

グループエンカウンターとは何か？

構成的グループエンカウンターを語るには、グループエンカウンターについて、まず語る必要がある。

1. 「エンカウンター」、「グループエンカウンター」とは何か？

「エンカウンター」という用語は「出会い」という意味。出会いとは縁を大事にした触れあいのことである。「ホンネとホンネの交流をする」という意味でも使う。このエンカウンターをグループで実現しようとするので「グループエンカウンター」という。

2. 二つのグループエンカウンター

グループエンカウンターには二つの種類がある。

(1) ベーシック・グループエンカウンター（非構成的グループエンカウンター）

1960年代以降の Rogers（それ以前の Rogers は個別面接中心）の影響を強く受けた集中的グループ体験。「どうぞご自由に」式のフリートーキングを主たる内容とし、ルールの取り決めも少なく、リーダーの主導権が極度に低いのが特徴。

(2) 構成的グループエンカウンター

1940年代後半の Lewin らの T グループの影響を受け、その後、1960年代に Parls が創始したゲシュタルト療法の流れを組む集中的グループ体験。リーダーが用意したプログラム（エクササイズ）を用い、「今から、分間、 をしてください」式に課題遂行していくのが特徴。

< 両者の共通点 >

- ・ いずれも第二次大戦直後に最初に実践的な萌芽があり、その後、1960年代から 70年代前半のヒューマンポテンシャル（人間性回復）運動に支えられて発展してきた。
- ・ 思想的背景として、「実存主義哲学」を基調とする。

「Being is choosing」；生きるとは自分が自分の人生の主人公であるとの気概を持って自分の在り方を選ぶことである。

「In-der-Weltsein」；世界的内在。個人は自分だけで生きているのではない。他との線ありてこそ生きているのである。

- ・ メンバー相互の自己開示がグループ体験の内容になっている。

< 両者の違い >

- ・ 「構成」するか、しないかの違いである。「構成的」とは「枠を与える」という意味である。主たる枠が五つある。

グループのルール（例；時間厳守，守秘義務，ペンネームの使用など）

グループサイズ（例；「ペアになって」、「四人一組で」など）

グループの構成員（例；「顔見知りでない人と一緒に」、「異性と組んで」など）

時間制限（例；「一人一分ずつ質問して」、「これから5分間で」など）

エクササイズをする際の条件（例；「無言で～してください」など）

< 構成法の意義 >

どちらの方法が優れているのかという議論は不毛であるが、國分・菅沼（1979）が「非構成法」と対比しての「構成法」の意義を簡潔にまとめているので以下に引用する。

- 1) レディネスに応じてスピードを調整できる。
- 2) レディネスに応じてレベルを調整できる。
- 3) 専門的リーダーでなくても展開できる。
- 4) 時間に応じてプログラムを伸縮できる。
- 5) 短時間にリレーションを高められる。
- 6) グループサイズを大になし得る。

また、國分（1992）は、大学生のグループを Y G 検査を用いて測定したところ、三泊四日の合宿制グループに関する限り、「構成法」も「非構成法」もその効果に差がなかったと報告している。そして、効果の差がないにもかかわらず、あえて「構成法」を主張する理由を次のように述べている。

- 1) 所定の時間に納められる。沈黙だけ続いて解散ということがない。
- 2) 参加者のレディネスに応じてエクササイズの順序と時間配分とリーダーの介入を勘案するので、心的外傷を予防しやすい。
- 3) 内容的にも時間的にも枠があるため、グループが荒れに荒れることがない。したがってリーダーはカウンセリングの専門家でなくてもできる。
- 4) 150 人、200 人といった多人数にも活用できる。
- 5) 構成法のリーダーは支配的・能動的・家父長的・自己開放的な人物が適しており、教師や企業家、社会教育家の中に適任者を見つけやすい。

3 . グループエンカウンター略史

今日のグループエンカウンターに類するものが昔にも三つあった。

(1) サイコドラマ（心理劇）

・ 1910 年、ウィーンにて誕生。現実の生活場面で体験したことを舞台の上で観客を前に演ずる。サイコドラマの骨子は外界に左右されず、自分のホンネが出しやすくなるということがグループエンカウンターに通ずる。集団心理療法の祖と言ってもいい。

(2) 道徳再武装（オックスフォードグループ）

・ 1920 年代、イギリスにて誕生した学生グループ運動。ねらいはマスターベーションの罪障感からの解放。自分の罪障感を告白しあうことにより、仲間意識ができる、そして、その意識が罪障感を消すと考えた。「告白」という点が、現在のエンカウンターに酷似している。

(3) 禁酒同盟

・ 1935 年、アメリカにおいて、オックスフォードグループの影響を受け誕生。アル中患者の告白グループ。

今日のグループエンカウンターにつながった二つの流れがある。

(ア)アメリカ東部のエンカウンター。1940年代後半。レヴィンをリーダーとして地域の代表者が地域の諸問題に対処するために集団討議をした。その討議自体に意味があることに気づいた。1947年、討議そのものを目的とした集団を「グループ開発実験室」と称し、やがて1949年、「Tグループ」と命名された。主催は全米トレーニング・ラボラトリー(NTL)である。

