

Tグループ（人間関係トレーニング）

-深いかかわりから学ぶ-

日本の各地から集まったさまざまな人々と八ヶ岳を目の前に仰ぐ清里の豊かな自然はあなたが、人と人との関わりを探究するのを豊かにささえてくれるでしょう。

- 本当の自分自身でいられることの深い充足感
- 人と人が関わるプロセスの変化に富んだ姿
- 対話の中で人の心に触れた瞬間の感動
- 深いところで自己と対面した驚き
- ズッシリとした学びの手応え

概要	津村 俊充（南山大学人文学部心理人間学科教授） グラバア俊子（南山大学人文学部心理人間学科教授） 中村和彦（南山大学人文学部心理人間学科教授） 星野欣生（南山短期大学名誉教授）
概要	人間関係の体験学習の中でも、特に密度の濃い体験のできるトレーニングが「Tグループ」とよばれる集中的集団体験です。その中から、深く豊かな気づきや学びが生まれます。 人間関係の体験学習の中でも、特に密度の濃い体験のできるトレーニングが「Tグループ」と呼ばれる集中的集団体験です。 10名程度が1グループになって、自由な雰囲気の中で対話を続けていくと、自己理解や他者理解、受容や共感、傾聴や援助関係、コミュニケーションやグループプロセス、などにかかわる様々な現象が起こります。その時その場に起こっている人間関係や自分や他者のありようについて、気づいたことや感じたことをお互いにフィードバックしあうことによって、生の人間関係から学ぶことが可能になるのです。 たっぷり時間をかけて、自らの気づきを中心にして学んでいきますので、講義や短時間の実習などでは得られない深く豊かな気づきや学びが生まれます。 ●Tグループについて Tグループとは、Training Groupの略であり、人間関係トレーニングの原点かつ源であるトレーニング方法です。具体的には、メンバー7～10人とスタッフ2人が1つのグループを組み、同じグループで1週間を過ごしていく中で生じる人間関係自体を題材にしながら、ともに学びともに成長することに取り組むトレーニングです。 歴史：Tグループの始まりは1946年、グループダイナミクス研究者として有名なK. レヴィンを中心とした研究者たちが開いたワークショップでした。その後、アメリカ合衆国N T L（National Training Laboratory）でTグループが継続的に開催され、現在でも核（コア）プログラムとして実施されています（Human Interaction Laboratoryという名称で実施）。 日本には、1950年代後半に紹介され、立教大学キリスト教教育研究所（J I C E）によるヒューマン・リレーションズ・クラブとして実践が重ねられました。 南山大学人間関係研究センターでは、Tグループ本来の発想である「人間尊重」をベースとしたグループアプローチとして、前身である南山短期大学人間関係科時代から通算30年あまり、このTグループを実施し続けています。 他のトレーニングとの違い： Tグループは、合宿制で行う集中型のトレーニングです。したがって、自分自身のあり方、対人関係の持ち方、グループダイナミクスについてなど、非常に深く学ぶことができます。6日間という長いプログラムで実施するため、他のメンバーとも深い関わりができ、そこから深い気づきを得ることができます。また、ふりかえりの時間が充実しているのも特徴となっています。
日程	2010年3月12日（金）～17日（水） 5泊6日 フォローアップ： 2010年6月27日（日）10:00～16:00（南山大学 D棟にて）
定員	18名
会場	（財）KEEP協会・清泉寮 〒407-0301 山梨県北杜市高根町清里3545
受講料	受講料 78,000円 滞り費 53,250円（ツイン利用）※現地徴収
メルマガ講座報告	担当講師 中村和彦 記 2009年度公開講座（Tグループ）は、3月12日（金）～17日（水）の5泊6日に、山梨県清里の清泉寮で開催されました。前日に雪が降り、開催当初は雪景色だった清里も、研修後半は晴天が続きました。 今回ご参加いただいた方は17名、8名グループと9名グループに分かれました。スタッフは、津村さん、グラバアさん、中村、そして社会人のTグループは久々という、ベテランの星野欣生さんでした。事務局スタッフは、 3月末で任期を終えるため、この合宿が最後となった中田さんでした。ラボラトリー方式の体験学習は、unstructured experience（非構成的な体験）とstructured experience（構成的な体験）に分けられます。これは、ラボラトリーという人と人が関わる場で、取り組む課題があらかじめ構成されている程度で分かれます。課題が明確な実習（カード型実習など）はファシリテーターが実習内容を構成して学習者に提供します。一方、Tグループのセッションでは、そこで取り組む話題があらかじめ決まっています。 「構成的な体験」の実習のように、取り組む課題が決まっていると、課題の内容について話すことになります。ところが、Tグループのセッションでは、私自身のあり方の「隠れ蓑」となる課題がなく、自然にそこに存在する人や関係性に焦点が当たります。私が担当させていただいたグループでも、私自身を含めて、人と人との間にさまざまなプロセスが起こり、その体験から学びました。今、こうやって書きながらふりかえってみると、さまざまなシーンがよみがえり、自分自身の傾向、反応の仕方、感情、他の人に及ぼす影響などを改めて思い出し、気づきます。 Tグループはその誕生の当初、社会の全ての人々にとってそこでの学びが重要であり、特に、他者の学習や成長を促進することを専門にしている人々（トレーナー、コンサルタント、教師、リーダー、ソーシャルワーカー）にとって重要だと考えていました。現代でも、職種に関わりなく、さまざまな方にご参加いただきたいと思うとともに、特にファシリテーターやコンサルタントなど、人と関わり、人を支援することを専門にしている方々にご参加いただき、ともに学べることを願っています。