

# 合宿・自発参加型の構成的グループ・エンカウンターにおける 参加者の感情変動が自己および他者の捉え方の変化に及ぼす影響<sup>1,2</sup> — 自他への信頼・不信および個人・グループ過程の変化について —

Effects of participants' affective variations in Structured Group Encounter by the  
camping and voluntary participation style on changes of cognition of self and others:  
Changes of trust to self and others and person and group processes

水野邦夫<sup>3</sup> 嶋原栄子<sup>4</sup> 田積 徹<sup>5</sup> 新美秀和<sup>6</sup> 興津真理子<sup>7</sup>

Kunio MIDZUNO Eiko SHIMAHARA Tooru TAZUMI  
Hidekazu NIIMI Mariko OKITSU

## 要 約

本研究は、合宿・自発参加型の構成的グループ・エンカウンター（SGE）において、参加者の感情変動が自身や他者に対する捉え方にどのような影響を及ぼすかを調べることを目的とした。主に大学生を対象としたSGEの宿泊・通所方式の研修が計8回行われたが、参加者には研修の開始および終了時に自他への信頼・不信、SGEにおける個人・グループ過程に関する尺度への回答を求めた。また、各セッションの終了時等に感情状態（肯定・否定・安静）の測定を行った。延べ118名分の有効データについて、セッション間の各感情の変動（標準偏差）の信頼・不信や個人・グループ過程への影響を検討したところ、各感情変動の合計は自他への信頼感、個人・グループ過程の肯定的変化に影響することが見出された。これについては、合宿・自発参加型のSGEの中でさまざまな感情変動を総合的に経験することが変化に結びついたのでないかと考察された。一方、否定的な感情変動が大きかった者ほど自己否定が低下するなどの結果も得られたが、SGE体験で当惑した感情が大きく揺れ動くことが変化に影響したのではないかと考察された。

キーワード：構成的グループ・エンカウンター、合宿・自発参加型、感情変動、信頼感、個人・グループ過程

<sup>1</sup> 本研究のデータの一部は、日本心理学会第76回大会（於専修大学）および第77回大会（於札幌市産業振興センター）においてポスター発表された。

<sup>2</sup> 研修会に参加され、データをご提供いただいた皆様方ならびに研修会の運営にご協力いただいた方々に厚く感謝の意を表します。

<sup>3</sup> 帝塚山大学心理学部 (Faculty of Psychology, Tezukayama University)

<sup>4</sup> 聖泉大学情報センター (Seisen University Center for Information Technology)

<sup>5</sup> 文教大学人間科学部 (Faculty of Human Sciences, Bunkyo University)

<sup>6</sup> 聖泉大学人間学部 (Faculty of Human Studies, Seisen University)

<sup>7</sup> 同志社大学心理学部 (Faculty of Psychology, Doshisha University)

個人の心理的成長を支援する方法のひとつにグループ・アプローチがある。野島(1999)はグループ・アプローチを「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、活動、人間関係、集団内相互作用などを通して心理的に援助していく営み(p.6)」と定義しているが、より簡潔に言えば、グループの力を活用して個人の心理的成長を図る試みということになるであろう。

グループ・アプローチの技法にはさまざまなものがあるが、そのひとつに構成的グループ・エンカウンター(以後、SGEと略記)がある。SGEとは何か、あるいは具体的にどのような技法であるかについては、既に多くの著書や論文が刊行されているので、詳細はそれらに譲る(例、片野, 2003, 2007; 國分, 1981; 國分・片野, 2001; 國分・國分, 2004)が、國分(2000)はSGEについて、他のグループ援助法との比較を通して説明している。それによれば、SGEはグループワークほどに役割関係が強しくはなく、グループガイダンスのような情報・助言志向というよりも、むしろ情動的やりとりを主としたものであり、ベーシック・エンカウンター・グループほどの自由さはなく(ある程度設定された枠の中での自由)、グループカウンセリングのような問題解決志向のグループではなく人間関係の体験(心のふれあいの実感)を目的とし、スキルトレーニングのような訓練グループではなく体験グループである。そして、SGEは感情交流を軸とし、これに若干の役割関係を加味したグループ体験の場を提供し、その体験を通して人間成長(自己発見、すなわち思考・感情・行動のいずれかが拡大もしくは修正されること)を援助する方法であると述べている。すなわち、SGEは知識や技能の習得に力点を置くのではなく、グループ内での感情体験を重視し、エクササイズを通しての他者との交流の中で、喜びや怒り、悲しみ、緊張感といったさまざまな感情が揺れ動くことの繰り返しによって、個人の認知や行動に(そして感情自体にも)影

響を及ぼし、最終的には心理的成長を促すことを目指すものといえるであろう。

このことから、SGE体験においては豊かな感情体験をすることが心理的成長のための必須要件になると考えられる。そこで、SGEにおける感情体験に焦点を当てた研究についてみると、まず水野・田積(2008)は、SGE体験中の生理指標と感情指標の対応度が高い者は気分に変動がみられ、セッションを概ねポジティブに感じているのに対し、対応度が低い者は気分の変動に乏しく、防衛的になっている可能性があるとして述べている。また、水野(2010)は、緊張・興奮や疲労感、抑うつ感、不安感などはセッション後半部の方が低下し、爽快感は逆に上昇していくことを見出しており、水野・田積・興津(2012)も同様の結果を得ている。その一方で、水野(2010)は、気分の大きな変化はセッションの進行とともに生じるというよりも、あるセッションで起こった出来事に触発されて生じるが、そうして生じた変化も後々まで引きずらないことを報告している。これらのことから、SGE体験を通じて、感情は徐々に変化するとともに、メンバーとのやりとりの中で豊かに動いていくこと、さらに感情変化の個人差も大きいことなどが考えられる。