(イ)アメリカ西部のエンカウンター。現代アメリカ社会の諸問題(人口移動の激しさ、家庭生活の希薄化等)に起因する「根無し草」的人間から何とか脱却する方法として登場。1962年設立のエスリン研究所が中心。ゲシュタルト療法の祖、パールズが有名。

*その他にもグループエンカウンター・センターとして著名なものがいくつかある。ロジャーズの「人間研究所」のラ・ホイア・プログラムなど。

日本のグループエンカウンターはいつから始まったのか。三つの説が考えられる。

- a)1955年、友田不二男が始めたカウンセリング討論検討会。
- b)1958年、日本キリスト教協議会がアメリカ、カナダから指導者を呼んで実施。
- c)1970年、畠瀬稔らが「エンカウンター・ワークショップ」として実施。

野島(1999)は、グループエンカウンターを含む「グループアプローチ」の歴史を次のように整理している。

「グループアプローチ」とは「自己成長をめざす、あるいは、問題・悩みを持つ複数のクライアントに対し、一人または複数のグループ担当者が、言語的コミュニケーション、人間関係、集団内相互作用等を通して心理的に援助していく営みである」と定義している。グループアプローチには、グループサイコセラピー、サイコドラマ、グループカウンセリング、グループワーク、集団指導、集中的グループ経験などが含まれる。(グループエンカウンターは集中的グループ経験に含まれる)

グループアプローチの実践・研究の流れの中で我が国においてどのようにグループエンカウンターが紹介され、広まっていったかについて、野島(1992)、佐治(1983)、國分(2000)らの文献・資料から以下のように整理した。

- ・1905年、Prattのクラス法が現代的意味でのグループアプローチの始まり。結核患者が対象の治療。
- ・1910年、Morenoの心理劇。心理劇とは、個人に焦点を当てる「サイコドラマ」、集団の課題に焦点を当てる「ソシオドラマ」、役割機能の発展をめざす「ロールトレーニング」(教育領域では「ロールプレイング」)を総称した呼び方。
- ・1930年代、Slavsonによる精神分析的集団精神療法。
- ・1946年、マサチューセッツ工科大学(MIT)において、LewinがTグループを提唱。エンカウンターグループの始まり。
- ・1946年、シカゴ大学のRogersがカウンセラー養成の集中的グループワークを実施。
- ・1963年、エスリン研究所のParkがゲシュタルト療法ワークショップを開催。エクササイズを主に取り入れた手法は、後の構成的グループエンカウンターの源流。
- ・1964年、ラ・ホイア研究所に移ったRogersはエンカウンターグループの研究を盛んに行う。この一連の研究の中で、Rogersは従来のクライアント中心という考え方を広げ、PCA(パーソナル

ト・ア・ロ・チ)を提唱。

- ・1972年，上智大を中心に国際心理学会開催。その中でアメリカのカウンセラーによって行われたワークショップが，日本における最初の構成的グループエンカウンター。(* 他の説もある)
- ・1970年以降，Rogers のもとで学んだ畠瀬稔らによるベーシック・エンカウンターグループ(非構成法)が盛んに行われた。
- ・1973～74，國分康孝がフルブライト交換教授として渡米し，構成的グループエンカウンターを学ぶ。
- ・1975年以降，國分が中心となって，八王子にて「インターカレッジ人間関係ワークショップ」を開催。
- ・1978年以降，國分・菅沼・村瀬が人間関係開発プログラムに関する論文を多数発表。
- ・1980年，野島が看護婦対象のゲーム・エンカウンター・グループの事例研究。
- ・1981年，國分が「エンカウンター」出版。これを機に構成的グループエンカウンターが専門家の間でも一つの立場として認められる。
- ・1986年，國分が「教師と生徒の人間づくり～エクササイズ実践記録集」出版。教育における構成的グループエンカウンターの開業に大きく寄与。
- ・1980年代後半，國分ら以外の実践者，研究者による構成的グループエンカウンター論文が増加。

<参考> 類似語の識別を！！

- ・グループサイコセラピー～集団心理(精神)療法。専門家による治療であり，相談とは違う。精神疾患患者が対象。
- ・グループワーク～例えば情報能力訓練等，「能力」にウェイトが置かれる。
- ・グループカウンセリング～個人カウンセリングに対する概念。集団の力学的機能によって，自己理解と行動変容を進める試み。人数は8人前後。多すぎても少なすぎても難しくなる。

<参考文献>

- ・カウンセリングの理論．國分康孝．誠信書房．1980
- ・エンカウンター．國分康孝．誠信書房．1981
- ・佐治守夫・飯長喜一郎．ロジャーズ クライアント中心療法．有斐閣新書．1983
- ・構成的グループエンカウンター．國分康孝．誠信書房．1992
- ・エンカウンターで学級が変わる Part 1～3．國分康孝監修．図書文化．1996～99
- ・グループアプローチ．野島一彦編集．現代のエスプリ 385．至文堂．1999
- ・エンカウンターとは何か．國分康孝．図書文化．2000
- ・非構成法・構成法の略史．國分康孝．岩手大学大学院「学校カウンセリング特論」講義．2000