

## 非構成的なグループ・アプローチの歴史的・理論的背景に関する検討

— Tグループ、エンカウンター・グループ、精神分析的集団精神療法を中心に—<sup>\*1</sup>

中 村 和 彦 (南山短期大学講師)

### I. はじめに

人間の成長や心理的問題の治療のためのアプローチの方法として、カウンセリングや個人精神療法など、治療者が患者と1対1で行うものが一般に知られている。しかし、教育や企業研修の分野、そして臨床心理学や精神医学の分野において、1対1ではなく、小集団を用い、何らかの活動を行いながら教育・心理的治療・医学的治療を行っていくアプローチも多く行われており、それらは「グループ・アプローチ」、「集団精神療法(Group Psychotherapy)」、「グループ・セラピー」などと呼ばれている。グループ・アプローチには後述するような様々な流派・理論的背景があるが、小集団(2名以上から20名くらい)を用いること、各グループに1名以上のスタッフ(リーダー、ファシリテーター、トレーナーなど様々な呼び方がなされるが…)が存在していること、グループのメンバーは何らかの活動をしながら一緒に時を過ごすこと、などが共通している。しかし、様々なグループ・アプローチの間には以下のような相違点もある。

#### (1) グループでの活動が構成的であるか、非構成的であるか

“構成的”と称されるのは、何かの活動を行う際に、スタッフが何らかのプログラムや課題(活動内容)を用意し、それについて作業や討議をするものである。例えば、当南山短期大学人間関係科にて行われている体験学習による「ラボラトリー・メソッド」(津村・星野,1996、伊藤ら,1995)、「構成的グループ・エンカウンター」(国分,1992)、医療現場で主に精神疾患を抱える患者に対して行われている集団精神療法の中の「作業療法」や「レクリエーション療法」、サイコドラマ、音楽や絵画などを用いながらグループで進められる「音

楽療法」や「芸術療法（アート・セラピー）」も構成的なグループ・アプローチの中に含まれるであろうし、児童・生徒に対する「療育キャンプ、治療キャンプ」なども含まれよう（山口ら,1987）。

それに対して、“非構成的”なアプローチは、時間や場所等の枠はスタッフ側で決められるが、スタッフが用意したプログラムや課題はないものを指す。よって、何かの作業や製作をすることはなく、グループメンバーは多くの場合室内で、お互いに話し合うことによって過ごしていくことが多い。このアプローチとしては、社会心理学者であるレヴィンがきっかけとなった「Tグループ（トレーニング・グループ）、カウンセリングの大家であるロジャーズが始めた「（ベーシック）エンカウンター・グループ」、そして精神分析学を源流とする「精神分析的集団精神療法」がある。

構成的グループ・アプローチは、課題が明確であり、メンバーも活動に迷うことがないために抵抗が生じることが少ない。また、短ければ1回につき1時間でも行え、比較的短時間で行うことができる。それに対して、非構成的グループ・アプローチは、数日間宿泊をしたり通うなどしながら長時間行う必要がある。また行う活動が明確ではないため、初期にメンバーからスタッフに対して抵抗が生じることがある。しかし、グループで行う課題が設定されていないため、メンバーは課題を隠れ蓑にすることができず、必然的にメンバー自身のことやお互いの関係についてコミュニケーションが行われる。その結果、メンバー自身が深い洞察を行ったり、他者との深い出会いが生じることが多い。本稿では、この非構成的グループ・アプローチを中心に扱っていく。

## (2) 集中的な体験かどうか

第二の相違点は、一連のプログラムが“分散的”に行われるか、“集中的”に行われるか、という点についてである。各セッションに一つのプログラム（実習）が組み立てられており、メンバーは各セッションを週に1回以上ずつ体験していくのが“分散型”であり、宿泊などを伴いながら、連続的に各セッションを体験していくのが“集中型”である。

“分散型”の代表としては、医学領域で行われている集団精神療法が挙げられよう。その集団精神療法の定義として、西村ら（1995）は、①1名以上の訓練を受けた治療者がいること、②1グループ7～10名の患者で構成されていること、③週1～3回（各60～90分）のセッションがあること、④治療者は一定の治療計画を持つこと、⑤治療を目的にしているということの共有が患者との間にあること、⑥治療者との関わりや患者同士の対人相互作用およびそこの患者の感情を治療的素材とするもの、という6点を挙げている。医学領域でのグループ・アプローチは主に病院の中で行われている治療ということもあり、③の定義のように、週に一度または数回ずつ定期的に行われているものが多い。

また、教育現場の通常授業の枠内で行われている実習を用いた構成的なグルー

プ・アプローチ (eg. 南山短期大学人間関係科の人間関係プロセス論; 伊藤ら, 1995を参照のこと) も、週に一度ずつ定期的に行われているものである。

一方“集中型”の場合は、メンバーは主に日常から離れた自然の多い場所に宿泊しながらともに過ごしていくことになる。非構成的なグループ・アプローチの多くは比較的集中的に行われる。例えば、南山短期大学人間関係科が実施しているTグループは基本的に五泊六日であるし、人間関係研究会が実施しているエンカウンター・グループは一泊二日～五泊六日のスケジュールとなっている(中には通い型のエンカウンター・グループも存在する)。精神分析的集団精神療法は、患者の治療を目的とする場合ではなく、治療者の教育・研修を目的とする場合に集中型がとられる場合もある。

“集中型”グループ・アプローチはグループのメンバーがクローズドである場合が多く、日常生活をある程度切り離すことができ、固定されたメンバーとの間で深い関わりが可能となってくる。また、各セッションを集中できることにより、“今ここ”での対人関係により集中しやすいというメリットがあろう。しかしながら、日常から離れることによってお金がかかる、仕事を休まなければいけないといったコストが高くつくことなど、デメリットもある。“分散型”グループ・アプローチは、日常生活の中に研修・教育・治療を組み込むことが可能であり、少ないコストで体験することが可能である。しかしながら、体験が限られた時間内であり集中型に比べて深い関わりは生じにくいこと、メンバーの不参加・欠席等があること\*<sup>2</sup>、セッションとセッションの間に日常生活が入ることにより、セッションに日常性(日常での人間関係観や日常での自己概念など)が持ち込まれたり、セッションと日常の切り替えを頻繁にする必要がでてくる\*<sup>3</sup>、などのデメリットがあろう。

本稿では、深い学びや出会いが生じる可能性がある非構成的グループ・アプローチの代表的な方法である、「Tグループ」、「エンカウンター・グループ」、治療よりも研修を目的とした「精神分析的集団精神療法」の各アプローチの歴史的背景・理論的背景の相違点を考察していく。Tグループとエンカウンター・グループの比較は過去にもなされているが(畠瀬,1971、田畑,1987、早坂,1991など)、精神分析的集団精神療法も含めて比較が行われることは少ない(分類上で取り上げられたことは後のII-4.にて触れるようにいくつかの研究があるが、歴史的・理論的背景を概観しながら比較された研究はないと思われる)。また、これら3つのアプローチの特徴を比較し考察していく上で、南山短期大学人間関係科が行っているTグループのアプローチの特徴を改めて位置づけていくことも目的とする。

尚、本稿は上記3つのグループ・アプローチの優劣を評価することをねらいにはしていない。同じような非構成的なグループを扱っている中で、どのアプローチが最も有効であるかを議論しても意味がないと思われる。それぞれの3

つのアプローチを記述的に比較する中で、南山短大人間関係科流のTグループの特徴をより明確にしていくことを、そして他のアプローチの良い点は筆者自身のトレーナー観の中に採り入れていくことをねらいにしている。

## Ⅱ. 非構成的グループ・アプローチの歴史的・理論的背景

### 1. Tグループ

この「Tグループ」とは、レヴィンに端を発し、NTL(National Training Laboratory)にて現在も行われている、Training Groupのことを一般的には指す。ただし、精神分析的なオリエンテーションに基づきながら、精神科医や精神分析的集団精神療法のリーダーの訓練を行うトレーニング・グループの場合にも「Tグループ」という名称が用いられている(柴田・斉藤,1992はこれに該当する)。その源は、ビオンが精神分析家の訓練方法としてグループを用い、それを“トレーニング”と“タヴィストック”の両方の頭文字をとって「T-グループ」と呼んだことに由来している(磯田,1995)。この節では、「Tグループ」という言葉をNTL系の流れを汲んだグループとして用い、特に南山短期大学人間関係科で行われているTグループを念頭に置きながら記していく。