上記の研究は、セッション中の感情や気分の変化に焦点を当てたものであるが、次に、そのような変化がメンバー同士の関係性や自己認知などとどのように関連するかについて調べた研究をみると、水野(2012)はセッション中の感情状態と、SGE体験後のメンバー同士の親密度の関係について検討を行ったところ、肯定的感情が高まるほど親密な関係性が構築されるが、否定的感情が高まった場合でも親密な関係性が構築されうること、感情が活性化されることで親密な関係性の構築が進展しうることなどを指摘している。また、水野・田積・吉川・興津(2012)はセッションを通しての感情変動に着目し、感情の変動が豊かな者ほど、最終的に自身や他者への信頼感やメンバーに対する被受容感が高まることなどを明らかにしている。これ

らのことは、SGEにおける豊かな感情体験には、少なくとも自身や他者、グループに対するポジティブな認知を形成させる可能性があることを示唆しているといえよう。

そこで本研究では、水野・田積・吉川・興津(2012a)をさらに発展させ、セッションを通じてのさまざまな種類の感情変動が自己や他者の捉え方(とりわけ、自身や他者への信頼感や不信感、他者や世界に対する自分自身の欲求や態度、グループやメンバーとの関係性)にどのように影響するかについて検討を行い、SGEにおける豊かな感情体験の持つ意義を明らかにすることを目的とした。

なお、SGEは教育場面で多く導入されているが、その場合、授業の一環としての実施というのが一般的なようである。それゆえ、それらのSGEは継続型(たとえば週1回などのように、定期・不定期的にセッションを重ねる方式)や研修型(参加者は必ずしも自発的に参加するとは限らない方式)になることが多い。しかし、本研究は合宿型(原則として宿泊を伴う集中的な体験方式)・自発参加型(原則として、参加者は自発的に志願して参加する方式)のSGEを対象とした<sup>8</sup>。

## 方 法

### 参加者

20XX年から20XX+4年にかけて、近畿圏の一大学が主催した1泊2日の宿泊方式または2日間連続の通所方式によるSGEの研修会が計8回行われた。研修会は資格取得の一環として行われ、参加者の募集は、原則として、資格の取得を希望し、さらに研修会でSGE体験をすることに同意する学内の学生を対象に行われたが、主催者側の判断で、資格の取得に関わらず、SGE体験への自発的参加を申し出た、この大学以外の大学生および大学院生の参加も認めた。参加希望者には参加申込書に連絡先および参加理由・意欲、過去のグループ体験歴について記入のうえ、提出するように求めた<sup>9</sup>。

研修会への参加者数は延べ130名であったが、実質人数は71名(男子34名、女子37名)であった。各回の実施時期と参加者数をTable 1に示す。

### 心理尺度

SGE体験による感情や、自己および他者に対する捉え方がどのように変化するかを調べるために、いくつかの心理尺度を用いた。なお、回によって実施した尺度は必ずしも同一ではな

Table 1 各回における実施時期・方式・参加者数について

回	1	2	3	4	5	6	7	8
実施時期	20XX年 9月	20XX+1年 2月	20XX+1年 9月	20XX+2年 2月	20XX+2年 8月	20XX+3年 8月	20XX+4年 2月	20XX+4年 8月
方 式	通所	合宿	通所	合宿	通所	通所	通所	通所
参加者数	29 (M:16, F:13)	21 (M:12, F:9)	17 (M:7, F:10)	22 (M:8, F:14)	11 (M:6, F:5)	8 (M:6, F:2)	10 (M:3, F:7)	12 (M:7, F:5)

註1：参加者数内の数字は度数を表す。また、カッコ内は男女別度数(M：男子、F：女子)をそれぞれ表す。

註2：複数回参加者は33名おり、内訳は、5回参加2名、4回参加5名、3回参加10名、2回参加16名であった。

<sup>8</sup> 引用した先行研究も、水野(2012)以外は基本的には合宿・自発参加型SGEによるものである。水野(2012)は合宿・自発参加型とは異なるが、単発型(1日研修のような、いくつかのセッションを短期集中的に行う方式)で進めており、また、参加者には趣旨と内容を説明し、同意書への署名も求めていることなどから、研修型よりも自発参加型に近いと考えられる。

<sup>9</sup> 参加者の募集に関しては、資格取得の希望者を対象としていることから、厳密には自発参加型とはいえないかもしれない(資格取得のために不承不承参加した者もいるかもしれない)。しかし、参加条件などを勘案すると、かなり自発参加型に近いものであると思われる。

いが, 全ての回で一貫して用いた尺度は以下のものであった。なお, 回答基準の一貫性を保つために, いずれの尺度も「非常にあてはまる(5点)」から「全くあてはまらない(1点)」までの5段階評定で回答できるようにした。

