

構成的グループ・エンカウターの基礎 '08

名城大学
曾山 和彦

はじめに～なぜ、エンカウターか

- ・人が、人になるには、人が必要である ふれあう中で、自分に気づく 人間的な成長
- ・人と人がふれあうには、「安心・安全の欲求」が満たされている必要がある。
- ・現代社会（家庭、学校、地域）は、人間関係が希薄、表層的と言ったら言い過ぎだろうか。
- ・失われた「3つの間（仲間、時間、空間）」を補うアプローチが必要である。その具体策の一つが「エンカウター」である。「人（仲間、集団）を用意し、人とかがわる時間を用意し、人とかがわる空間（場所）を用意する。」人工的・契約的なグループ体験を通して、ふれあいや自己発見を促す教育技法が、今こそ求められているのではないか。

1. 「エンカウター」とは何か 学校現場で主に使われる「エンカウター」に限定

(1) 正式な名称

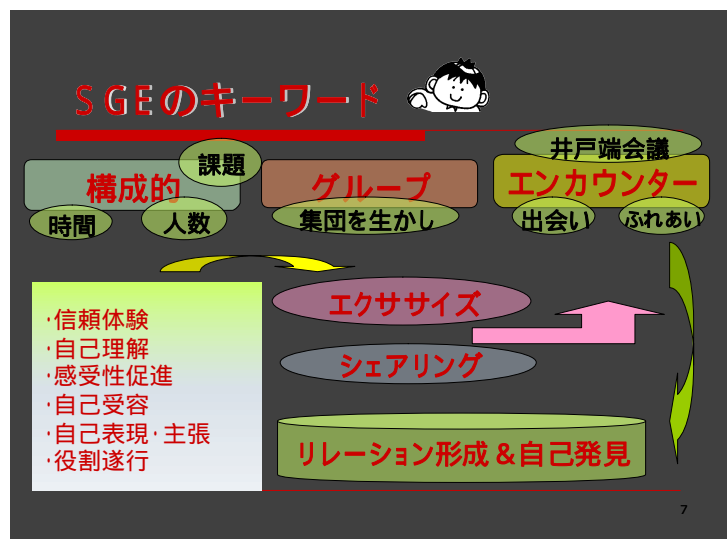
- ・構成的グループ・エンカウター
(Structured Group Encounter = S G E)

(2) 「エンカウター」の意味

- ・「出会い」、「ホンネとホンネのふれあい」
- ・「高級井戸端会議」(國分康孝先生の言葉)

(3) 「構成的」の意味

- ・「枠を与える」ということ
- ・枠の種類 = 人数、時間、エクササイズ(課題) 条件(ルール) 等



【参考】縛解一如(木下竹次の言葉)

・「縛るのと解くのは同じ」ということ。例えば、帯は身体を束縛する。しかし帯がなくては腹力がなくて活動自在にならぬことがある……。 (齋藤孝著「呼吸入門」P120)

(4)ねらい

- ・「ふれあい」と「自己発見」を促進する
ふれあい（リレーション）とは
- ・ふれあい（リレーション）とは、相手との間にプラスマイナスを共に含んだ感情交流をもっている状態のことである。教育現場ではよく用いられるラポール（ラポート）とは、相手との間にプラスとプラスの感情交流をもっている状態のことである。

【ポイント】リレーションとは、ラポールが一歩進んだ状態のことである。



【参考】ふれあい - リレーション - エンカウンター

ふれあいのある関係とはリレーションのある関係であり、リレーションのある関係だからこそ、エンカウンター（出会い、ホンネとホンネのふれあい）ができる。

<例> 乗り合わせた電車内に、ふれあい（リレーション）はないだろうし、エンカウンターもできない。年度当初の学級集団も同じである。学級の子どもたちがエンカウンターできるようになるには、教室を安全・安心な居場所として位置づけ、その中でふれあいを促進するように働きかける。学級内のふれあいが進むにつれ、子どもたち同士のエンカウンターもできるようになるだろう。

自己発見とは

- ・ジョハリの窓の「オープン領域」が縦にも横にも広がることである。

【参考 ジョハリの窓】(フリー百科事典『ウィキペディアより引用])

ジョハリの窓とは、自分をどのように公開し、隠蔽するか、コミュニケーションにおける自己の公開とコミュニケーションの円滑な勧め方を考えるために提案されたモデル。1955年夏にアメリカで開催された「グループ成長のためのラボラトリートレーニング」席上で、サンフランシスコ州立大学の心理学者ジョセフ・ルフト (Joseph Luft) とハリー・インガム (Harry Ingham) が発表した「対人関係における気づきのグラフモデル」のことを後に「ジョハリの窓」と呼ぶようになった。ジョハリ (Johari) は提案した2人の名前を組み合わせたもので、ジョハリという人物がいるわけではない。