#### 1-1. Tグループの歴史的背景

1946年にアメリカ合衆国コカチネット州にて、人種問題についてのワークショップが開かれたが、その主催者に社会心理学者の集まりであるグループ・ダイナミックス研究センターが含まれており、主催責任者は社会心理学者のレヴィンであった。このワークショップでは、人種差別の問題について10人ほどのグループで討論を行い、討論内容を記録して、記録からグループにはどんなグループ・プロセスが生じていたのかを毎晩スタッフのみで話し合っていた。ところが、スタッフの話し合いにメンバーも加わるようになり、またメンバーが加わった方がよりグループ・プロセスが明らかになり、人間関係の学習にもなることがわかった。この出来事が契機となり、翌年の1947年に最初のTグループがメイン州のベゼルで開かれた(この時は既にレヴィンは亡くなっていた)。このトレーニングはその後も継続され発展し、組織としてNTLが作られた。

NTLは、まず産業界の管理者や重役を対象として人間関係技法の訓練を行い、当初はロールプレイングによる対人関係スキルの練習が主であった。また、メンバーにとっては学習、研究者にとってはグループの研究という位置づけがあったようである。しかしながら、1950年代半ばになると、研究やスキルの獲得よりも、トレーナーやメンバーの相互の対人関係にグループの焦点が移っていった。

日本では、1958年に教会集団生活指導者研修会という名称で教職者や宣教師

を対象に11泊12日で開かれたのが最初であり、それを契機として立教大学キリスト教教育研究所（JICE）が設立され、JICEにてTグループが継続的に実施されてきている（津村,1996）。また、JICEにTグループが導入されたのと同時期に、九州を中心とした社会心理学者（三隅、関ら）によってTグループが何度か実施されたが、1960年代を最後に実施されていない。

南山短期大学人間関係科は、高等教育においてTグループを実施できる教育現場を創ることを目的に誕生した。設立当初は、JICE出身の教員や、Tグループが未経験でJICEで研修をした教員から構成され、現在まで25年間、定期的にTグループが実施されている（最近では年3回実施されており、内2回は学生対象、1回は社会人対象で実施されている）。また他の機関で、現在でもN T L流のTグループを実施しているのは、上記のJICE、日本IPR研究会（早坂泰次郎氏を中心とした立教大学社会福祉研究室）、大阪のSMILE（聖マーガレット生涯教育研究所；JICEのTグループを継承）、等である。

### 1-2. Tグループの基本的な形態

南山短期大学人間関係科で行われているTグループは表1のようなスケジュールである。

表1. Tグループのプログラムの一例（山口ら, 1996より引用）

	6月5日(日)	6月6日(月)	6月7日(火)	6月8日(水)	6月9日(木)	6月10日(金)
	7:30 8:30 9:00	朝 食	朝 食	朝 食	朝 食	朝 食
		T 3	T 7	T 10	T 13	チェック・アウト 全体会(6) いま、わたし、これから
	10:15 30	ふりかえり用紙記入	ふりかえり用紙記入	ふりかえり用紙記入	ふりかえり用紙記入	
	11:00					閉 会 アンケート・写真撮影
	12:15 30	ふりかえり用紙記入	T 8	全体会(4) 集いの探索	T 14	11:30
	13:30	昼 食	昼 食	12:45 14:00 昼 食	昼 食	
14:00 45	チャットサイン名札・素紙づくり 全体会(1) 閉 会 わらいづくり	目 由	全体会(3) *プロジェクトづくり	T 11	全体会(5)-1 Tグループ 出来事の手紙	
16:15 30	T 1	T 5	17:00	目 由	全体会(5)-2 一人になっての ふりかえり	日 時：1995年6月5日～10日 場 所：名古屋市御岳休暇村 対 象：南山短期大学人間関係科 2年生53名 グループ数：6グループ
17:30 45	ふりかえり用紙記入	ふりかえり用紙記入	目 由			
18:00	夕 食	夕 食	夕 食	夕 食	夕 食	
19:15	T 2	T 6	T 9	T 12	全体会(5)-3 グループでの ふりかえり	
	ふりかえり用紙記入	ふりかえり用紙記入	ふりかえり用紙記入	ふりかえり用紙記入		
	夜のつどい 音楽「Manamalei」	夜のつどい 朗読「クローバー」	夜のつどい 映画「MOSAIC」	夜のつどい 朗読「共にあること」	夜のつどい 映画「FINE FEATHERS」	

グループは7名～10名のメンバーと2名のトレーナー（例外的に1名の場合もある、また時に研修のためのオブザーバーがつくこともある）から構成され、5泊6日の合宿型で日常から離れた場所で行われる（現在は、清里か御岳にて行われている）。また、各グループで行われる「Tグループ・セッション」と、参加者全員が集まってTグループとは異なった状況で実習を行う「全体会」、毎晩10分ほどを音楽や詩などを聞きながら静かに過ごす「夜の集い」、という要素から構成されている。1回のTグループは75～90分が基本であり、その後ふりかえり用紙を記入する時間が15分設けてある。また、スケジュール全体でTグループは14～15セッション行われる。全体会は、オリエンテーションのた

めの全体会が1回、Tグループ進行中での実習を伴った全体会が2～3回、研修全体をふりかえるのための全体会が最終日前日午後と最終日に2回あるというのが定番になってきている。

特徴的であるのは、各セッションが終了した後に個人でふりかえり用紙に記入しながら、そのセッションでの出来事を記録する「ふりかえり」を行うことであろう。この記入されたふりかえり用紙はグループのメンバーのみに公開され（グループ室に置かれてメンバーは自由に見ることができるようになっている）、グループ・プロセスがより共有化されやすくなっている。また、Tグループの全セッションが終了した後、各Tグループ・セッションでの自分の行動や気づきをふりかえり、気づきをグループで共有化する「全体のふりかえり」も必ず持たれている。「全体のふりかえり」の中で、メンバーは新たに自分自身のあり方について気づくことができたり、新たにグループ・プロセスが明らかになって懸念が更に解消されたり、そこから新たなことを学ぶことができたりして、意味のある時間となっている。

### 1-3. Tグループのトレーナーの基本的態度・理論

Tグループのトレーナーの人間観やグループ観に関する理論は、エンカウンター・グループや精神分析的集団療法のように、ある個人が提唱したパーソナリティ理論上に立脚しているものではない。たとえば、精神分析におけるフロイトやクラインらの自我と無意識についての構造や発達について理論がある。また、エンカウンター・グループにはロジャーズの自己理論や有機体理論、パーソナリティ変容の理論などが（理論というよりは経験的な記述ではあるが）ある。ところが、Tグループには、方法論的な背景となる現象学や、レヴィンの場理論といった理論はあるが、人間の意識・無意識・自己などに関するパーソナリティ理論は存在しない。これは、経験知をベースとする臨床心理学者はそのベースにパーソナリティや発達に関する理論を持っているのに対して、リサーチを中心とする社会心理学者はパーソナリティ理論を持っておらず、社会心理学者によって生み出されたTグループもパーソナリティ理論を持たないことにつながっているのであろう。しかしながら、Tグループは教育・学習のための集団であり、効果的に人間関係を学ぶための理念や人間関係観は存在している。山口（1992）はTグループにおける理念（価値観、人間関係観）として以下の4点を挙げている（標題以降の文章は筆者が抜粋、また括弧内は筆者が付け加えた）。

- ① 人間の尊厳：一人ひとりの感情や意志や生き方は大切にされなければならない。それはグループの中でお互いが関係の中で生きる主体として生き方を探求する（ことが可能となるために）。
- ② 関係の中に生きる：他者とまっすぐに向かい合い、対話し、関わりを持つ時、はじめて自分が自分になり、他者が人格として自分の目の前に立ち

現れる体験をする。どんなに深い葛藤の時を過ごしても、次の瞬間新しい関係の世界に入りうる可能性を持っている。

- ③ いまここに生きる：トレーニングは協同学習の場であり、共通の学習素材は物理的に共有している時間の中になら存在しない。方法的には始まりと終わりが明確に示された物理的時間の中での直接体験に目を向けることが重要となる。
- ④ 現実吟味：体験学習の原理は、個人やグループが何らかの問題に直面した時、その場で入手できるデータを集め、それらを自らの手で検討して仮説化し、行動化しながら再びデータを集める、という現実吟味の循環過程である。曖昧なグループ状況の中で、(“今ここ”に生じていることについての) 自己開示とフィードバックによって自己の関係や状況の客観的認識に取り組みながら、問題の主體的な探求者となることを意味している。

Tグループにて重要視される学習観・人間関係観とは、個人が主體的に生きることができる場を保証し、“今ここ”の関係に生じていることから学びの素材にしなから、“今ここ”についての自己開示とフィードバックによってデータを集めて実際に生じているグループ・プロセスを吟味していくことや、自分と他者との影響関係を学んでいくことが重要視される。ここでいうデータとは、尺度を導入したり第三者的な観察者を置いて記述・評定させるなどの客観的なデータを指している訳ではなく、各メンバーの主観的な気持ち・考え・思いに関するデータを指している。

