

日本赤十字九州国際看護大学/Japanese Red

Cross Kyushu International College of

Nursing

「人間関係論演習」における構成的グループ・エンカウンターの有効性の検討

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 日本赤十字九州国際看護大学 公開日: 2013-01-17 キーワード (Ja): 構成的グループ・エンカウンター, 対人関係, 看護学生 キーワード (En): Structural Group Encounter, interpersonal relationships, nursing student 作成者: 坂本, 洋子, 藤野, ユリ子, 大塚, 邦子, 石橋, 通江, 森本, 淳子 メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.15019/00000081

著作権は本学に帰属する。

報告

「人間関係論演習」における構成的グループ・エンカウターの有効性の検討

坂本洋子¹⁾ 藤野ユリ子²⁾ 大塚邦子¹⁾ 石橋通江¹⁾ 森本淳子²⁾

人間関係論演習の一環として看護大学2年生の希望者を対象に、構成的グループ・エンカウターを4年間実施した。その結果、参加前後の気持ちや自己イメージの変化は、いずれも肯定的に変化していた。またオープナー・スケールも肯定的に有意に変化していたため、相手をリラックスさせ自己開示を促す能力が向上していることが示唆された。また、実施後3ヶ月、1年後にフォローアップ・アンケートを実施した結果、自己理解や他者理解の深まり、新しい人間関係の形成、自己課題の発見など実施直後と同様の結果が得られ効果の持続が示唆された。また、グループ体験が臨地実習やグループワークに活かされているという結果も得られた。今後の課題として、対象が多くなった場合、抵抗を感じる学生やエクササイズを消化すればよいと感じる学生が出てくることが考えられるため、エクササイズの工夫や適正なファシリテーターの指導方法の検討が必要である。

キーワード： 構成的グループ・エンカウター、対人関係、看護学生

I はじめに

看護の対象は人でありその対象理解のために自己理解・他者理解を深め援助を行うことは重要である。しかし、現代の学生は対人関係スキルが低く、人間関係が希薄になっているといわれており、対人関係スキル向上のための教育方法の検討は大きな課題である。人間関係論を講義形式で進めることに加え、演習として体験的に学ぶ教育方法の一つに構成的グループ・エンカウター (Structural Group Encounter: 以下SGEと略す) がある。SGEとは、生き方、在り方を模索検討する能率的な方法として、エクササイズという誘発剤とグループの教育機能を活用したサイコエデュケーションの一方法であると國分¹⁾は定義している。SGEにおける「構成的」とは、思考、感情、行動を意識化するために、エクササイズとシェアリングの二本柱のプログラムを構成し、ルールおよび参加者やリーダーの役割を構成するものである。

エンカウター (出会い) とは、心と心のふれあいであり本音と本音の交流である。本音と本音の人間関係をグループで味わうのである。実施法に非構成的と構成的があるが、前者は課題も役割もなく、

内容も方法も参加者が自由に決め、グループをリードするファシリテーターはグループの自然な発展を助長するのみである。主としてロジャースの理論が支柱である。後者は、ファシリテーターが主導権をとって時間および場面設定をし課題を与えエクササイズをさせる。活動は、言語交流の他に身体的接触や運動や創造的表現活動がある。基づく理論は各派の折衷であり、主な理論に実存主義、行動療法、論理療法、ゲシュタルト療法、交流分析などがある。

SGEにおいて体験する心と心のふれあい、その原理として國分は以下の6つを挙げている。それは、①自分の本音を知る (自己覚知)、②本音を表現する (感情表現)、③本音を主張する (自己主張)、④他者の本音を受け入れる (他者受容)、⑤他者への信頼感をもつ、⑥他者との関わりをもつ (役割遂行) である。従ってこれらの原理を含む体験が得られるようなエクササイズを考案作成しなければならない。

SGEは1970年代より徐々に初等教育から取り入れはじめているが、SGEが教育現場に導入されやすい理由として坂本²⁾は以下のことを述べている。短時間に行うことができ、集中的に課題をこなすことによって短時間に互いのリレーションが高められること、参加者の発達段階やレディネスに応じて、体験の調整ができ、相応の課題やエクササイズを選択することができる。成り行きがどう発展するかわから