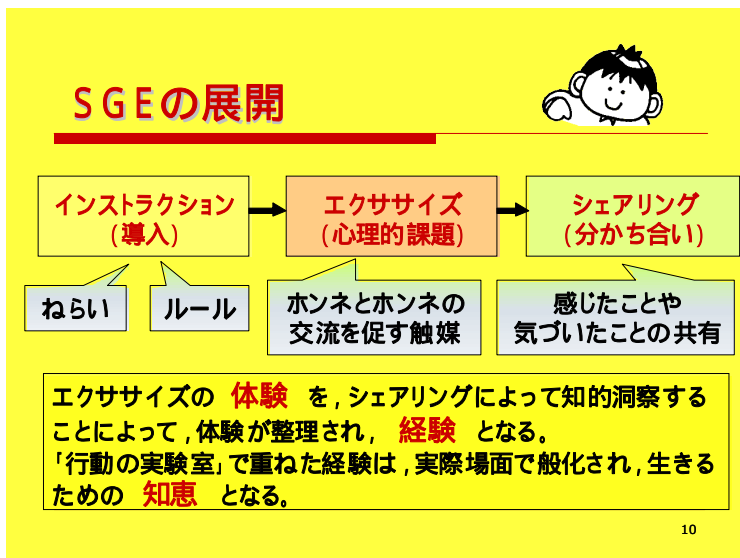
(5) 3本柱

・ S G E を展開するときの「型」である。

【参考】型と技

齋藤(2003)は型の3要素として、「誰でもその場で教えられる。誰が教えても同じようにできる。誰がやっても同じ効果がある」ということを述べている。S G E は、まさにその型(マニュアル)をもっている。リーダーが型をしっかりと学び、身についたときにその型は、有効に活用できる「技」となる。

(齊藤孝著「呼吸入門」P60)



(6)エクササイズ

・ 心理的課題のことであり、「ふれあい」と「自己発見」を促す「触媒」として次のようなものがある

信頼体験のエクササイズ	自己理解のエクササイズ	自己受容のエクササイズ
自己主張のエクササイズ	感受性促進のエクササイズ	役割遂行

つまり、「エンカウンター」とは

一連の流れは、棒を与えられたグループの中で、棒を与えられたエクササイズ(課題)を体験し、棒を与えられた時間、トピックの中で各自の体験をシェア(分かち合う)するということである。エクササイズを介してメンバー間にふれあい(リレーション)をつくり、ふれあいを介して、自己発見、さらに他者発見、人生発見を促進する教育的色彩の強い援助技法である。

2 S G E についてのQ & A

(1)エクササイズはゲームと違うのか

ゲームもメンバー間のリレーションづくりに大きな効果があるため、S G E のエクササイズと識別が難しいといわれる。それゆえ、「ゲームとエクササイズは全く違う」と断定しない方がいい。しかし、以下の点で両者は異なる。

ゲームは楽しくなければゲームといわない。エクササイズはリレーションづくりとしては楽しむことをねらうものを設定するが、自己発見、他者発見等をねらう場合、必ずしも楽しいものばかりではない(言いづらい、恥ずかしい等の苦しさを乗り越える勇気が必要なものもある)。



ゲームに気づきは必要ない。エクササイズは「気づき」を重視する。「楽しかった」だけでは終わりにせず気づきを重視するため、エクササイズ後のシェアリングを行う。

【ポイント】S G E のエクササイズには、ゲームを超えるものがある。

(2) シェアリングはなぜ大切なのか

自他の感情に触れる体験が不足している現代。安心・安全の枠の中で、そうした感情に触れることで自己発見、ふれあいが促されるからである。

【ポイント】シェアリングの時間、場を例え短時間でも持つことが大切。

(3) どうすればうまくシェアリングを設定できるのか

メンバー間で気づいたことを話し合うということに抵抗をもつ場合がある。限られた授業時間に設定することの難しさもある。以下に、いくつかの設定上のポイントを示す。

シェアリングはなぜ大切か

- ❑ 現代は大人も子どもも、自分の感情(気持ち)を見つめる、解放することが不足がち
- ❑ まずは、「快・不快」に焦点を当てて見つめる、解放する
- ❑ 自分の感情を見つめる、解放する、他者の感情に触れ、さらに自分の感情を見つめる、解放する体験がシェアリング
- ❑ シェアリングにより、「自己発見&ふれあい」が促される

- ・ グループ人数を工夫する（2人組だと話しやすい、4人組だと話しやすいとか）
- ・ シェアリングのポイントを板書しておく（例；「目をつぶり、相手に身体を任せてどんな感じがしましたか？」、「安心できた人は、なぜ、安心できたのかを話してください」など）
- ・ スケールを付けたワークシートを使う。一言欄も付けて、それを記入後に発表しあう（例；「とても楽しかった」から「全然、楽しくなかった」までの5段階程度のスケールを用意し、 を付ける）。
- ・ ミニシェアリングの時間を設定する。