上記の記述からは、データを集めて自分自身や自分の持つ人間関係を学習するのがTグループの目的であり、グループのメンバーは自分の姿を映す鏡(フィードバックを提供してくれる他者)としての存在としてしか意味を持たないと捉えられる可能性がある。しかし、Tグループにおける他者の存在の意味は相互学習者としての意味だけではない(ラボラトリー・メソッドという名称を強調する際には常にこの誤解が付きまとう)。すなわち、それぞれのメンバーが主體的に生きることを通して、自分とは異なり、そして尊厳されるべき一つの人格として他者の存在を認識する関係性(ブーバー、Mが言う“我-汝”関係)の中に生きることもTグループでのねらいとなる。

## 2. エンカウンター・グループ

村山(1977)は、「エンカウンター・グループ」という用語が以下の3つの意味に用いられていることを指摘している。①1960年代後半にアメリカで盛んになった人間性回復運動(Human Potential Movement)という意味として、②集中的グループ経験の総称として、③ロジャーズの理論と実践に基づくグループであり、ベーシック・エンカウンター・グループ(Basic Encounter Group)

として、という3つである。ちなみに、②のような広義のエンカウンター・グループとしては、リーバーマンら（1973）が表2.に示されているような10種類を挙げているが、異なった背景を持つアプローチが含まれている。この節では、村山の③の意味に該当する、ロジャーズを源とするエンカウンター・グループについて記していく。

表2. エンカウンター・グループに類似したグループ・アプローチ

(Lieberman et al., 1973)

- 
- ①NTL (National Training Laboratory)
  - ②ゲシュタルト・セラピー
  - ③交流分析的(Transactionalytic)
  - ④エサレン折衷的(Esalen eclectic)
  - ⑤個人的成長(Personal growth)
  - ⑥シナノン(synanon)
  - ⑦サイコドラマ(Psychodrama)
  - ⑧マラソン(marathon)
  - ⑨精神分析的(psychoanalytic)
  - ⑩エンカウンター・テープス(encounter tapes)
- 

## 2-1. エンカウンター・グループの歴史的背景

ロジャーズの理論・志向性には3つの時期があるといわれている。①「非指示療法 (nondirective therapy)」を主張し、個人カウンセリングにおいて指示やアドバイスをしないことが重要であると主張していた時期、②個人カウンセリングにおける「クライアント中心療法 (client-centered therapy)」を発表した時期、③「人間中心のアプローチ (human centered approach)」と呼ばれ、ベーシック・エンカウンター・グループを実施する中でグループに関心が向いた時期、の3つである。

ロジャーズがベーシック・エンカウンター・グループを研究や関心の中心としたのは1960年代前半からであったが\*4、グループへの関心の原点は、レヴィン派のTグループが発展しはじめたのと同時期の1940年代後半であった。当時シカゴ大学にいたロジャーズは、復員軍人の問題を処理する有能なカウンセラーを養成することを目的とした集中的グループ経験を1946年と1947年に試みた。このグループ（シカゴ・グループとロジャーズは呼んでいた）が受講者に多くの深い有意義な経験を与えて成功したようであり、後の1960年代に入ってからロジャーズがグループ・アプローチにのめり込んでいく原点となったのであろう。このグループでは、個人の成長や個人間のコミュニケーション及び対人関係の発展と改善を第一の目的としており、NTL流のTグループよりも経験的で治療的なものを志向していた、とロジャーズ自身が述べている（ロジャーズ, 1970）。



ロジャーズのエンカウンター・グループは、クライアント中心療法の1対1のアプローチに含まれる基本的・本質的な主張の諸点をグループ状況において活用したものと見なされる(対馬,1977)。ロジャーズ自身も「(グループの中でのロジャーズの)アプローチの基本的哲学は、個人カウンセリングでの基本的哲学(=クライアント中心療法)と何ら変わらない」と述べている(ロジャーズ,1970; P.62)。短くまとめれば、人間信頼・人間尊重の原理を基本として、メンバーを受容し、メンバーが語ることを傾聴し共感し、しかもメンバーとしてグループの中にいることを大切にす“ファシリテーター”として存在していくことといえよう。

日本では、ロジャーズのもとで学んできた畠瀬惺らが1970年に「エンカウンターグループ・ワークショップ」を初めて実施した。それ以降も畠瀬らを中心とした人間関係研究会や、同じくロジャーズのもとで学んできた村山正治を中心とする福岡人間関係研究会などでエンカウンター・グループが定期的実施されてきている。

## 2-2.エンカウンター・グループの基本的な形態

日本にてエンカウンター・グループを継続的に実施してきた村山は、彼らが行っているエンカウンター・グループ(ジェネラル・エンカウンター・グループと呼んでいる)の形態を以下のように述べている(村山,1977)。  
 ① 1グループは10~15名のメンバーと1~2名のファシリテーターから構成される、  
 ② 原則として集中型で行われ、1セッションを3時間、1日に2~3セッション、1泊2日~5泊6日の合宿形式とすることが多い、  
 ④ 「文化的孤島」で行われることが多い、  
 ⑤ 小グループ(グループでのセッション)、コミュニティ・グループ(参加者全員での時間)、フリータイム、などのプログラムが組まれるが、小グループを中心に進んでいく(表3.参照)。

表3. エンカウンター・グループのスケジュールの例(村山,1977より引用)

時 間	第1日	第2日	第3日	第4日	第5日	第6日
8:00		朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
		フリータイム	フリータイム	フリータイム	フリータイム	フリータイム
9:00		④コミュニティ・グループ		コミュニティ・グループ	コミュニティ・グループ	コミュニティ・グループ
10:00		⑤小グループ(第3セッション)	コミュニティ・グループ(非言語探聴セミナー)	小グループ(第7セッション)	小グループ(第9セッション)	小グループ(第11セッション)
11:00						
12:00						
13:00	受付	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
		フリータイム	フリータイム	フリータイム	フリータイム	
14:00						
15:00	①オリエンテーション	小グループ(第4セッション)	小グループ(第6セッション)	小グループ(第8セッション)	⑤フリータイム	
16:00	②小グループ(第1セッション)					
17:00						
18:00	夕食	夕食		夕食	夕食	
19:00			⑧夕食パーティ			
20:00	小グループ(第2セッション)	小グループ(第5セッション)		⑦映画またはセミナー、討論	小グループ(第10セッション)	
21:00						
22:00	入浴	入浴	入浴	入浴	入浴	
23:00	③フリータイム	フリータイム	フリータイム	フリータイム	フリータイム	
24:00						

エンカウンター・グループを多く実施している人間関係研究会のプログラムの中には、少数ではあるが「通い型」のプログラムも存在するが、基本的には文化的孤島の中で集中的に合宿を行うものが多い。南山短大流のTグループのように、スケジュールの最後にグループのプロセスや個人の体験をふりかえり、共有化する時間はもたれないようである。また、ファシリテーターは臨床心理学を専門とする人々が多い。

### 2.3.エンカウンター・グループのファシリテーターの基本的態度・理論

エンカウンター・グループの場合は、個々のファシリテーターによってファシリテーションの態度・価値・理念がかなり異なっているとされている。ファシリテーターによって違いがあるならば、エンカウンター・グループのファシリテーションをある一つの態度・枠組みから記述しても全容を示すことは不可能である。ここでは、エンカウンター・グループのファシリテーターの考え方に多様性があることを前提にしつつ、アプローチの中心（原点）となる理念・態度を検討することで特徴を考えていきたい。

エンカウンター・グループのファシリテーターの背景となる理論としては、ロジャーズがファシリテーターとしてグループの中に存在しようとした際の基本的な態度が該当するであろう。当然、エンカウンター・グループでは「ファシリテーターはこうあるべき」という定まった態度・行動はないし、ロジャーズ自身もそれを望まない（ロジャーズ自身が「ある一面的方法をグループ・プロセスにおける唯一の基本要素と信じるファシリテーターは推奨できない」と語っている；ロジャーズ,1970,P.93）。エンカウンター・グループを始めたロジャーズが実践していたファシリテーターとしてのあり方を、彼自身の言葉を用いながら（ロジャーズ,1970）以下にいくつか挙げていく。