1) 日本赤十字九州国際看護大

2) 元日本赤十字九州国際看護大学

ない非構成法に反して、参加者の心理的ダメージや副作用を予防することができる。ファシリテーターは必ずしも心理その他の専門家である必要はない。課題に教育力が含まれることで、教育活動の一環になり得ることなどである。

看護教育では、見藤³⁾が自身のエンカウンター・グループとのかかわりから導入した後、1990年代より実践報告が見られる。石川^{4)~7)}は看護場面を用いたSGEを実施しその有効性を検証しており、ポジティブな自己変化と自己理解・自己受容、他者理解・他者受容等に関する効果を得ている。広瀬⁸⁾は、非構成的エンカウンター・グループの教育的機能に関する研究の中で、学生のグループ体験の教育機能はその後の成長の基盤となっていることを明らかにしている。このような非構成法を教育に取り入れた報告は他にもいくつかみられる⁹⁾¹⁰⁾。看護教育における報告は独自のプログラムで構成法を用いて行ったものが多く、SGEは、「人間関係論」や「コミュニケーション」、「心理学」、「カウンセリング」の授業の一環として行われており、自己理解・他者理解を目的としたものが多く、その効果も得られている^{11)~15)}。また、実施方法は、1日の研修、宿泊研修、または週1回、継続して1年間行う方法などがある。才津ら¹⁶⁾は継続型と合宿型の効果の比較を検討し、合宿型の方が気分の緩和に効果的であり、自己理解や他者理解の深まりも見られたため、リラックスできる環境で集中的に行う合宿型が効果的であると報告している。プログラムの評価方法としては、終了後の感想の記述内容の分析や、アサーティブ・チェックリスト、共感経験尺度など様々なテストバッテリーにより効果測定をしている。また、高田ら¹⁷⁾は効果の継続性について調査しており、参加1年3ヵ月後、2年3ヵ月後もその効果が継続しており、SGEで体験した本音と本音の交流は自己を信頼し、自己や他者を受容することの道筋を作ることが示唆されたと述べている。

本学においては、「看護方法学Ⅰ(人間関係論)」を「看護における援助的人間関係を理解するために、その基盤となる対人心理学の理論と技法を学び、臨床看護場面で活用できる基礎的能力を養う」ことを目的として開講している。開講以来、2年生後期30時間の講義終了後に、希望者を募りSGEを実施しており、2005年度で4回目を終了した。「看護方法学Ⅰ」は2006年度より開講時期を変更したため、これ

までの評価を行いその有効性を検討し、今後の発展的計画につなげていきたいと考える。

Ⅱ 研究目的

4年間実施してきたSGE参加者の参加前後の気持ちや自己イメージの変化、体験後の感想からSGEの評価を行い、その有効性および今後の課題を検討する。

Ⅲ SGEの実施概要

1. SGEの目的

グループ体験を通して、自己に気づき、他者理解を深め、人間関係能力を向上させる。

2. SGEの目標

- 1) 自己を理解し、自己を受容することができる
- 2) 他者を理解し、他者を信頼することができる
- 3) 自分の考えや要望をアサーティブに相手に伝えることができ、相手の考えや要望を受け入れて折り合いをつけることができる
- 4) 体験学習を通して、感受性を高めることができる

3. 研修形態

2日間の合宿型で実施した。

4. プログラムの概要と意図

- 1) 導入とウォーミングアップ：体を動かし、身体接触のあるエクササイズで緊張をほぐす。(「みんな握手のご挨拶」「肩たたき」「私を預けられますか?」「ブラインドウォーク」「幸せなら手を叩こう」「レイでごあいさつ」「ノアの箱舟」「鬼のパンツ」「茶つみ」)
- 2) 初期のセッション：自己を開放し、自己理解・他者理解を促進すると共に対人スキルの基本である傾聴と正確な表現を目的に行う。(「名前の由来」「ペアインタビュー」「自己投影ゲーム」など)
- 3) 自己開示が進み緊張が緩和されてきた段階のセッション：グループで作品を作り集団凝集性を高め、共同作業によって自己表現・創造性を高め、作品を通しての相互交流・自己理解を深める。(「イメージの泉」「カラージュ」「フィンガーペインティング」など)
- 4) 夜セッション：自己内省を深め、心身相関を実