**1) 信頼感尺度** 天貝(1995)によって作成された。自分や他人に対する信頼感を測定する尺度で, 「自分への信頼(計6項目)」, 「他人への信頼(計8項目)」, 「不信(計10項目)」の尺度からなる。

**2) SGE 個人過程・グループ過程尺度** 片野(2007)によって作成された。個人過程尺度はメンバー個々の自己への意識, 価値観などに関連した, あるがままの自己の過程として, 「自己露呈(普段なら言わないことの自己開示, 計4項目)」, 「自己歪曲(よく思われたいために, 自分を曲げてしまう, 計4項目)」, 「自己否定(自己嫌悪・卑下, 計3項目)」, 「自己主張(自分のホンネの表明, 計5項目)」の尺度からなる。グループ過程尺度はグループにおける居心地や, メンバー同士の防衛のなさ, 自由感, 被受容感を測定するもので, 計11項目からなる。なお, グループ過程尺度はSGE体験後の測定を想定したものであり, すべて過去形で表現されている。よって, 体験前にこの尺度を実施するには, 表現において違和感があると思われる。そこで, 体験前に実施する場合には, その実情にあった表現に改めた(たとえば, 「話しやすかったか」という問は「話しやすそうか」に改めた)。

**3) 一般感情尺度** 小川・門地・菊谷・鈴木(2000)によって作成された。「肯定的感情(計8項目)」, 「否定的感情(計8項目)」, 「安静状態(計8項目)」を測定する尺度からなる。

#### 尺度実施手続き

心理尺度の実施は, 研修会への参加条件の一

つとして, SGE研究のためにアンケート調査を実施することを依頼し, 参加者の承諾を事前に得た。さらに, 初日開始時(開講式時)にも再度調査への協力を依頼し, 了承を得たうえで尺度を実施した。

心理尺度を実施した時点は回によって若干異なるが, いずれの場合も, 開講式前後(ただし, 第1セッション開始前)と閉講式前後(ただし, 全セッション終了後)に信頼感尺度およびSGE個人過程・グループ過程尺度を実施し, また, 開講式前後(同上), 各セッションの終了直後, 2日目の開始時(セッション開始前), 閉講式前後(同上)に一般感情尺度への回答を求めた。

#### プログラムおよびその実施

研修プログラムは國分(1981)や國分・片野(2001), 片野(2003), 國分・國分(2004)などに基き構成した。ただし, 各研修会で行ったプログラム(エクササイズ)は毎回異なっていた。各回のプログラムの概要をTable 2に示す。

プログラムは, 数次にわたる教育現場でのSGE実践経験および合宿型SGEの参加体験を有する1名が全ての回でリーダーを務め, 実施した。また, リーダーを補助するスタッフとして, 同じくSGE実践経験およびSGE参加体験を有する1~2名がサポートに入った。さらに, 参加者の心理的安全性の確保とグループに対するスーパービジョンのために, 1~3名のカウンセラーが常駐した。なお, カウンセラーは原則としてエクササイズには参加せず, グループの外から見守り, 必要に応じて個人に介入したり, カウンセリングやスーパービジョンを行ったりした。

Table 2 各研修会のプログラム概要について

1回目 (20XX年9月 通所方式)		2回目 (20XX+1年2月 宿泊方式)	
セッション等	概要 (エクササイズなど)	セッション等	概要 (エクササイズなど)
開講式/ショート レクチャー		開講式/ペンネームづくりa	
第1セッション	ペンネームづくり・ペンネームの由来a, アイスペーキングa,c	第1セッション	自由歩行a/ペンネームの由来a, インタビューa, 将来願望a, 印象を語るa
第2セッション	インタビューa, 印象を語るa/相方紹介a, 自分を語る	第2セッション	相方紹介a, 自分の人生に影響を与えた人または出来事a
第3セッション	学校対抗マラソン大会b	第3セッション	トラストアップa, トラストワークa, 背中合わせによる会話a
第4セッション	全体シェアリングa	第4セッション	全体シェアリングa
2日目開始		2日目開始	
第5セッション	全体シェアリングa	第5セッション	全体シェアリングa
第6セッション	トラストワークa, トラストフォールa, トラストウォールa	第6セッション	トラストフォールa, トラストウォールa
第7セッション	私はあなたと同じです, ほか (リフレーミング)a	第7セッション	自己概念カードa, リフレーミングa, ほか
第8セッション	別れの花束a	第8セッション	別れの花束a
閉講式		閉講式	
3回目 (20XX+1年9月 通所方式)		4回目 (20XX+2年2月 宿泊方式)	
セッション等	概要 (エクササイズなど)	セッション等	概要 (エクササイズなど)
開講式/ショート レクチャー		開講式/ショートレクチャー/ペンネームa	
第1セッション	ペンネームづくりa, ペンネームの展覧会a, 自由歩行a, アイスペーキングa,c	第1セッション	自由歩行a/私の一品, 将来願望a, 印象を語るa
第2セッション	ちょっとした自慢話・今だから言える失敗談a	第2セッション	相方紹介a, 自分の人生に影響を与えた人または出来事a
第3セッション	新聞紙タワーc	第3セッション	肩たたき・肩もみa, トラストワークa
第4セッション	全体シェアリングa	第4セッション	簡易内観a
2日目開始		第5セッション 全体シェアリングa	
第5セッション	全体シェアリングa	2日目開始	
第6セッション	共同描画a	第6セッション	全体シェアリングa
第7セッション	6人の人生a	第7セッション	共同描画a
第8セッション	私はあなたと同じです, ほか (リフレーミング)a	第8セッション	トラストフォールa, トラストウォールa, トリップトゥヘブンa
第9セッション	別れの花束a	第9セッション	別れの花束a
閉講式		閉講式	
5回目 (20XX+2年8月 通所方式)		6回目 (20XX+3年8月 通所方式)	
セッション等	概要 (エクササイズなど)	セッション等	概要 (エクササイズなど)
開講式/ショート レクチャー		開講式/ショート レクチャー	
第1セッション	ペンネームづくり・ペンネームの由来a, アイスペーキングa,c	第1セッション	ペンネームづくり・ペンネームの由来a, アイスペーキングa,c
第2セッション	インタビューa, 印象を語るa/相方紹介a, 将来願望a	第2セッション	スゴロクトークa,d
第3セッション	簡易内観a	第3セッション	お誕生日おめでとうe
第4セッション	全体シェアリングa	第4セッション	私に影響を与えた人物または出来事a, みじめな体験・誇らしい体験a
2日目開始		第5セッション 全体シェアリングa	
第5セッション	全体シェアリングa	2日目開始	
第6セッション	トラストフォールa, トラストウォールa	第6セッション	全体シェアリングa
第7セッション	共同描画a	第7セッション	クルーザーf
第8セッション	別れの花束a	第8セッション	別れの花束a
閉講式		閉講式	