- ① 感情と認知（思考）を同じように持ち、全人間が十分に現れることが可能になるよう努力する
- ② 自分を表明するメンバーに対して、表面的であっても、できる限り傾聴する（それらの経験が現在彼にどういう意味を持つのかに関心を持ちながら聴く）
- ③ 個人が伝えようとする正しい意味を共感的に理解することが、一番重要
- ④ グループをそのままに受け入れ、ありのままのグループとともに歩むことが報いが大きい（コントロールしない）
- ⑤ メンバー個人を受容する（参加しようとしめないメンバーや、グループが受け入れようとしめないメンバーも受け入れる）
- ⑥ ファシリテーターであるとともに、メンバーになっていくこと（ただし、自己を賭ける点では二番手）
- ⑦ 自分の感情に従って動く：自分の所有している感情が、メンバーの持つ感情と直接の相互交渉を持つ時、深いレベルの個人的意味を相互に伝えあ

うことを意味しており、グループの中で最上の機能をしている

- ⑧ 個々人の行動のある種のものに対しては対決することがある
- ⑨ 計画された手だてや技巧は使わない
- ⑩ 過去の述懐よりも現在の感情の方によく反応するが、「<今ここで>のことだけ話しましょう」という規則は好まない
- ⑪ グループ・プロセスの解釈・注釈は極力控える
- ⑫ グループの治療的潜在力を信頼する

上記のことから、ロジャーズがエンカウンター・グループの中で、「真実であること」、「無条件の積極的関心」、「共感的理解」の3つの態度を大切にしつつ、グループに対しても絶対的な信頼を置きながら、メンバー中心でグループを進めている姿が伺える。ファシリテーターとしてグループにいる際に、メンバーとして純粹であることは心掛けるが、グループ・リーダーとして解釈したりコントロールしたりすることは絶対的に避けるという立場といえよう。

### 3. 精神分析的集団精神療法

精神分析的集団療法は、言うまでもなくフロイトを創始者とする精神分析学の理論を集団にも応用させたものである。医学の領域にて多く行われており、対象も精神科医の研修から精神分裂病の患者に対してまで範囲が非常に広い。当然、対象となるメンバーの病理水準に合わせてグループ・リーダーのアプローチも異なってくる。ここでは、病理水準が重い患者に対する治療としての集団精神療法ではなく、教育や研修を目的とした精神分析的集団精神療法を考えていく。

#### 3-1. 精神分析的集団精神療法の歴史的背景

精神分析的集団精神療法の源は、当然ながら精神分析学の創始者のフロイトである。彼は人間の無意識の影響力を重要視した。治療者は患者の無意識レベルで生じていることを解釈して伝え、患者の無意識への洞察が深まっていくことを目的とした。

図1.には、精神分析的集団精神療法の系譜を示した。先駆者的なスラブソンは、アメリカにおいて青少年の集団に対して集団精神療法を行った。彼は、グループの中で誰が誰に対してどのような転移感情を向けるかを観察して解釈した。すなわち、個人内の無意識を扱っていたことになる。

それに対して、グループ自体（Group-as-a-whole）が無意識を有すると考えたのがピオンである。彼は、グループの無意識の心性が精神分析の理論（特にクライン派）で説明でき、個人の無意識のメカニズムと同じようにグループの無意識のメカニズムも説明できると主張した。ピオンはイギリスのタヴィストック研究所（メラニー・クラインが在籍）にて精神分析家となった人物であ

り、その後戦争神経症の治療に集団精神療法を用いたことが彼にとっての集団療法の始まりとなった。後に精神分析家の訓練方法としてグループのアプローチを導入し、それがピオン流のグループ・アプローチと発展していった（彼の理論については後述する）。また、フォールクスは、ピオンの理論を発展させてGroup-Analysisを作り上げている。

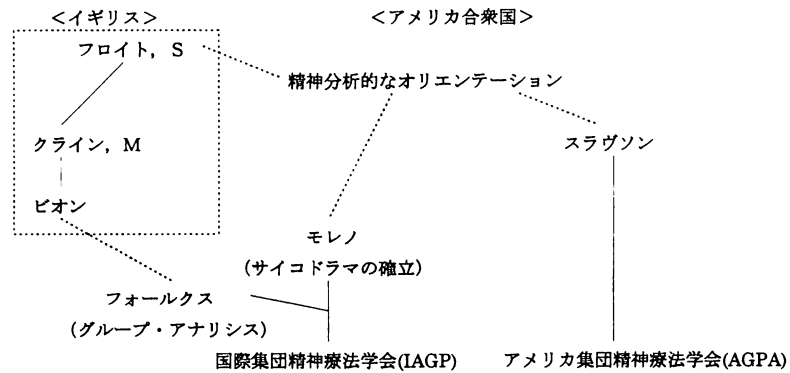


図 1. 精神分析的集団精神療法のおおまかな経緯（磯田, 1995を参考に作図）

### 3-2. 精神分析的集団精神療法の基本的な形態

精神分析的集団精神療法の形態は一樣ではないと思われる。筆者が経験した、研修としての精神分析的集団精神療法は3日間の通い型であり、1日に2回のセッション（各セッション2時間～4時間）から構成されていた。セッションごとにメンバーの中からオブザーバーを1名決め、1日の最後にまずオブザーバーからの報告が簡単になされ、続いてふりかえりとしてグループ・リーダーからグループの状況についてのコメント（解釈）が伝えられるという形態であった。この形態は柴田・斎藤（1992）にて報告されている精神分析的集団精神療法と類似した構造である。しかし、すべての精神分析的集団精神療法がこの形態をとるとは限らない。教育・研修の環境によって通い型であったり合宿型であったりするし、ふりかえりがセッション外に設定される場合や、設定されない場合があると思われる。また、グループ・リーダーが解釈を伝える程度・レベル・伝え方（表現の仕方）も、研修の目的やメンバーの病理水準によって当然異なってくる。

### 3-3. 精神分析的集団精神療法の基本的態度・理論

アガサリアン(1987)は、無意識のレベルとして以下の3つを挙げている。

- (1) グループの中の個人 (Person-within-a-group)
- (2) 対人関係 (Interpersonal)
- (3) グループ全体 (Group-as-a-whole)

(1) の「グループの中の個人」の無意識は、メンバー個人がグループの中で

転移や逆転移感情を持ったり、またグループ内にて防衛機制を働かし、それに伴って幻想を持つなどである。(2)の「対人関係」のレベルとは、他者に対して、どのような感情を持つか、どのように関わっていくか、それらがどのように変化していくか、などといったものである。そして、(3)の「グループ全体」とは、グループがそれ自体として無意識を有しているとする考え方であり、グループ自体の無意識を捉えその影響を捉えていくというものである。この「グループ全体」の心性を理論化したのがビオン(1952)である。

ビオンの功績は個人の無意識の理論(特にクラインの理論)をグループ全体にも適用できるとしたことであろう。クラインの個人の自我の発達理論では、分裂的-妄想的ポジション(schizoid-paranoid position)と抑うつ的ポジション(depressive position)の2つのポジションを仮定している。分裂的-妄想的ポジションは最も原始的な自我の発達段階であり、外的現実からの不安に曝される乳児が、投影や否認、分裂(splitting)、原始的理想化、投影的同一視などという原始的防衛機制を用いて自分を守ろうとする状態である。抑うつ的ポジションは全体的存在としての対象を統合して認識できる段階であり、現実検討がより確実なものになってきて、防衛機制も徐々に神経症的な機制(抑圧、置き換え、昇華)に変化してくる…という仮定である。ビオンは、グループ全体(group-as-a-whole)のレベルでクラインのポジションの概念が適用できるとした。例えば、グループが葛藤に陥った際に「こんなグループもう嫌だ、何もかも嫌だ」と否認する場合や、グループ・リーダーを敵としてやり玉に挙げて攻撃しながらメンバーの一体感を感じようとする状態などは、グループが分裂的-妄想的ポジションにあると解釈できる。また、リーダーの攻撃をし終えた後に、リーダーへの攻撃を反省するメンバーが現れ、他のメンバーもそのことについて反省的に考える(working through)状態などは、抑うつ的ポジションに移行したと解釈できよう。

またビオンは、すべてのグループの中には「ワーク・グループ(work group)」と「基底的想定グループ(basic assumption group)」という2側面があるとした。「ワーク・グループ」とは、グループの課題を扱って機能しているグループの側面であり、何らかの課題や議論を遂行しているグループの中に実在している。ワーク・グループは目標をはっきりと持ち、分別のある行動をとり、したがってこの状態は理性的で成熟した自我を持った状態に相当すると言える。ところが、多くのグループが分別のない行動や非効果的な行動をしてしまうのは、グループの原始的な心性である「基底的想定グループ」というもう一つの側面を持つためとした。

「基底的想定」とは行動の基盤になる幻想・無言の想定のことであり、無意識レベルにあるとされる。ビオンは、基底的想定グループの状態として、「依存的」、「闘争-逃避」、「ペアリング(つがい)」という3つを考えた。