感する。(非言語ビデオ鑑賞「スノーマン」「ヨーガ」)

- 5) 心身共にリラックスしグループの緊張もほぐれ、自己内省が深まってきた段階: 自己主張などのエクササイズを行い、これまでの対人関係や自己表現を阻害している事項への気づきを促す。特に学生の弱点である相手の立場を理解した上で要求したり、解決策としての折り合い、妥協、調整などのスキルをロールプレイで実感する。(「アサーションエクササイズ」「ユーモア人生談」「人生時計」)
- 6) まとめのセッション: 自己改革への洞察が深まり、友人の大切さ、人と人との関わりの重要性に気づくエクササイズで構成する。(「ホットシート」)

IV 研究方法

1. 調査対象

看護方法学 I 受講後、SGE への参加希望した看護大学 2 年生。2002 年度 15 名、2003 年度 10 名、2004 年度 24 名、2005 年度 14 名。すべて女性である。参加者全員からの研究協力が得られた。

2. 調査方法および調査期間

2004、2005 年度に参加前後の気持ちと自己イメージに関する調査と、オープナー・スケール(被自己開示性尺度)の調査を行った。フォローアップアンケートは、2002 年度は実施 3 ヶ月後、2004 年度は実施 1 年 2 ヶ月後、2005 年度は実施 2 ヶ月後に実施した。

3. 調査(測定)用紙

SGE の有効性を評価するために以下の 5 種類の調査(測定)用紙を用いた。

- ①参加者の参加前後の気持ち(自作): 7 段階の SD 尺度 5 項目、②自己イメージ(自作): 7 段階 SD 尺度 12 項目、③オープナー・スケール: 小口¹⁸⁾によって開発された自己開示の受けやすさの個人差を測定する尺度、10 項目 5 段階尺度。「なごませ」因子(5 項目)と「共感」因子(5 項目)で構成されている。
- ④終了直後の感想(自由記述)、⑤フォローアップ・アンケート: 「SGE に対する感想・意見・要望等」、「SGE 体験のその後の生活への影響」について自由記述。

4. 分析方法

参加前後の気持ち、自己イメージ、オープナー・スケールに関しては、参加前後の得点の変化を対応のある t 検定で分析を行った。

また、終了直後の感想やフォローアップ・アンケートに関しては、意味が 1 つに含まれる内容を分析単位として抜き出し、意味を損なわないように単文にまとめた。次に KJ 法を用いて分類し、内容を示す名前を付けた。分析は、研究者が討議しながら行った。

5. 倫理的配慮

対象者には、研究の目的、個人が特定されないようにデータは処理し、得られた結果は研究にのみ使用すること、研究成果を公表することを口頭にて説明した。また、データを照合するためにニックネームを用いてプライバシーの保護に努めた。

V 結果

1. 参加前後の気持ちおよび自己イメージの変化

4 年間すべての研修で調査した参加前後の気持ちと自己イメージを対応のある t 検定を行った結果、表 1 に示すように、17 項目中 14 項目で参加後に望ましい方向に有意に高くなる変化が認められた。参加前後の気持ちの 5 項目はすべて有意水準 0.1% 以上の変化がみられ、「緊張→リラックス」「他者を受容できない→できる」「自分を大切に思わない→思う」「他者に興味がない→ある」「気持ちが暗い→明るい」といった肯定的な変化が見られた。自己イメージについては、有意水準 0.1% 以上の大きな変化が見られた項目は、「消極的→積極的」「近づきがたい→人なつこい」の 2 項目であった。有意水準 1% 以上の項目は、「自信がない→ある」「暗い→明るい」「不安定な→安定した」など 6 項目あり、自信がつき明るく安定した自己イメージに変化していた。また、有意差の認められなかった 3 項目も、参加後に得点は高く変化しており、自己イメージが肯定的に変化しているという結果を得た。