7回目 (20XX+4年2月 通所方式)		8回目 (20XX+4年8月 通所方式)	
セッション等	概要 (エクササイズなど)	セッション等	概要 (エクササイズなど)
開講式/ショート レクチャー		開講式/ショート レクチャー	
第1セッション	ペンネームづくり・ペンネームの展覧会a	第1セッション	ペンネームづくり・ペンネームの展覧会a
第2セッション	自由歩行a, アイスブレイキングa c/インタ ビューa, 印象を語るa/相方紹介a, 将来願望a	第2セッション	自由歩行a, アイスブレイキングa c/インタ ビューa, 印象を語るa/相方紹介a, 将来願望a
第3セッション	自己概念カードa	第3セッション	肩たたき・肩もみa, トラストウォークa
第4セッション	私に影響を与えた人物または出来事a, みじ めな体験・誇らしい体験a	第4セッション	みじめな体験・誇らしい体験a
第5セッション	全体シェアリングa	第5セッション	全体シェアリングa
2日目開始		2日目開始	
第6セッション	全体シェアリングa	第6セッション	全体シェアリングa
第7セッション	共同描画a	第7セッション	トラストフォールa, トラストウォールa, トリップトゥヘブンa
第8セッション	別れの花束a	第8セッション	別れの花束a
閉講式		閉講式	

注1：エクササイズ名の後に付したアルファベットは、各エクササイズの内容について、以下の出典を参考にしたことを表す：a 國分・國分 (2004), b 福山・日精研心理臨床センター (1998), c 田上・今田・岸田 (2007), d 國分・正保 (1999), e 坂野・日本学校 GWT 研究会 (1994), f 星野 (2003)。

注2：上記以外にも、たとえばセッション開始の直前にショートエクササイズを導入したり、適当な区切りの時にカウンセラーやリーダーが参加者にコメントすることがあった。

## 結 果

参加者の中には、研修会に遅刻、中途辞退した者やあるエクササイズをパスした者、心理尺度への回答に記入漏れのあった者がいた。そこで、一般感情尺度を実施した上記の時点において、回答率(回数)が90%に満たない者や信頼性尺度もしくはSGE個人・グループ過程尺度の得点が算出できなかった者のデータを除外したため、最終的には延べ118名(男子58名, 女子60名)のデータを分析対象とした<sup>10</sup>。

### 各尺度の信頼性

本研究で分析対象とする尺度の信頼性(内的整合性)を調べるために、各尺度について、Cronbachの $\alpha$ 係数を算出した。その結果、信頼感尺度については、第1セッション開始前は自分への信頼：.825, 他人への信頼：.863, 不信：.897, 全セッション終了後は自分への信頼：.857, 他人への信頼：.888, 不信：.915であった。SGE個人・グループ過程尺度につい

ては、第1セッション開始前は自己露呈：.781, 自己歪曲：.832, 自己否定：.857, 自己主張：.843, グループ過程：.929, 全セッション終了後は自己露呈：.789, 自己歪曲：.754, 自己否定：.864, 自己主張：.827, グループ過程：.937であった。一般感情尺度については.813~.965であった。これらのことから、各尺度の信頼性は十分に高いと考えられる。