① 依存グループ：メンバー一人ひとりが安全で安心できることがグループ

のねらいであるという想定があり、グループの不安定な気持ちを解消するために、まずは全能のグループ・リーダー（グループの治療者）に依存しようとする（治療者を全能のものと理想化する）。ところが、治療者はその期待を裏切るため、グループは代理のリーダーを探し始める…というものである。この状態は、人の早期の発達段階である子どもじみた依存性を現す段階に匹敵すると考えられる。依存グループが作動している状態は、例えば、ある委員会で名案が浮かばなかった時に、メンバー全員が委員長顔をみて委員長に頼る…というものであろう。

- ② 闘争-逃避グループ：依存グループでうまくいかず葛藤が生じてきた場合（依存されている人が負担大、依存しようとするリーダーの不在など）、グループのメンバーや治療者、身体的または精神的な病気を敵に仕立てる。メンバー間で多数派と少数派ができた場合はその間で闘争が生じるし、時として治療者を敵と見立てた場合は治療者の介入をメンバーは無視していく。闘争という形をとらない場合は、例えばグループは無駄話をしたり、課題に直面するのを迂回するなどという形で逃避をする。
- ③ ペアリング・グループ：葛藤が続くと、その苦境を救ってくれる救世主をグループは待ち望むようになる。対話をしている二人が、グループを救世する“夫婦”のようなカップル（二人の性別は問題とならない）になるだろうと期待する。この二人が話している時は、他のメンバーは退屈せずに熱心に聞いており、グループの憎悪・絶望を取り除き、新しい何か（リーダー、考え、理念）が生み出されそうだという希望がグループにあふれる。その状態から、ある人やある考えが生み出されたら、実際には何も望めるものはなく、憎しみも減少させられているわけではないので、希望はまた弱められる。

ビオンは、グループは基底的想定グループとワーク・グループとの間を行き来すると仮定した。例えば、意識的・理性的に話し合っていた（ワーク・グループ）のが、ちょっとしたきっかけによってすぐにグループは原始的な状態になり、基底的想定グループになってしまう。基底的想定グループになっている時は、グループは内向きの幻想に向かっており、幻想が衝動的・無批判的に行動化される。ところが、そのことを意識化することによってまたワーク・グループになるが、何らかのきっかけでまた基底的想定グループになってしまう…という力動的な関係を仮定した。また、グループが基底的想定グループになっている際にワーク・グループへ移行するためのキーになるのは、個人精神分析と同様“解釈”であるとした。加えて、磯田（1995）は、非構成的で自然発生的なグループでは、グループはより原始的な防衛機制（特に投影性同一視）を多用するようになると述べている。非構成的なグループ・アプローチにおいては基底的想定グループが作動しやすい状態であるといえ、また個人レベルでも日

常よりも原始的な防衛機制が生じやすく、非構成的なグループからは日常で気づくことができない個人やグループの無意識の防衛機制を学ぶことがより可能になるといえよう。

精神分析的な集団精神療法が精神分析家の訓練のために用いられているタヴィストックでは、個人の原始的防衛機制の洞察のためと基本的な精神分析のメカニズム（特にクライン派の基本的な枠組み）の理解のために実施されているようである。精神分析的集団精神療法は個人精神分析と同様に、個人やグループの無意識で生じていることを意識化することが個人のあり方の洞察と成長につながると考えられており、そのための治療者の解釈が非常に重要になってくる。

### Ⅲ. 3つのグループ・アプローチの共通点・相違点の位置づけ

#### 1. 先行研究における各アプローチの位置づけ

社会心理学者であるレヴィンを源とするTグループ、クライアント中心療法を提起したロジャーズが始めたエンカウンター・グループ、そして精神分析的オリエンテーションに基づきながらグループにアプローチしていくビオン派の精神分析的集団精神療法、という3つの非構成的なグループ・アプローチの形態や理論的背景を概観してきた。次に、この3種類のアプローチを含みながら様々なグループ・アプローチの位置を行っている、これまでの先行研究のいくつかを取り上げていく。

まず、マッケンジー（1992）は、グループ・アプローチの志向性として4つの特徴を挙げ、これまでの文献がどの特徴を有しているかを表にしている（表4.参照）。

表4.では、レヴィンのTグループは体験的であり、グループ全体を扱い、活動指向的であることが、ロジャーズのエンカウンター・グループは、活動指向的であり、体験的であって、グループ全体はあまり扱わない、と位置づけられている。実際に、Tグループではトレーナーはグループで生じていることにも目を向けながら介入を行うし、全体のふりかえりをする際にグループ全体のプロセスのふりかえりを行っていくため、グループ全体を取り扱う志向性を有しているであろう。それに対してエンカウンター・グループでは、個人が尊重されることが大切にされている。また、ロジャーズ（1970）自身が「グループ・プロセスの解釈・注釈は極力控える」と述べており、グループ全体のプロセスをファシリテーター自身が捉えていたとしてもそれは扱わないという態度が同え、グループ全体の取り扱いと比較的少ないと言えよう。Tグループもエンカウンター・グループも精神分析的な志向性が全くないと位置づけられているのは当然のことである。逆に、ビオン流の精神分析的集団精神療法は、もちろん精神分析的であり、グループ全体を扱い、活動指向的でなく体験的でもない

位置づけられている。メンバー自身の行動や体験から生じたことから学ぶという学習方法ではなく、グループリーダーの解釈から自分の特徴を学ぶという学習方法であり、体験的ではないと位置づけられていると思われる。

表 4. グループ・アプローチに関する文献の歴史的発展

(鈴木・齋藤,1995より引用:原典:MacKenzie,1992)

	分析的 (Analytic)	グループ全体 (Group as a Whole)	活動指向 (Action Oriented)	体験的 (Empirical)
<b>先駆的な業績</b>				
1907				Pratt
1928	←	←		Burrow
1936	Wender			
1940			Moreno	
1943	←	<u>Bion</u>		
1947		←	←	<u>Lewin</u>
1948			Jones	
1951		←	←	Dreikurs
<b>理論的な発展期</b>				
1952	←	Ezriel		
1955			←	Corsini
1957	←	Foulkes		
1957				Frank
	Slavson Durkin	←		
1958	←		Berne	
		Stock		←
1963	Redl	←		←
1967			<u>Rogers</u>	←
<b>総合整理期</b>				
1968	←	←		Parloff
1970	←	Rioch		
1971				Yalom
1974	Scheidlinger	←		
1977	Schiffer			
	←	Horwitz		
1978	Glatzer			
1981	Stein	←		

(注: ←は密接な関係にあるものを示した)

次に、小谷（1987）は、「ゴールにわかるグループの強調点（体験的／再構成的／統合的）」と「介入の軸（個人中心／グループ中心／統合的）」という、3×3の組み合わせで様々なグループ・アプローチを分類している。その分類の中で、本稿にて取り扱った3つのアプローチに関連する部分（2×2の組み合わせ）を引用したのが表5.である。

表5.の「ゴールでわかる強調点」の次元については、エンカウンター・グループとTグループは体験的に学ぶ（その場で感じて学ぶ）というものであり、ピオン流の精神分析的集団精神療法は、グループの中で生じた出来事を精神分析の枠組みから知的に再構成して学ぶ、という相違があることがわかる。Tグループでは全体のふりかえりを重視しており、体験をretrospectiveに再度検討するという特徴は持っているが、ふりかえた体験を理論的に再構成することはないのが大きな違いであろう。「介入の軸」の次元に関しては、前述のように



Tグループとビオン流のグループではグループ全体を捉えながら介入が行われ、エンカウンター・グループでは個人を中心に介入が行われると位置づけられている。

表5. 非構成的グループ・アプローチの機能的類型（小谷,1987より部分引用）

ゴールにわかる強調点 介入の軸	体 験 的 experiential / here and now	再 構 成 的 psychodynamic / reconstructive
個 人 中 心 individual within a group	エンカウンター・グループ Basic Encounter(Rogers) Gestalt Therapy(Perls)	グループでの精神分析 (Wolf & Schwartz)
グ ル ー プ 中 心 group as a whole	Tグループ (NTL)	タヴィストック・グループ (Bion, Eziel)

最後に、ハンセンら（1976）の位置づけを挙げておく。彼らは様々なグループ・アプローチを、① “リーダー中心-メンバー中心”、② “過程重視-結果重視”、という2次元上に付置した（図2.参照）。