2. オープナー・スケールの変化

オープナー・スケールでは、参加前後の変化を見るために対応のある t 検定を行った結果、表 2 に示すように 10 項目中 5 項目で参加後に有意に高くなる変化が認められた。有意差のあった項目は、「聞き上

表 1 参加前後の気持ち・自己イメージの変化 n=35

		前	後	p値
気持ち	1. 緊張ーリラックス	5.17	6.71	.000
	2. 他者を受容できないーできる	5.11	6.46	.000
	3. 自分を大切に思わないー思う	4.97	6.17	.000
	4. 他者に興味が無いーある	5.63	6.66	.000
	5. 気持ちが暗いー明るい	5.20	6.34	.000
自己イメージ	6. 消極的ー積極的	4.29	5.51	.000
	7. 近づきたいー人なつっこい	4.26	5.34	.000
	8. にくらしいーかわいらしい	4.22	4.92	.006
	9. 無気力なー意欲的な	4.86	5.69	.010
	10. 自信のないーある	3.83	4.89	.001
	11. 責任感のないーある	4.97	4.89	.741
	12. 不親切なー親切な	4.53	5.25	.006
	13. 暗いー明るい	4.83	5.54	.006
	14. 弱いー強い	4.31	4.66	.154
	15. 陰気なー陽気な	4.71	5.46	.003
	16. 不安定なー安定した	4.05	5.00	.002
	17. 固いーやわらかい	4.18	5.00	.119
	18. 期待→満足感	5.68	6.99	.546

手だといわれる」「私は他人の言うことを素直に受け入れる」といった相手の話を積極的に聞く「共感」因子の項目や、「人は気楽に心を開いてくれる」「私といると相手はくつろいだ気分になれる」「人に何を考えているのか話すようにもちかける」といった相手が話しやすい雰囲気を作ることを心がけるような「なごませ」因子の項目であった。またそれぞれの因子で参加前後の変化を見たところ、「なごませ」因子、「共感」因子ともに参加後に有意に高く変化していた。

3. 参加直後の感想について

2004年度と2005年度の参加直後の感想について、内容を分析した結果、82件の内容が抽出され、6つのカテゴリーに分けられた。

最多件数は①【グループ体験 (22件)】であり、「人と触れ合う良い機会になった」「人と触れ合うことの楽しさ、あたたかさを思い出させてくれる2日間だった」「他人は思っていたより自分のことを見てくれたことがわかった」などグループ体験の楽しさを知り、よい経験ができたというものであった。②【エクササイズ (9件)】は、「ホットシートが印

表 2 参加前後のオープナー・スケールの変化 n=35

質問項目	前	後	p値
人からその人自身についての話をよく聞かされる	3.89	3.97	.447
聞き上手だと言われる	3.29	3.74	.001
私は他人の言うことを素直に受け入れる	3.49	4.17	.000
人は私に秘密を打ち明け信頼してくれる	3.66	3.74	.571
人は気楽に心を開いてくれる	3.54	3.86	.026
私といると相手はくつろいだ気分になれる	2.97	3.66	.000
人の話を聞くのが好きである	4.46	4.60	.134
人の悩みを聞くと同情してしまう	4.03	4.14	.292
人に何を考えているのか話すように持ちかける	3.74	4.06	.009
私は他人がその人自身の話をしていると、話の腰を折るようなことはしない	3.80	3.91	.535
なごませ因子	17.80	19.29	.000
共感因子	19.06	20.71	.000