### 信頼感および個人・グループ過程の変化

SGE体験の前後で信頼感や個人・グループ過程に変化がみられたかどうかを調べるために、各尺度について、体験前後の得点の平均値等を算出し、対応のあるt検定を行った。その結果、いずれも有意であり、自分への信頼, 他人への信頼, 自己露呈, 自己主張およびグループ過程は上昇し, 不信, 自己歪曲および自己否定は低下していた (Table 3 参照)<sup>11</sup>。ただし効果量を見ると、グループ過程以外は高くはなく、明確な変化が現れていないことも考えられよう。

### 感情変動が自他の信頼・不信の変化に及ぼす影響

<sup>10</sup> 先述したように、複数回参加者がいるために延べ人数となっているが、分析の際には、各回の参加者をそれぞれ別人とみなして分析を行った。

<sup>11</sup> 研修会ごとにも分析を行ったが、回によって結果は一定ではなく、有意差のみ見られないものもあった。

Table 3 SGE 体験前後の各尺度得点の平均値・SDおよび *t* 検定の結果

		SGE 体験前	SGE 体験後	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
自分への信頼	<i>M</i>	20.27	22.07	6.29	***	0.41
	<i>SD</i>	4.41	4.47			
他人への信頼	<i>M</i>	28.70	31.11	6.46	***	0.42
	<i>SD</i>	5.66	5.70			
不信	<i>M</i>	28.75	26.08	6.56	***	0.30
	<i>SD</i>	8.67	9.23			
自己露呈	<i>M</i>	11.97	13.89	6.84	***	0.56
	<i>SD</i>	3.45	3.37			
自己歪曲	<i>M</i>	12.71	11.17	4.95	***	0.37
	<i>SD</i>	3.67	4.62			
自己否定	<i>M</i>	9.94	9.18	3.43	**	0.22
	<i>SD</i>	3.51	3.44			
自己主張	<i>M</i>	16.93	18.53	7.12	***	0.41
	<i>SD</i>	3.95	3.78			
グループ過程	<i>M</i>	33.89	44.32	14.20	***	1.22
	<i>SD</i>	8.19	8.85			

註1：\*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$

註2：自由度 (*df*) はすべて117。

註3：*d*はCohen's *d* (効果量) を表す。

各参加者の一般感情尺度を実施した各時点における肯定的感情、否定的感情、安静状態の得点を求め、それぞれの得点について、各人の時点間の標準偏差を算出し<sup>12</sup>、その値をSGE体験における感情変動の指標とした。なお、各感情変動の間にはいずれも有意な正の相関関係がみられた（肯定－否定： $r = .370$ ,  $p < .001$ ；肯定－安静状態： $r = .571$ ,  $p < .001$ ；否定－安静状態： $r = .571$ ,  $p < .001$ , いずれも  $N = 118$ ）。

SGE体験中の感情変動が体験前後（第1セッション開始前・全セッション終了後）での自分への信頼、他人への信頼および不信の変化にどのように影響を及ぼすかを調べるために、体験後の各信頼感得点を基準変数、肯定的感情・否定的感情・安静状態の変動を説明変数とした重回帰分析を行った。ただし、各感情が交互作用

的に影響する可能性も考えられるため、各変動の交互作用項も説明変数に加えた。なお、この場合、説明変数間の相関が高くなりすぎ、多重共線性の問題が生じる恐れがあるので、それを回避するために、前田（2008）に従って、各感情変動値の中心化（具体的には、各分析対象者の各値から、それぞれの平均値を減じる）を行い、その値を用いた。また、統制変数として、SGE体験前の各信頼感得点も説明変数として投入した（これについても、同様に中心化を行った）。さらに前田（2008）に従い、分析にあたっては、Step 1として統制変数を、Step 2として1次の項（肯定的感情変動、否定的感情変動、安静状態変動）を、Step 3として1次の交互作用項（肯定変動×否定変動、肯定変動×安静変動、否定変動×安静変動）を、Step 4として2次の交互作用項（肯定変動×否定変動×安静変動）を投入する階層的重回帰分析を行った。その結果をTable 4に示す。

<sup>12</sup> ここで算出した標準偏差はすべて母標準偏差である。

Table 4 信頼感の変化に関する階層的重回帰分析の結果

	Step			
	1	2	3	4
自分への信頼 (体験前)	.755***	.764***	.765***	.764***
肯定的感情変動		.121 †	.116	.133 †
否定的感情変動		.048	.039	.055
安静状態変動		.138 †	.143 †	.162*
肯定変動×否定変動			.012	.038
肯定変動×安静変動			.004	-.003
否定変動×安静変動			.035	.037
肯定変動×否定変動×安静変動				-.067
$R^2$	.570***	.637***	.639***	.641***
$\Delta R^2$		.066***	.002	.002
他人への信頼 (体験前)	.746***	.753***	.745***	.747***
肯定的感情変動		.108	.105	.114
否定的感情変動		.094	.103	.112
安静状態変動		.073	.069	.079
肯定変動×否定変動			.005	.019
肯定変動×安静変動			.091	.087
否定変動×安静変動			-.059	-.058
肯定変動×否定変動×安静変動				-.037
$R^2$	.557***	.606***	.611***	.612***
$\Delta R^2$		.049**	.006	.001
不信 (体験前)	.880***	.882***	.865***	.862***
肯定的感情変動		-.019	-.038	-.028
否定的感情変動		-.078	-.069	-.059
安静状態変動		-.019	-.017	-.005
肯定変動×否定変動			.109	.124 †
肯定変動×安静変動			-.163**	-.168**
否定変動×安静変動			.008	.010
肯定変動×否定変動×安静変動				-.041
$R^2$	.774***	.784***	.798***	.799***
$\Delta R^2$		.010**	.014 †	.001