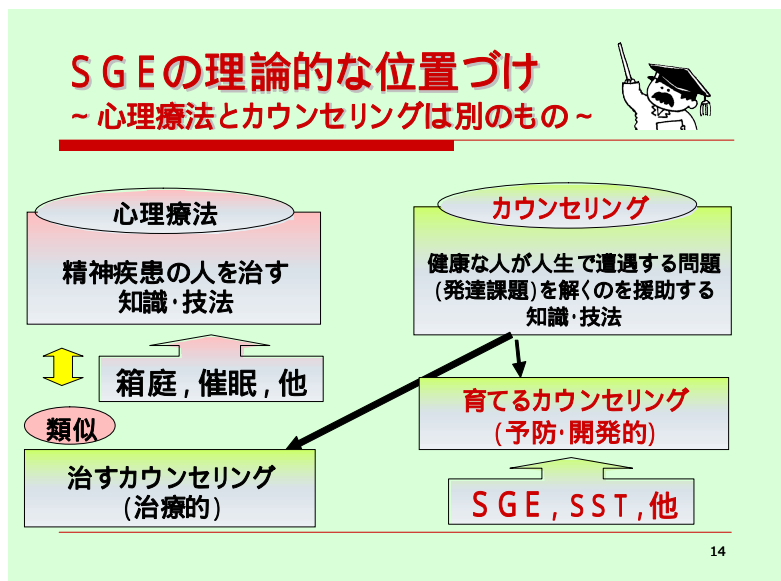
【ポイント】シェアリングの設定には様々な工夫ができる。仮に話をしない子どもがいても、シェアリングの時間、場を設定すること自体に意味がある。沈黙の中にもその子なりの振り返りはあるし、メンバーの気づきを聴くだけでも意味がある。

(4) S G E は誰でもできるのか

・ S G E は、心理療法ではなく教育技法なので、エクササイズ集を参考にすれば誰にでもできる。しかし、「マニュアルどおりにやってもうまくいかなかった」、「集団内の人間関係が前より悪くなった」という声も、時々聞かれるようである。誰でもできる S G E であるが、次のような留意点がある。

自分自身がまず体験しておくこと。

・ 校外の研修会に参加したり、職員同士で事前に体験したりすることが必要である。自分自身が一度でも体験しておく、エクササイズを子どもたちに実



施する際に、配慮すべき点が見え、アレンジしやすくなる。

*自分が体験して「楽しめない」ようであれば、子どもたちにはやらない方がいい。自分が楽しめないものは、子どもたちには伝えにくい。「感情の教育」といわれるエンカウンターに自分自身抵抗があるなら、「行動の教育」といわれるスキルトレーニングなどの教育技法もある。

参考「ソーシャル・スキル教育で子どもが変わる」(國分康孝監修、図書文化)

ふれあい(リレーション)づくりのためのショートエクササイズから入ること

・ゲーム的に楽しめるエクササイズで、しかも10～15分程度でできるショートエクササイズを行うことから始めたい。「楽しい体験」、「心地よい体験」を繰り返す中で、子どもたちの中にリレーションが生まれ、「こういう活動ならもっとやりたい」という意欲が高まってきたら、徐々に、自己発見を促すようなエクササイズも取り入れていくようにするとよい。 参考「エンカウンターで学級が変わる」、「ショートエクササイズ集」(國分康孝監修、図書文化)

【ポイント】手軽に取り組めるS G Eだが、事前の入念な準備は必要である。マニュアルをそのまま使えばうまくいかないこともあり、集団の状態に合わせたアレンジは欠かせない。

参考「グループ体験によるタイプ別学級育成プログラム」(河村茂雄編著、図書文化)

3 おわりに

「感情の教育」であるS G Eを児童生徒に行うために、まず自分自身が体験することが必要である。自分自身が「楽しい、ためになった」と感じたならば、是非一度、S G Eを児童生徒に行うことをお勧めする。リーダーとして、プログラムを進める中で気づくこともあると思う。逆に、自分の肌に合わないと感じたならば、S G Eにこだわることはない。「思考の教育」、「行動の教育」、「感情の教育」に生かせる技法は他にも様々にある。「使えるものは何でも使え、目標達成に役に立つものこそ大切である」というプラグマティズムの発想で、子どもに向き合ってみてはどうだろうか……。

プラグマティズムの原理

問題を解くために役立つ知識こそ真の知識

使えるものは何でも使え(折衷主義)

経験によって学ぶ, なすことによって学ぶ



【参考・引用文献】

- ・エンカウンターとは何か、國分康孝、図書文化、2000
- ・構成的グループ・エンカウンター、國分康孝、誠信書房、1992
- ・カウンセリングの理論、國分康孝、誠信書房、1980
- ・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、國分康孝、誠信書房、1981