象的だった。友人はよく自分を見てくれていて、一番欲しい一言を書いてくれたので涙が止まらなかった」「自分でわかっていなかった自分を知ることができた」「自分に少し自信を持つことができ、明日からまたがんばれる気がした」など9件中7件がホットシートに関する肯定的な内容であった。その他「最初に肩もみをしたことで気持ちがほぐれた」「いかにも勉強みたいなのがなく取り組みやすかった」という内容だった。③【自己理解および自己肯定 (16件)】は、「新たな自分を知ることができた」「今まで見ようとしなかった自分を見直し、新たな自分を感じることができた」「自分に対していいところ、悪いところを素直に受け入れることができた」など、自分を見つめなおす機会になったという内容であった。④【他者理解の深まり (10件)】は、「知っていた人でも新しい1面を見ることができた」「相手の意外な面を見たり知ったりすることができた」「他人を受け入れることの大切さを実感できた」「他人のことにもっと関心をもつことができた」など、他者に関心を持ち他者の新たな側面を知る機会となったという内容であった。⑤【新しい人間関係の形成 (18件)】は、「話すことがなかった人とも話せて、仲良くなれてよかった」「クラスの友達との仲が深まるってこんなに良いものか!と思った」「改めて友人の大切さに気づいた」など、今まで話す機会がなかった友人との

交流によって新たな友人関係が広がることや、友人関係が深まる喜びを経験したという内容だった。⑥

【自己課題への取り組み (7 件)】は、「もう少し自分に自信を持って相手に自分の考えを伝えたい」「友人の良いところも悪いところも受け入れて、悪いところは指摘しあえる人間関係を築きたい」「参加した友人がかけがえのない存在に思えてこれからもこの友人を大切にしたい」など、自分自身についてや友人関係におけるこれからの課題に取り組もうとする内容であった。⑦その他要望が 10 件あり、「学生全員が参加して欲しかった」「今後も続けて欲しい」、宿泊した施設に関するものがあった。

4. フォローアップ・アンケートについて

SGE 終了後に「SGE に対する感想・意見」および「その後の生活への影響」について 2002 年度は実施 3 ヶ月後、2004 年度は実施 1 年 2 ヶ月後、2005 年度は実施 2 ヶ月後にフォローアップ・アンケートを実施した。

1) SGE に対する感想・意見

SGE に対する感想・意見は、少数者ではあるが【自己理解および自己肯定】【他者理解の深まり】【新しい人間関係の形成】【グループ体験】【エクササイズ】といった体験直後の感想と同様の内容が得られた。具体的には、「自分の新たな一面に気づいた」「ありのままの自分を受け入れようと思った」など自己理解に関するものや、「皆いろいろなことを思い、考えていることがわかり面白いと思った」など他者理解に関するものがあった。また、「その時間、その空間を、その人たちと共有することの喜びを大学生活ではじめて感じた」「皆で同じことを共有して楽しんでいるということを肌で感じた」「身体も心も動かしていると時間が過ぎるのがとても早く感じた」「個人作業・グループ作業どちらもあったのがよかった」など、グループ体験に関するものもあった。エクササイズの感想としては、ホットシートに関するものが多く、「皆が私の良いところを沢山教えてくれたのでジーンときた」「心が熱くなった。『人』っていいなと思った」「大学に入学して、人を信じることができず、自分をさらけ出すことができなかつたが、『ここにいる人なら信じてみよう』と考えた」など他者および自己への信頼を取り戻すきっかけとなっていた。また、アサーションエクササイズは、「人との交渉のトレーニングになった」という意見、導入での肩も

みが「緊張をほぐすきっかけとなった」といった意見もあった。参加人数については、「皆と関わられたのでちょうどよかった」「人数が少なかったのがよかった。多くなると気を使って疲れる気がする」といった意見もあった。このように、SGE で体験した肯定的な印象は継続しており、自己理解や他者理解を深め、新しい人間関係の形成につながっていた。