註1 : \*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$ , †  $p < .10$

註2 : 肯定 : 肯定的感情, 否定 : 否定的感情, 安静 : 安静状態

註3 : それぞれ基準変数は, 体験後の自分への信頼, 他人への信頼, 不信である。

註4 : 今回の分析で算出した  $VIF$  の最大値は2.842であり, 多重共線性の問題は生じていないと考えられる。



$R^2$ 変化量 ( $\Delta R^2$ ) をみると、Step 3以降は有意ではなく、交互作用項を投入したモデルは有効でないと考えられる。そこで、いずれの信頼・不信についても変化量が有意であったStep 2に着目したが、いずれも各感情変動の標準偏回帰係数 ( $\beta$ ) は有意ではなかった。

### 個人・グループ過程の変化に及ぼす影響

次に、感情変動が個人・グループ過程の変化にどのような影響を及ぼすかを調べるために、先と同様に、交互作用項を考慮した階層的重回帰分析を行った。その結果をTable 5に示す。

$\Delta R^2$  をみると、Step 3以降は自己歪曲以外

Table 5 SGE 個人過程およびグループ過程の変化に関する階層的重回帰分析の結果

	Step					Step			
	1	2	3	4		1	2	3	4
自己露呈 (体験前)	.602***	.576***	.581***	.581***	自己歪曲 (体験前)	.689***	.691***	.682***	.699***
肯定的感情変動		.224*	.227*	.225*	肯定的感情変動		-.140 †	-.202*	-.233**
否定的感情変動		.028	-.007	-.008	否定的感情変動		-.108	-.066	-.097
安静状態変動		.090	.100	.098	安静状態変動		.015	.016	-.026
肯定変動×否定変動			-.047	-.050	肯定変動×否定変動			.311**	.259*
肯定変動×安静変動			.069	.070	肯定変動×安静変動			-.176 †	-.160 †
否定変動×安静変動			.124	.124	否定変動×安静変動			-.132	-.137
肯定変動×否定変動×安静変動				-.067	肯定変動×否定変動×安静変動				.135
$R^2$	.363***	.451***	.471***	.471***	$R^2$	.474***	.513***	.554***	.561***
$\Delta R^2$		.088**	.019	.000	$\Delta R^2$		.039*	.041*	.007
自己否定 (体験前)	.759***	.753***	.745***	.747***	自己主張 (体験前)	.803***	.787***	.788***	.790***
肯定的感情変動		-.053	-.078	-.096	肯定的感情変動		.046	.053	.044
否定的感情変動		-.226**	-.210**	-.228**	否定的感情変動		.019	.011	.002
安静状態変動		.082	.082	.061	安静状態変動		.147*	.149*	.138 †
肯定変動×否定変動			.120	.092	肯定変動×否定変動			-.042	-.056
肯定変動×安静変動			-.029	-.021	肯定変動×安静変動			.022	.025
否定変動×安静変動			-.060	-.062	否定変動×安静変動			.030	.029
肯定変動×否定変動×安静変動				.073	肯定変動×否定変動×安静変動				.037
$R^2$	.576***	.622***	.628***	.630***	$R^2$	.645***	.680***	.681***	.682***
$\Delta R^2$		.046**	.006	.002	$\Delta R^2$		.035**	.001	.001
グループ過程 (体験前)	.563***	.578***	.579***	.578***					
肯定的感情変動		.254**	.251**	.258**					
否定的感情変動		.262**	.265**	.272**					
安静状態変動		-.085	-.085	-.077					
肯定変動×否定変動			.012	.024					
肯定変動×安静変動			.037	.034					
否定変動×安静変動			-.022	-.021					
肯定変動×否定変動×安静変動				-.030					
$R^2$	.317***	.460***	.461***	.462***					
$\Delta R^2$		.143***	.001	.000					

註1：\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ , † $p < .10$

註2：肯定：肯定的感情, 否定：否定的感情, 安静：安静状態

註3：それぞれ基準変数は、体験後の自己露呈, 自己歪曲, 自己否定, 自己主張, グループ過程である。

註4：今回の分析で算出した  $VIF$  の最大値は2.884であり、多重共線性の問題は生じていないと考えられる。

は有意ではなく、これらについては、交互作用項を投入したモデルは有効でないと考えられる。そこで、自己歪曲以外については Step 2 に着目する。まず自己露呈では、肯定的感情変動の  $\beta$  が正に有意であり、SGE 体験を通して肯定的感情の変動が大きかった者ほど、ふだんなら言わないことも自分開示したくなっていったと考えられる。また、自己否定については、否定的感情変動の  $\beta$  が負に有意であり、否定的感情の変動が大きかった者ほど、自己嫌悪感や自己卑下感が低下したと考えられる。自己主張については、安静状態変動の  $\beta$  が正に有意であり、安静状態の変動が大きかった者ほど自己のホンを打ち出す方向に変化したと考えられる。さらに、グループ過程では肯定的、否定的感情変動の  $\beta$  が正に有意であり、肯定的、否定的感情の変動が大きかった者ほど、グループに対する居心地のよさやメンバー同士の防衛のなさ、自由感、被受容感が高まったと考えられる。