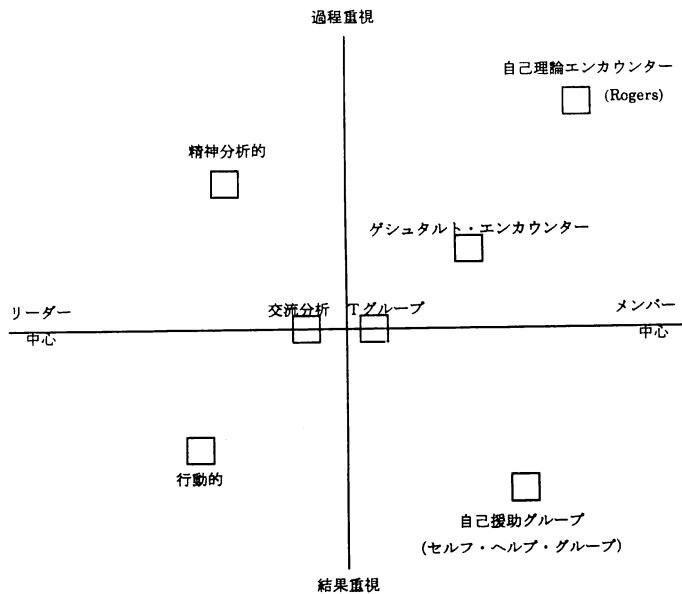


図2. グループ・アプローチの概念的モデル  
（田中,1987より引用；原典：Hansen,J.C.ら,1976）

ハンセンらの位置づけでは、Tグループは中庸的、エンカウンター・グループはメンバー中心であり過程重視、精神分析的集団精神療法はリーダー中心で過程重視、となっている。Tグループがエンカウンター・グループよりはリーダー中心であるが、精神分析的集団精神療法よりはメンバー中心である、という位置づけは一応納得がいくところであろう。Tグループが過程重視と結果重視の中庸的な位置づけというのは、産業界の要請に応えなければならなかつ

た1960年代のTグループの状態を象徴していると思われる。現在のTグループはこの位置づけよりもより過程重視に位置づけられると思われる。しかし現在でも、Tグループは産業界や企業との関係（企業派遣で自主的ではなく研修として参加するメンバーが存在していること）を持っており、企業（派遣者側）が求める結果を出さなければならないという誘惑（圧力）にTグループのトレーナーは最も曝されているといえよう。

## 2. 3つのアプローチの共通点・相違点の考察と南山短大人間関係科流Tグループの特徴の検討

ハンセンらの位置づけ（図2.参照）で示されていたような1960年代のTグループ（ST；Sensibility Training＜感受性訓練＞と呼ばれていた時代）と、現在の南山短大人間関係科流Tグループとでは、トレーナーのトレーニング観や介入の視点・方法に以下のようなかなり変化が見られる。

- ① 1960年代のTグループで問題とされたトレーナーによる操作性を排除し、“コントロールからファシリテート”にトレーナー観を変化させてきたこと（星野,1995）
- ② 南山短大での実践が女子学生対象であり、多感で傷つきやすいメンバーに対して、ストレスfulにならないようにやさしく、個人の尊厳を大切にしながら介入したり、学生の主体的な動きが生まれるまで無理をせずに待つというスタンスを取るようになってきたこと（山口ら,1996）
- ③ 学生対象であり、企業との関係を密接に保たなくてもよい環境であり、社会や企業が求める結果にとられる必要が少なかった。それによって、あるがままのグループや個人を大切にできやすい環境であったこと

そして、これらの変化は学生に対するTグループのみでなく、人間関係研究センターが主催する社会人対象のTグループの際にも基本的には変わらずに実施されている。

ここでは上記の点を念頭に置きながら、南山短大人間関係科流のTグループ（以下、南短流Tグループと略す）、本邦で行われているエンカウンター・グループ、そして精神分析的集団精神療法（ビオン流；研修目的）の特徴の比較を行っていく。まずは、これら3種類のグループ・アプローチの形態レベルの特徴やスタッフの特徴を表6.にまとめた。以下では、表の各行を若干まとめながら、3つのアプローチの比較を記していく。

### 2-1.時間について（表6.のA.～C.）

実施する長さや各セッションの時間については、それぞれのアプローチで特徴がある。精神分析的集団精神療法では研修として用いることができる時間枠から全体のプログラムを構成していくと思われる。エンカウンター・グループでは、1セッションはだいたい3時間ぐらいと長く、必要に応じて延長される

表6. Tグループ、エンカウンター・グループ、精神分析的集団精神療法の形態

	Tグループ	エンカウンター・グループ	精神分析的集団精神療法
A.合宿型／通い型 (日数)	合宿型(5泊6日)	合宿型(1泊2日～5泊6日)が多いが、通い型も存在	通い型が多い
B.1セッションの 時間	1時間15分～1時間30分(他のアプローチに比べて短い)	2時間～4時間 (Tグループに比べて概して長い傾向あり)	1時間～4・5時間 (設定される全体の時間帯次第)
C.時間の延長	時間厳守	必要に応じて延長されることあり(畠瀬,1971)	時間は守られる
D.各セッションでの ふりかえりの 有無	各セッション終了後にふりかえり用紙に個人ごとに記入(15分ほど)	なし	通い型の場合、各セッション(各実施日)ごとにふりかえりがなされる(リーダーからのコメント中心)
E.全体でのふりか えりの有無	全セッション終了後に、ふりかえり(個人記入)と気づきのわかちあい	なし	基本的になし(最後のセッションのふりかえりにて触れられることあり)
F.グループ・セッ ション以外のプロ グラムの有無	あり 全体会:Tグループとは異なった場面で、グループ・メンバーと構造化された実習に取り組む	あり コミュニティ・グループや全体セッション(全メンバーによる非構造的な場面や、身体に関する実習など)	基本的になし (精神分析に関する枠組みの講義がなされる場合あり)
G.スタッフの名称	トレーナー	ファシリテーター	グループ・リーダー
H.スタッフの役割	学び方に関する促進者、グループ・プロセスを明確にする促進者	グループの風土・受容・共感的理解・全人的なあり方、などの促進者	グループの状態を映し出す働き・個人やグループの無意識の解釈
I.スタッフの解釈	解釈は避ける	全くしない、極力避ける	解釈を用いる
J.“今ここ”の 重視や介入	“今ここ”を重視し、そのための介入を多少行う	“今ここ”は重視するがそのための介入は避ける	“今ここ”をあまり重視しない
K.セッション中の 話題をグループ以 外の人に話すこと	禁止しない(噂話のように話のネタとして話すのは避けるように伝える)	禁止しない	禁止
L.セッション中の 話をセッション以 外でメンバー同士 で話すこと	禁止しない →サブ・グループで葛藤が解消されることもあり →その際は、そこから学ぶという立場	禁止しない (あくまでも自然体に)	禁止

こともある。Tグループは1セッションの時間が最も短く、1セッションが1時間15分～1時間30分であり、2～3時間のセッションは考えられない。これは“いまここ”への集中度が持続することが可能となる時間として設定されていることによる。また、セッションの始まりと終わりを強調し、すべてのセッションが終了した際に、その時がグループの終わりであることも強調される。この時間の捉え方にTグループとエンカウンター・グループの相違がある。早坂（1991）は、終わりが強調されることによって“今ここ”のかけがえのない体験や学びが可能になる、と述べている。<sup>\*5</sup>

## 2-2.各セッションごとのふりかえりの有無について（表6.のD.）

エンカウンター・グループではふりかえりを行わない。それは、途中で流れを塞ぎ止めない自然な流れを大切にしているからであろう。Tグループでは各セッションごとにふりかえり用紙記入を行っているが、その結果、データを自分自身のために残すことができることや、ふりかえり用紙をメンバー内で公開することによってグループ・プロセスがより共有化でき、関係もより進展するという影響がある。精神分析的集団精神療法では、一つひとつの出来事の中で生じている無意識の力動的な影響関係を知性化・再構成化することにねらいがあるため、セッションごとにグループ・リーダー（時には観察しているスーパーバイザー）からコメントや解釈を聞くことが重要になる。

## 2-3.グループ終了後の全体のふりかえりについて（表6.のE.）

Tグループでは全体のふりかえりをていねいに行いながら体験を言語化して学びにつなげていく。エンカウンター・グループでは体験をふりかえり言語化することをプログラムとして設定しない。このプログラムの有無は非常に大きな相違である。エンカウンター・グループでは、知・情・意の全人的なあり方をグループの中でめざし（ロジャーズ,1970）、「自然への回帰」と呼べるような内的インパクトを満たしていくことによって深い情緒的安定を得て、内的豊かさを増し（村山,1977）、自己解放・自己直面することを重視（田畑,1987）している。自分自身のあり方を知的化することをあえてせず、すべてを知に還元しようとはせずに情緒性をそのまま感じて、全人的に自然であることを重視しているように思われる。Tグループでも、セッション中に体験している感情を味わい、目を向けることが強調される。しかし、すべてのセッションが最終した後は、自分の言動・感情を指摘化し、なぜそのように行動したり感じたりしたかに関しての分析を、全体ふりかえりを通して行う。体験を言語化しない限りは体験が流れてしまったり忘れ去られてしまい、学びに結びつかない、という理念からである。