2) SGE のその後の生活への影響について

調査を行った 3 年間とも同様の内容が得られた。

①【自分自身・自己肯定】:「自己洞察が深まった」「意識的な行動を取るようになった」「自信を持てるようになった」「表現力が変化した」「自分を振り返ること、自分を認めることができるようになった」「一人で集団の中に入っていく自信がついた」など、SGE 後に自己理解が深まり、自信をもって生活しているという内容であった。②【他者との関係性】:「見方や接し方が変化した」「関係性が深まった」「参加者との交流が続いている」など特に SGE 参加者同士の関係性の変化があったという内容、『私は一人じゃない。大切に思ってくれる人が沢山いる』という気持ちが増えた」「人には一つ嫌なことがあっても沢山のよいところがあるから、人にもっとやさしくなろうと思った」「SGE で最後に私のことを皆が認めてくれたことを感じ人間が好きだと気づいた。そのため、自分から話しかけたり、挨拶したりするようになった」など、自分が認められることによる対人関係の広がりが見られた。③【学校生活への影響】:『フィンガーペインティング』がとても楽しく気持ちがよく、臨地実習でも行った」「実習において患者とのコミュニケーションの中で SGE での経験が役に立っている」など、SGE の経験が臨地実習に活かされたこと、「グループワークに抵抗なく取り組んでいる」「話し合いで皆の意見を聞く姿勢が身についた」など、話し合いでの取り組む姿勢の変化を感じているということであった。

VI 考察

1. SGE 参加前後の気持ち・自己イメージの変化について

SEG 参加前後の気持ちや自己イメージはいずれも肯定的に変化していた。藤野ら¹⁴⁾の調査では、SGE 参加前後の気持ちの変化で肯定的な変化が見られたが、有意差は見られていない。しかし今回の調査では、参加後に肯定的に有意な変化が見られた。これ

は、藤野らの実施したSGEは2日間通って行うものであったことに比べ、今回のSGEは宿泊研修を実施していることが影響しているのではないかと考える。才津ら¹⁶⁾は、継続型と合宿型の比較を行っており、合宿型が継続型と比べて気分が緩和し効果的であったことや、自由記載の結果から自己理解や他者理解の深まりが見られたことなどから、リラックスできる環境で集中的に実施する合宿型が効果的であったことを報告している。今回の肯定的な変化は宿泊研修であったことの影響があるのではないかと考える。

また、「他者受容できる」「自分を大切に思う」といった項目や、自己イメージに関する項目も肯定的に変化していた。國分¹⁹⁾は、SGEでお互いが開示し合い、傾聴し合う体験をすることで、自分は他者に受容されるに値する人間であり役立つ人間であると思えるようになることを述べている。このように、エクササイズを通して話して嬉しい、聞いてもらって嬉しいという体験が自己イメージの肯定的変化になったと考える。

2. SGEの有効性について

参加前後のオープナー・スケールの変化を見た結果、「聞き上手だといわれる」「他人の言うことを素直に受け入れる」といった共感因子の項目や「人は気楽に心を開いてくれる」「私といると相手はくつろいだ気分になれる」などなごませ因子の項目で有意差が見られた。つまり、SGE体験により、相手が話しやすい雰囲気をつくり、相手の話を積極的に聞くといった、相手が自己開示しやすい状態になるように学生自身が変化しているといえる。看護学生の多くは将来、対人関係を基盤とする仕事に就くため、相手をリラックスさせ話しやすい雰囲気作りができ、相手の自己開示を促す能力が向上することは重要であるため、SGEを看護学教育に取り入れることは有効なのではないかと考える。

終了直後の感想で「新しい人間関係の形成」や「自己理解および自己肯定」「他者理解の深まり」「自己課題への取り組み」などの結果が得られた。SGEの目標として、自己理解・自己受容、他者理解・他者信頼をあげているが、この目標は達成できたと考える。これは、エクササイズで自己肯定される体験をし、自分を見つめなおす機会が得られたことにより、ありのままの自分を受け入れることができ、自己の課題への取り組みへと繋がったのではないかと考え

る。

3. SGEの効果の持続性について

フォローアップ・アンケートの結果から、3ヵ月後、1年後でも印象に残っている感想としては、自己理解や自己肯定に関するものが多く見られた。また、友人の意外な側面を知り他者理解を深め、今まで交流がなかったクラスメートとの関わりから新しい人間関係の広がりを経験したことなどの感想も見られた。SGE終了直後の感想にも見られたが、フォローアップ・アンケートの結果からも自己理解や他者理解に関する同様の内容が得られたことは、SGE体験が、終了直後の一時的な効果ではなく、効果が持続するといえるのではないだろうか。その背景として最も印象に残るエクササイズとして挙げられているホットシートにおいて、自分の良いところを認められ、心が熱くなる体験をしたり、人への信頼感が得られたり、人間が好きになれたという体験をすることにより、自分自身を認め、他者受容ができるようになったことが考えられる。