自己歪曲については、Step 3 までの  $\Delta R^2$  が

有意なので、Step 3 に着目すると、まず、肯定的感情変動の  $\beta$  が負に有意であり、肯定的感情の変動が大きかった者ほど、失愛恐怖からあるがままの自己を歪曲することがなくなっていったと考えられる。一方、肯定変動×否定変動の  $\beta$  が正に有意であったので、単純傾斜の有意性の検討を行ったが、有意な結果は得られなかった。

#### 感情変動を合計した場合の分析

水野ら (2012b) は3つの感情変動間の相関関係や内的整合性が高いことなどから、これらを合計した値を用いて、交互作用項のない重回帰分析を行っている。先に示したように、本研究でも3つの相関係数は概して高く、また、Cronbach の  $\alpha$  係数を算出したところ、 $\alpha = .735$  であった。そこで、3つの感情変動値を合計した値を算出し、それを説明変数として、同様の分析を行った。その結果、全ての基準変数に対して、合計した感情変動値の  $\beta$  が有意であった (Table 6 参照)。

Table 6 感情変動を合成した場合の重回帰分析の結果

	自分への信頼	他人への信頼	不信
統制変数	.752***	.752***	.883***
合計感情変動	.252***	.222***	-.092*
$R^2$	.634***	.606***	.783***
	自己露呈	自己歪曲	自己否定
統制変数	.560***	.698***	.758***
合計感情変動	.280***	-.184**	-.148*
$R^2$	.439***	.508***	.598***
	自己主張	グループ過程	
統制変数	.783***	.597***	
合計感情変動	.177**	.338***	
$R^2$	.676***	.430***	

註1 : \*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$

註2 : 統制変数はそれぞれの基準変数に対する第1セッション開始前の値を用いた。

## 考 察

本研究は、合宿・自発参加型の構成的グループ・エンカウンター (SGE) について、SGE 体験の中での感情変動が自己や他者に対する捉え方にどのように影響を及ぼすかを調べることを目的とした。

その結果、まず、信頼感についてはいずれの感情変動も有意な影響はみられなかった。今回測定した信頼感は大田 (1995) の尺度に基づいたものであるが、大田 (2001) は信頼感について、生涯にわたり、また、個人レベルでのさまざまな経験から影響を受けながら、その内容や程度が変化するものと仮定している。このことから考えると、本研究で用いた信頼感の指標は長期的展望において変化が期待されるものであり、たとえ他者との濃密な感情交流が繰り返される合宿・自発参加型であっても、ごく短期的なグループ体験によって信頼感が変化することは難しいのかもしれない。しかし、肯定的感情、否定的感情、安静状態の変動を合計したものを説明変数として同様の分析を行ったところ、いずれの信頼感においても $\beta$ は有意であった。このことから、3つの感情変動を分離して説明変数に投入したことで、却って個々の説明力を低下させる結果になったが、SGEでの豊かな感情体験は、長期的な変化を念頭に置いた信頼感であっても、変化させる力を持ちうると思われる。さらに、交互作用項もほとんどが有意でなかったことを併せて勘案すると、信頼感の変化に対して、SGE体験における各感情変動は個別に影響したり、交互作用的に影響したりするのではなく、さまざまな感情変動が相加的に影響することが示唆される。すなわち、さまざまな感情が総合的に変動することが信頼感の変化に、より大きな影響を及ぼすと考えられよう。

このことは、個人・グループ過程についても基本的には同様であり、やはり濃密なSGE体験によってさまざまな感情の変動を総合的に体験することで、自己のありようやメンバーとの

良好な関係性を肯定的に変化させていったと考えられる。ただし、個人・グループ過程の場合、個々の感情変動も変化に影響を及ぼすという結果も得られている。これは、これらの尺度がそもそもSGE体験に即して開発された尺度であるため、信頼感よりも変化が表れやすいことが原因として考えられる。そのなかでも、否定的感情の変動が高かった者ほど、自己否定が低下したり、グループやメンバーとの関係性に良好さを感じたりするようになっている点は注目すべきであろう。否定的感情尺度の項目を見ると、「動揺した」「びくびくした」「緊張した」「うろたえた」「恐ろしい」「そわそわした」「驚いた」「どきどきした」と、単に否定的というよりも、むしろ当惑感に近いように思われる。このような感情の変動が大きいことは、SGE体験の中で自己開示や他者とのやりとりで困難さを感じたり、あるいは他者から受け入れられて(あるいは他者が受け入れられているのを見て)、そのような感情が収まったりというような感情体験をしたと考えられる。そのことが自己否定感からの解放や、自己の被受容感や他者受容の高まりを促すのではないかと推察されよう。これは肯定的感情の変動についても言えることであり、肯定的な気分になれないときに素直にそれを表明できることは、やはり自身のホンネに受容的であると考えられる。肯定的、否定的感情は評価を含む感情であり、SGEの中でそれらを豊かに表現できることは、自己や他者に対する捉え方をポジティブに変化させるのであろう。