#### 2-4.小グループでの非構成的なセッション以外のプログラムの有無について (表6.のF.)

Tグループとエンカウンター・グループはグループセッション以外のプログラムを持ち、精神分析的集団精神療法は持たないという相違がある。

Tグループでは“全体会”という名称で実施されている。これはセッションとは異なった状況においてグループ・メンバーと関わるができる場面を創ることを目的に企画され、Tグループの中間（3日目及び4日目）に実施されることが多い\*6。3日目の全体会にてよく行われるプログラムには2つのものがある。1つは創作活動などでグループが協力しながら楽しめる課題を行いながら、メンバーは異なった状況下でお互いのメンバーと関わる体験を持てる実習であり、もう1つはこれまでのグループやこうなりたいというグループを表現することによってグループのあり様に目を向ける実習である。4日目の全体会では、Tグループは言語による関わりが多いため、非言語的な関わりを体験できる実習（eg. 無言の探索）が行われることが多い。Tグループの全体会では、個々のメンバーが何らかの個人的な体験をしてグループに持ち帰るというプログラムが組まれることは少なく、グループメンバー全員か、または同じグループのメンバーとペアを組み、異なった状況で他者を知ったり、関わったりできる体験ができることをねらいとすることが多い。

エンカウンター・グループでは、コミュニティ・グループ、または、大グループという名称で行われ、グループを超えて参加者全員で討論の機会を持つか、または身体的な実習や非言語的な課題を伴う実習を行ったりする形態で運営されている。前者に関しては満足に運営されなかったことが多い、と村山(1977)は述べている。後者に関しては、自然で全人的な体験ができることを目的として企画されるのであろう。エンカウンター・グループにて実習が導入される場合は、グループの他のメンバーと異なった状況で関わるというTグループのようなねらいで企画されるのではなく、各メンバーがグループ状況と異なった体験を個人的にして、全人的な自己を確認する可能性を広げるというねらいで行われるように思われる。

精神分析的集団精神療法では、非構成的な場面が個人やグループの無意識や原始的防衛を体験するのに最も適しているという見方を持っており、わざわざ構成的な課題を導入することはないと考えられる。

#### 2-5.スタッフの立場・役割・態度について（表6.のG.～J.）

スタッフの立場は、Tグループとエンカウンター・グループの間である程度の差があり、その2つのアプローチと精神分析的集団精神療法とは大きな差がある。

Tグループでは、学習のためには“今ここで”の関わりが重要であるとの理念がある。したがって、例えば中盤のセッションにて“there and then”の自

己開示が続いてグループの中に「ここは自己開示をする場だ」という規範ができ上がりかけた時、トレーナーは「ここは過去の自己開示をする場ではない」という介入をする可能性が高いと思われる。また、プロセスを明確にしてそこから学ぶという理念があり、例えばメンバー同士のやりとりにズレが生じている場合（例えば、一方が気持ちのレベルで話しているのに他方が知的なレベルで反応している場合）、やりとりがうまく行かないプロセスを明確にする介入ををすると思われる。介入する際は、メンバーを操作したり、メンバーに対する押しつけにならないように最大限に配慮することは言うまでもない。

エンカウンター・グループでは、個々のメンバーをあるがままに受容することをめざしながら、ファシリテーター自身も genuine にグループの中で存在することをめざす。グループ全体のプロセスの解釈はせず、“今ここ”への介入も極力避けながら、グループの自然な流れについていくことがロジャーズがめざした態度のように思われる。したがって、受容や共感、個人的な対決のレベルでの介入は多いと思うが、グループ・プロセスやコミュニケーション・プロセスに対する介入は非常に少ないと思われる（ただし、ファシリテーターによる個人差が当然存在している）。

精神分析的集団精神療法では、グループ・リーダーはグループ全体を多様な観点から把握できる感受性と、グループの状況（意識的／無意識的の双方）を映し出す鏡として機能することが必要となる（柴田・斎藤,1992）。また、ふりかえり際には個人やグループの状況を洞察深く解釈し、それを伝わりやすい形で伝えていく能力が必要とされよう。

#### 2-6.セッション内の出来事に関する守秘義務の契約について（表6.のK.～L.）

最後に、セッション内の出来事の守秘義務の契約について考察する。セッションで語られることをセッション外で話すことの可否に関して、精神分析的集団精神療法は個人精神分析のごとく非常にリジッドで厳しい契約であり、外部で語ることは禁止される。全く対照的なのがエンカウンター・グループであり、いかにも“自然体”を強調する同アプローチらしさが象徴されている。

南短流Tグループでは、セッション外で噂になって流れることを防止する意味である程度の歯止めをしている。セッション外でグループ以外の友人と話すことについては、グループ内のメンバーに対して持っていた葛藤やエネルギーを他で話すことによって低減させてしまう可能性もあるが、逆に友人からアドバイスをもらって勇気づけられるというメリットも存在している。また、グループのメンバーとセッション外でサブグループになって話すことによって、サブグループで葛藤を解消してしまい、グループ・プロセスが一瞬見えなくなったり、その葛藤が hidden agendaとなる可能性がある。この件については、初めからセッション外で話すことをリジッドに禁止するわけではなく、もしセッション外でサブグループで話していたことがセッションの中で明らかになった

場合は、そのことを取り扱いながら、そこから学んでいくというスタンスを取っている。

### 3. 南短流Tグループの再位置づけ

Ⅲ-1. にてハンセンら（1976）の図を示したが、その図上に南短流Tグループを私案として位置づけたのが図3.である。

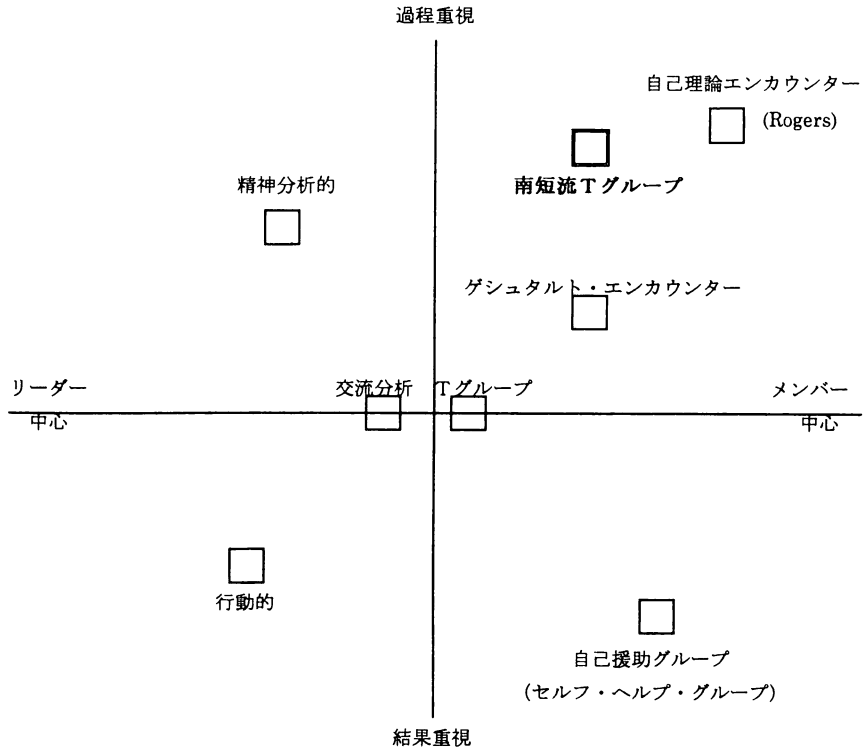


図3. 南短流Tグループを含めたグループ・アプローチの概念的モデル  
(田中,1987を参考に加筆; 原典: Hansen,J.C.ら,1976)

南短流Tグループは、「メンバー中心—リーダー中心」の軸では、精神分析的集団精神療法よりは確実にメンバー中心である。また、軸上のメンバー／リーダーが五分五分のニュートラル・ポイントよりはメンバー中心側に位置づけることができよう。しかし、エンカウンター・グループに比べるとTグループではグループ全体や“今ここ”への介入の可能性が高く、南短流Tグループはエンカウンター・グループよりはややリーダー中心であるといえよう。