また、フォローアップ・アンケートにおいて、SGEの体験が臨地実習やグループワークで活かされているという結果が得られた。広瀬⁸⁾は、集中的グループ体験で自らが主体的に学び、体得したものは、学生の中に確かに生き続け成長を支え、その価値を長期にわたって意味づけていくと述べている。今回のSGEで学生が学んだことも、学生の中に確かに生き続け、臨地実習やグループワークという場での学生の学びを支えていたのではないだろうか。このように、SGE体験は、その場での学びに終わらず、その後の学びを支える経験となると考える。

4. プログラムの有効性と今後の課題

プログラム構成において、実施の容易なものからやや複雑なものに、表面的・浅い内容から内面的・より深い内容にという系統的な順序性は考慮されるべきである。SGEの初期は緊張が強いので身体を動かし身体接触のあるエクササイズを導入して緊張をほぐすことは効果的であった。また、徐々に自己内省、自己理解・他者理解が深まるように構成していたことで、SGEの目的を達成することができたと考える。エクササイズの中で最も印象に残ったのはホットシートであった。これは最後のエクササイズであり、一緒に2日間過ごしたメンバーから、自分の

良いところと、今後気をつけたらよい課題をお互いに伝え合うものである。現代の学生は、自分自身の価値や評価を学業成績で測られていると感じやすく、人から容認される経験が少ないため、自尊感情・自己肯定感が低く、ありのままの自分を見つめられない傾向がある。そのような学生たちが SGE のエクササイズを体験し、最後にこのホットシートで友人にメッセージを送る・送られるという経験をすることで自己肯定感が高められたと考える。このような効果を高めるための要因として、今回の SGE では 1 つのグループサイズを力動的に最も適正な 8~10 名とし、1 グループに対してファシリテーターを最低 1 名をつけた。更に全体統括をする教員を 1 名配置し、メンバー個人とグループ間力動にも配慮が行き届いたと考える。また、各ファシリテーターが、SGE の目的を把握し、それぞれのエクササイズの意図を知り、学生を中心にしながら軌道修正していくことに留意したことも効果的に影響したと考える。

今回は希望者のみの参加であり、参加動機の強い集団であった。「今回の SGE の人数がちょうどいい」「人数が多くなると気を使う、疲れる」という学生からの要望があったが、対象数が多くなると抵抗を感じる学生や、エクササイズを消化すればよいものと感じる学生が出てくることが考えられる。今後の実施上の課題である。國分²³⁾は、SGE は、エクササイズによって仲間意識が育ち和気あいあいとしているにとどまらず、前よりも認識の世界が広がり、認識の仕方が変わることを期待していると述べている。また、今の世の中では、ふれあいが乏しく自分の本音を出さずに適度に愛想を振りまいているうちに、自分が何を感じているのか、何がしたいのか、何を考えている人間なのかわからなくなっていることを指摘している。このような状況にある学生が、自己理解や他者理解を深められる SGE を実施するためにも、単にエクササイズを消化するのではなく、SGE の原点である本音と本音の交流が実際に行われているかファシリテーターは常に観察・配慮する役割を担うことが重要である。

謝辞

SGE に参加し、感想や貴重な意見を寄せてくださり、研究協力していただいた研究参加者の皆様、ファシリテーターとしていい役割をとってくださった松尾和枝先生、濱田維子先生に心より感謝致します。