一方で、本研究において留意すべき点もいくつか挙げられよう。まずは、たしかにいくつかの感情変動において $\beta$ は有意ではあったが、SGEでは豊かな感情経験が重要であると論じた割には、その値は必ずしも大きいとはいえず、信頼感や個人・グループ過程の変化に影響を及ぼす要因はほかにもさまざまなものがあると考えられる。それらについても、幅広く検討していく必要がある。

また、今回は感情変動の指標として時点間の標準偏差を用いたが、これが感情変動の豊かさ

を表すかどうかもさらに検討する余地があろう。感情のぶれが大きいことだけが必ずしも豊かな感情体験をしているとは言えず、特定の感情を一貫して強く感じていることも豊かな感情体験といえるであろう。そのあたりの定義があいまいであることは否めない。また、そもそも感情体験は主観的なものであり、数値化することで失われる情報も多いであろう。これについては、今後、参加者の感想などの質的データの検討や事例研究を行うことも重要になると思われる。

さらに、今回はいくつかの研修会で得たデータを全て込みにして分析を行ったが、グループ体験である以上、個人差だけでなく、グループ差も大きく影響するはずであろう。しかし今回はグループ差についてほとんど検討を行わなかった。この点も今後検討すべき課題である。

その他、先にも述べたように、SGEは継続・研修型で行われることの方が多く、今回の結果を単純にそれらに当てはめることは危険であろう。内容の深いエクササイズや否定的感情を強く刺激しやすいエクササイズは、場合によっては参加者の心理的安全性を脅かす恐れがある。それゆえ、今回のように、SGEの経験を有する者がリーダーを務めたり、カウンセラーを常駐させたりすることは重要であるが、継続・研修型ではそこまでの配慮を行うことはコスト的にも困難な場合が多いと思われ、エクササイズの選択も慎重にならざるを得ず、合宿・自発参加型のようにはいかないことも多いであろう。継続・研修型での実施における感情変動と自他の捉え方の変化については別途検討していく必要がある。

## 引用文献

天貝由美子 (1995). 高校生の自我同一性に及ぼす信頼感の影響 教育心理学研究, **43**, 364-371.  
天貝由美子 (2001). 信頼感の発達心理学—思春期から老年期に至るまで 新曜社  
福山清蔵 (著) 日精研心理臨床センター (編)

(1998). カウンセリング学習のためのグループワーク 日本・精神技術研究所  
星野欣生 (2003). 人間関係づくりトレーニング 金子書房  
片野智治 (2003). 構成的グループ・エンカウンター 駿河台出版  
片野智治 (2007). 構成的グループエンカウンター研究 SGEが個人の成長におよぼす影響 図書文化社  
國分康孝 (1981). エンカウンター 心とこころのふれあい 誠信書房  
國分康孝 (2000). 育てるカウンセリングとしての構成的グループ・エンカウンター 國分康孝 (編) 続 構成的グループ・エンカウンター 誠信書房 pp.3-13.  
國分康孝・片野智治 (2001). 構成的グループ・エンカウンターの原理と進め方—リーダーのためのガイド 誠信書房  
國分康孝・國分久子 (総編集) (2004). 構成的グループ・エンカウンター事典 図書文化社  
國分康孝 (監修) 正保春彦 (編) (1999). 3分で見るエクササイズ×20例 エンカウンター CD-ROM 図書文化社  
前田和寛 (2008). 重回帰分析の応用的手法—交互作用項ならびに統制変数を含む分析— 比治山大学短期大学部紀要, **43**, 69-73.  
水野邦夫 (2010). 構成的グループ・エンカウンターが自己概念の変容および個人・グループ過程に及ぼす影響に関する追試的検討 聖泉論叢, **18**, 149-161.  
水野邦夫 (2012). 対人的なコミュニケーションによる感情の喚起と親密な関係性の構築の関連について—構成的グループ・エンカウンターを用いた検討— 帝塚山大学心理学部紀要, **1**, 165-173.  
水野邦夫・田積徹 (2008). 構成的グループ・エンカウンター実施時における参加者の心理的变化の測定について—生理指標による測定の試み— 聖泉論叢, **16**, 99-114.  
水野邦夫・田積徹・興津真理子 (2012a). 合

- 宿・自発参加型による集中的グループ体験が大学生の自己概念に及ぼす影響—構成的グループ・エンカウンターによる検討—心理臨床科学（同志社大学心理臨床センター），**2**，15-29.
- 水野邦夫・田積徹・吉川栄子・興津真理子（2012b）. グループ体験における感情変動が自他イメージに及ぼす影響—構成的グループ・エンカウンターを用いて— 日本心理学会第76回大会発表論文集，1157.
- 野島一彦（1999）. グループ・アプローチへの招待 現代のエスプリ，**385**，5-13.
- 小川時洋・門地里絵・菊谷麻美・鈴木直人（2000）. 一般感情尺度の作成 心理学研究，**71**，241-246.
- 坂野公信（監修）日本学校GWT研究会（著）（1994）. 協力すれば何かが変わる—続・学校グループワーク・トレーニング— 遊戯社
- 田上不二夫・今田里佳・岸田優代（2007）. 特別支援教育コーディネータのための対人関係ゲーム活用マニュアル 東洋館出版社