次に「過程重視—結果重視」の軸であるが、南短流Tグループではプロセスから学ぶことが非常に大切にされており、また、学び・気づき・変化・成長などのトレーニング後の結果をめざして操作することも倫理に反するとしている(中堀,1992)。したがって、過程重視の側に位置づけることができよう。

## IV. 今後の課題

本稿において、3つのアプローチの共通点・相違点について考察したいと思いつつ取り扱うことができなかった点を、今後の課題として以下に箇条書きに記す。

- ① グループをなぜ実施せねばならないのかというねらい、そのベースとなる現代の社会における人間観・社会観
- ② グループの発達モデルの比較
- ③ スタッフ（トレーナー、ファシリテーター、グループ・リーダー）の介入の仕方やその影響についての実際の相違に関する実証的研究
- ④ Tグループにおける“対決”とエンカウンター・グループにおける“対決”の質的な相違について
- ⑤ グループにスタッフとして存在している際に、何らかの理論的な枠組みを持つことの必要性／弊害について（精神分析的集団精神療法との比較から）
- ⑥ 病理水準が重いメンバーが存在した場合の介入方法の比較

## V. 要約

非構成的な（あらかじめ決められた課題が存在しない）グループ・アプローチである、①Tグループ、②エンカウンター・グループ、③精神分析的集団精神療法、のそれぞれの歴史的背景やグループ・リーダーの理論的背景の相違点について、これまでの文献のレビューを行った。また、上記3つのアプローチの位置づけを行いながら、南山短大人間関係科流のTグループの特徴を考察した。

### 注 釈

\*1 筆者は、Tグループ実践に関しては十数回体験しているが、エンカウンター・グループと精神分析的集団精神療法はそれぞれ1回ずつしか体験しておらず（前者：名古屋大学学生相談室主催の「自己発見のための合宿セミナー」／ファシリテーターは鶴田和美氏と伊藤義美氏、後者：東海・中部精神分析セミナー主催の「精神分析訓練のための集団精神療法」／グループ・リーダーは磯田雄二郎氏）、その経験則に偏った記述も多いと思われる。エンカウ



ター・グループや精神分析的集団精神療法はファシリテーターやグループ・リーダーによってアプローチが多少異なってくるため、両アプローチの全体の特徴を網羅して記述できているとは思えない。実際とは矛盾する点などあれば、ご教授いただけると幸いである。

- \*<sup>2</sup> グループが様々なメンバーにオープンになっている場合は、当然ながら全くデメリットとならない。
- \*<sup>3</sup> 精神的な病理水準が重い患者を対象として日常での適応をめざす場合は、日常性が持ち込まれることはかえって必要となるし、日常との切り替えをする必要もなくなる。
- \*<sup>4</sup> ロジャーズの "Carl Rogers on Encounter Group" が出版されたのは1970年であったが、彼がグループを重要な研究テーマにするようになったのは出版よりも7～8年前からであったとロジャーズ自身が述べている（ロジャーズ,1970；まえがきにて）。
- \*<sup>5</sup> 彼は時間を「時計時間」と「体験時間」に区別した。Tグループは時計時間と体験時間のどちらも自然的態度として受け止めているが、エンカウンター・グループは時計時間を軽視しているとした。時計時間を軽視することによって、エンカウンター・グループではグループの初めや終わりが曖昧になり、“今ここ”での限られた関わりによってかけがえのないメンバーとして体験される可能性を低めるとしている。また、エンカウンター・グループでは時計時間を無視することによって、感覚的・刹那的に今を限定することとなり、過去を反映し未来をはらんでいる体験時間を空虚化している、と説明している。
- \*<sup>6</sup> Tグループでは、参加者の状況を見ながら毎晩のスタッフ・ミーティングにおいて翌日のプログラムが決定されるため、全体会のタイミングや内容は事前には決まっていない。各回のトレーニングのプログラムやねらいは、前日の夜に企画されていく“生まもの”である。

## 引用文献

- Agazarian, Y. 1987 Invisible Group (鈴木純一 訳：見えないグループの理論 集団精神療法, 3, 169-176.)
- Bion, W.R. 1952 Experience in group. Tavistock Publications. (対馬忠 訳：グループ・アプローチ サイマル出版会)
- ブーバー, M. (植田重雄 訳 1990 我と汝・対話 岩波書店)
- 畠瀬稔 1971 エンカウンター・グループに関する研究(1)－参加者経験の考察 日本心理学会第35回大会発表論文集, 669-670.

- Hansen, J.C., Warner, R.W., & Smith, E.M. 1976 Group counseling: Theory and process. Rand McNally College Publishing Company.
- 早坂泰次郎 1991 人間関係学序説—現象学的社会心理学の展開 川島書店
- 星野欣生 1995 コントロールからファシリテートへ—組織の中でいかにL.E. A.D. (リード) するか 南山短期大学人間関係研究センター紀要『人間関係』, 12, 191-202.
- 磯田雄二郎 1995 集団精神療法総論：絡み合う三すじの糸—Moreno, Slavson, Bion 集団精神療法, 11(2), 103-111.
- 伊藤雅子, 津村俊充, 大塚弥生, 中村和彦 1995 体験学習を用いたグループと個人の成長のための教育実践：人間関係プロセス論の授業報告 南山短期大学人間関係研究センター紀要「人間関係」, 12, 37-158.
- 国分康孝 1992 構成的グループ・エンカウンター 誠信書房
- 小谷英文 1987 神経症者の集団精神療法 山口隆ら (編)『やさしい集団精神療法入門』星和書店, Pp.303-320.
- Lieberman, M.A., et al. 1973 Encounter groups: First facts. Basic Books.
- Mackenzie, K.R. (Ed.) 1992 Classics in Group Psychotherapy. The Guilford Press.
- 村山正治 1977 エンカウンター・グループ (講座心理療法第7巻) 福村出版
- 中堀仁四郎 1992 人間関係トレーニングの倫理 津村俊充・山口真人 (編)『人間関係トレーニング—私を育てる教育への人間学的アプローチ』第38章, ナカニシヤ出版, Pp.150-153.
- 西村肇, 西川昌宏, 小谷英文, 井上直子, 杉山恵里子 1995 集団精神療法効果の実証的研究の成果 集団精神療法, 11, 147-153.
- Rogers, C. (畠瀬稔・畠瀬直子 訳) 1970 エンカウンター・グループ—人間信頼の原点を求めて— 創元社
- 柴田応介, 齋藤英二 1992 Tグループ：水曜会の活動を中心にして 山口・中川 (編)『集団精神療法の進め方』星和書店, Pp.387-404.
- 鈴木純一, 齋藤英二 1995 集団精神療法の最近の動向 精神医学, 37(10), 1020-1029.
- 田畑治 1987 対人関係の訓練 大橋正夫・長田雅喜 (編)『対人関係の心理学』第12章 有斐閣, Pp.340-374.
- 田中熊次郎 1987 グループセラピー (講座サイコセラピー第10巻) 日本文化科学社
- 津村俊充 1996 日本人の人間関係トレーニング 長田雅喜 (編)『対人関係の社会心理学』第8章第2節, 福村出版, Pp.232-241.
- 津村俊充, 星野欣生 1996 Creative Human Relations. プレスタイム
- 山口真人 1992 Tグループとは 津村俊充・山口真人 (編)『人間関係トレー

- ニングー私を育てる教育への人間学的アプローチ』第3章, ナカニシヤ出版, Pp.16-20.
- 山口真人, 星野欣生, 津村俊充, 中野清, 中村和彦, 森崎康宣 1996 Tグループを用いた人間関係トレーニングの教育実践 南山短期大学人間関係研究センター紀要『人間関係』,13, 127-205.
- 山口隆, 増野肇, 中川賢幸(編) 1987 やさしい集団精神療法入門 星和書店

## 参考文献

- Grinberg,L., Sor,D., & Bianchedi,E.T. 1977 Introduction to the work of Bion. Jason Aronson. (高橋哲郎 訳:ピオン入門 現代精神分析双書第Ⅱ期 第8巻 1982 岩崎学術出版社)
- 磯田雄二郎 1994 Bion: 集団の無意識の力動と原始的防衛 東海・中部精神分析セミナー1994年2月20日の講義録より(未公開)
- Kissen,M. 1976 From Group Dynamics to Group Psychoanalysis: Therapeutic Applications of Group Dynamic Understanding. Hemisphere Publishing. (佐治守夫ら 訳 1996 集団精神療法の理論—集団力学と精神分析学の統合 誠信書房)
- 村山正治 1993 エンカウンター・グループとコミュニティーパーソンセンタードアプローチの展開 ナカニシヤ出版
- 対馬忠 1977 グループ・アプローチとは何か 佐治守夫ら(編)『グループ・アプローチ』序章 誠信書房,Pp.1-12.