文献

- 1) 國分康孝：構成的グループ・エンカウンター。東京、誠信書房、1992.
- 2) 坂本洋子：構成的グループ・エンカウンターの効果に関する研究—帰国子女の認知の変容をとおして—。東京学芸大学付属学校研究紀要、第 20 集：277-298、1995.
- 3) 見籐隆子：看護教育へのエンカウンターグループ導入—私のエンカウンターグループとのかかわりから—。看護教育、27(4)：245-250、1986.
- 4) 石川みち子：看護教育におけるグループ・エンカウンターへの応用とその効果に関する研究(その 1)。千葉県立衛生短期大学紀要、11(2)：65-80、1993.
- 5) 石川みち子：看護教育におけるグループ・エンカウンターへの応用とその効果に関する研究(その 2)。千葉県立衛生短期大学紀要、12(2)：71-86、1993.
- 6) 石川みち子：看護場面の再構成を用いたグループ・エンカウンターへの試み。看護教育、34(5)：337-342、1993.
- 7) 石川みち子：看護場面の再構成を中心としたエンカウンターグループ。保健の科学、39(9)：599-604、1997.
- 8) 広瀬寛子：看護学教育における集中的グループ体験のもつ教育的機能に関する研究—現象学的方法を用いて—。看護研究、25(5)：537-547、1990.
- 9) 細川順子：エンカウンター方式によるグループワークの過程分析—授業者の感受性と表現力を高めるために—。看護教育、36(13)：1184-1189、1995.
- 10) 加藤久美子：看護教育におけるエンカウンター・グループの意義に関する研究(第 1 報)。日本看護学教育学会誌、9(2)：91、1999.
- 11) 坂本洋子：SGE で展開する「人間関係論」の意義と効果(その 1)。日本カウンセリング学会第 28 回大会発表論文集：198-199、1995.
- 12) 坂本洋子：SGE で展開する「人間関係論」の意義と効果(その 2)。日本カウンセリング学会第 29 回大会発表論文集：268-269、1996.
- 13) 高田ゆり子、坂田由美子：保健婦学生の自己概念に構成的グループ・エンカウンターが及ぼす影響の研究。カウンセリング研究、30(1)：1-10、1997.
- 14) 藤野ユリ子、坂本洋子：看護大学生における構成的グループ・エンカウンターの有効性の検討(第 1 報)—フォローアップ・アンケートを通して—。日本カウンセリング学会第 34 回大会発表論文集：194-195、2002.
- 15) 大塚邦子、川原淳子、坂本洋子：看護大学生を対象とした構成的グループ・エンカウンターにおける自己開示性の検討。日本カウンセリング学会第 36 回大会発表

坂本他：「人間関係論演習」における構成的グループ・エンカウンターの有効性の検討

論文集：89、2003.

16) 才津文子：看護学生の構成的グループ・エンカウンターの効果—継続型と合宿型の比較—. 日本カウンセリング学会第34回大会発表論文集：134-135、2001.

17) 高田ゆり子、坂田由美子：構成的グループ・エンカウンターの経年的効果. 日本カウンセリング学会第37回大

会発表論文集：270-271、2004.

18) 小口孝司：自己開示の受け手に関する研究—オープン・スケール、R-JS-DQとSMIを用いて—. 立教大学社会学部研究紀要応用社会学研究、31：49-64、1989.

19) 國分康孝他：エンカウンターとは何か—教師が学校で生かすために—. 図書文化社、2000.

Effectiveness of the Structural Group Encounter Method

Yoko SAKAMOTO, M.A.ED.¹⁾ Yuriko FUJINO, M.N.S.²⁾
Kuniko OHTUKA, M.A.ED.¹⁾ Yukie ISHIBASHI, M.ED.¹⁾
Junko MORIMOTO, M.ED.²⁾

We carried out the structural group encounter for 63 second-year students of a nursing college for 4 years between 2002 and 2005, as part as practice of the human relations approach. As a result, we found the affirmative changes in the participants' feelings and self-images. And as the Opener Scale also changed affirmatively and meaningfully, we realized that they could make others relax and improved the ability to encourage others to open others' mind.

Three months after and one year after, we carried out the follow-up questionnaires and got the results that self-understanding and the understanding of others deepened, new human relationships were formed, and that their own subjects were found out. And furthermore, we also got the result that the group experiences were made good use for practical training and group work.

As our future subject, considering that the number of the participants will increase and some of the participants will be reluctant, we'll have to figure out some way to raise efficiency of the exercise and find out experts who can facilitate the exercise.

Key words: Structural Group Encounter, interpersonal relationships, nursing student

1) The Japanese Red Cross Kyushu International College of Nursing

2) The Japanese Red Cross Kyushu International College of Nursing (Former)