなくなる恐れも考えられる。このあたりも、プログラム研究の問題となるであろう。

## 付表

付表1 各測定時点における感情尺度得点の平均値および標準偏差

	第1週目 開始時	第1セッション 後	第2セッション 後
肯定的感情	23.67	28.51	30.84
	5.97	5.81	5.77
否定的感情	17.12	20.34	17.05
	6.34	7.11	6.28
安静状態	27.59	25.52	26.17
	5.05	5.04	5.50
	第2週目 開始時	第3セッション 後	第4セッション 後
肯定的感情	22.52	26.08	27.50
	6.75	6.17	6.81
否定的感情	15.09	15.33	16.63
	6.25	6.29	6.54
安静状態	25.86	26.32	23.64
	5.63	5.58	6.45

註) 各上段は平均値、下段は標準偏差を表す。

付表2 体験評価各尺度得点(1項目あたり)の平均値および標準偏差

信頼感形成	自己発見	自己表出
3.73	3.22	3.74
0.63	0.78	0.77
他者受容	自己受容	
4.12	3.17	
0.48	0.68	

註) 各上段は平均値、下段は標準偏差を表す。

**A study on processes of Structured Group Encounter by short-term and seminar style:  
A study focused on changes of feelings and senses of psychological growths**

Kunio MIDZUNO

Abstract

This study attempted to suppose participants' processes of Structured Group Encounter (SGE) by the short-term and seminar style focused on changes of feelings and senses of psychological growths. Undergraduate students (378 valid data: 118 males and 260 females) participated in SGE which consisted of four sessions (each session had several exercises in which participants disclose themselves, listen to each values, or assert themselves). Besides participating in SGE, they were asked to complete the scales on feelings (positive, negative and calm) before the first and the third sessions and at the end of each session, and senses of psychological growths (building trust one another, self-discovery, self-expression, accepting others, and self-acceptance) at one week after the end of all of sessions. Results on feelings revealed that 1) as sessions proceeded, participants' positive feelings increased more, 2) negative feelings also increased and calm feelings decreased at the end of the first session, 3) negative feelings decreased at the end of the second session. It was considered that the initial stage of SGE could be divided into two sub-stages: the stage of a) expectations and anxiety and b) dispelling anxiety. And it was also considered that processes of SGE depended on the program. Results on psychological growths showed that senses of accepting others and building trust were formed more than those of self-discovery and self-acceptance. It was supposed that processes of psychological growths in SGE consisted of five stages: the stage of a) the encounter, b) understanding and accepting others, c) building trust, d) the willing self-disclosure, e) the self-awareness. At last, it was shown that increasing positive feelings facilitated psychological growths. The importance of arousing positive feelings in SGE by short-term and seminar style was discussed.

Keywords: Structured Group Encounter, process study, changes of feelings, psychological growths