

# Basic Encounter Group経験の効果についての実証的な研究

松 浦 光 和

## 要約

Basic Encounter Group経験の効果について調査した。対象は、2010年8月17日から20日にかけてM大学児童教育学科が仙台市内で実施したグループである。このグループはM大学の学生8名、H大学の学生5名、ファシリテータ（促進者）2名によって構成された。測定は心理尺度で行った。この尺度の下位尺度は①「自己存在感」、②「他者内面の理解」、③「自己一致」、④「他者受容」、⑤「自己信頼」である。測定の結果、②他者内面の理解、④他者受容の上昇が確認された。

## はじめに

ベーシック・エンカウンター・グループ<sup>註1)</sup> (Basic Encounter Group、以下BEGあるいはEG)の効果としては、心理的成長や人格の変容などが考えられ、多くの研究が蓄積されている。

研究法としては事例研究法（例えば、見藤, 1886; 小柳, 1981）、アンケート法（例えば、畠瀬, 1971; 野島, 1977）、面接法（例えば、昌瀬, 1975; 村山・野島, 1976）、スケールによる評定法（村山・樋口, 1987）、心理尺度法（例えば、広島大学保健管理センター, 1971; 野島, 1977; 武内, 1977; 福井・小柳, 1980; 谷川・村山, 1987; 伊藤, 1997; 坂中, 1998）などがある。

これらの内、心理尺度法で使用された尺度はSCT（文章完成テスト）、Self-Esteem（自尊感情尺度）、Y-G性格検査、MPI（モーズレイ性格検査）、PFスタディ（Picture Frustration Study）、POI（Personal Orientation Inventory）、SEAS（Self Actualization Evaluating Scale：自己実現尺度）、エゴグラム（TEG：Tokyo university Ego Gram）である。

これら既存の尺度による効果測定は一定の成果を上げてはいるが、歴史的にBEGはカウンセラーの養成<sup>註2)</sup>と深い関係がある。この観点に立ってBEGの効果を究明することも必要であろう。

## 1. 目的

今回はBEG経験とカウンセリング・マインド涵養の関係を実証的に究明する。

## 2. 方法

### 1) BEGの実施

参加メンバー：M大学の学生8名とH大学の学生5名。

ファシリテータ（促進者）：筆者と法政大学大学院教授の清水幹夫氏。

実施時期と場所：2010年8月17日から20日の3泊4日。仙台市内のホテル。

実施方法：スケジュール表（Table 1）に示した。各セッションは概ね3時間であった。

### 2) 調査方法

第1日目（17日）のEG開始前、第2日目（18日）の最終セッション終了時、第4日目（19日）のセッション終了時に参加メンバー（以下、メンバー）に対して「エンカウンター・グループ効果尺度（資料）」（松浦、2000）への回答を依頼した。この尺度の下位尺度は、①「自己存在感」、②「他者内面の理解」、③「自己一致」、④「他者受容」、⑤「自己信頼」である。概要は以下の通りである。

- ①「自己存在感」は、「今の自分のままで生きていきたいと思う」を含む7項目からなる。自分のあり方に対する肯定感を示す。
- ②「他者内面の理解」は、「人の内面をそのまま理解したい」を含む6項目からなる。うまく表現できない気持ちを内面に抱える他者に対する積極的で暖かい気持ちが必要な内容である。
- ③「自己一致」は、「どんな事にも自分らしく取り組んでみたい」を含む5項目からなる。ありのまま存在していきたいという姿勢と、ありのままいるためには難しいことにも背を向けないという内容である。
- ④「他者受容」は「自分とは考え方が違う人でも、親しくできる」を含む5項目からなる。自分とは考え方や生き方が異なる者に対する受容的な態度である。
- ⑤「自己信頼」は、「どのような事でも切りぬけることができると思う」を含む4項目からなる。自分に対する信頼を示す。

### 3) 下位尺度得点の処理

回答を項目ごとに得点化した。その際、肯定的・積極的な回答を高得点とした。例えば「今の自分のままで生きていきたいと思う」では、「当てはまる」を5点、「少し当てはまる」を4点、「どちらとも言えない」を3点、「ほとんど当てはまらない」を2点、「全く当てはまらない」を1点とした。さらに、尺度ごとに項目の得点を合計して下位尺度得点を求めた。従って、7項目からなる「自己存在感」は最高得点が35点、最低得点は7点、6項目からなる「他者内面の理解」は最高得点が30点、最低得点が6点、5項目からなる「自己一致」「他者受容」は最高得点が25点、最低得点が5点、4項目からなる「自己信頼」は、最高得点が20点、最低得点が4点となる。

Table1 2010年8月17日～20日のエンカウンター・グループのスケジュール

月 日	曜日	～9時	9時～12時	12時～14時	14時～17時	17時～19時	19時～22時
8月17日	金			受付・オリエンテーション	第1セッション	夕食・入浴など	第2セッション
8月18日	土	起床・朝食など	第3セッション	昼食など	第4セッション	夕食・入浴など	第5セッション
8月19日	日	起床・朝食など	第6セッション	昼食など	第7セッション	夕食・入浴など	第8セッション
8月20日	月	起床・朝食など	第9セッション	昼食・ふり取り・解散			

### 3. 結果

#### 1) 各下位尺度得点と比較

各下位尺度の得点と標準偏差をTable2に示した。また、平均得点の変化をグラフ化してFig.1～Fig.5に示した。

さらに、各下位尺度について、第1日目と第2日目、第2日目と第4日目、第1日目と第4日目の間でサインテストを実施した。その結果をTable3に示した。

Table2およびFig.1～Fig.5から、「自己存在感」、「自己一致」、「自己信頼」など自己についての概念は2日目に一旦下降して4日目に上昇するが、「他者内面の理解」、「他者受容」など他者についての概念は連続的に上昇する。

また、Table3から、「自己存在感」、「他者内面の理解」、「自己一致」、「他者受容」、「自己信頼」は、1日目と2日目の間には有意なレベルでの変化はないが、1日目と4日目の間および、2日目と4日目の間で「他者内面の理解」、「他者受容」が有意なレベルで上昇した。

Table2 下位尺度の平均値と標準偏差

下位尺度	測定時期	度数	平均値	標準偏差
自己存在感	1日目	13	21.77	4.66
	2日目	13	21.92	5.56
	4日目	13	24.15	3.98
他者内面の理解	1日目	13	23.00	6.01
	2日目	13	25.38	2.93
	4日目	13	27.92	2.06
自己一致	1日目	13	19.15	5.79
	2日目	13	20.31	3.57
	4日目	13	22.38	2.63
他者受容	1日目	13	18.62	4.99
	2日目	13	20.62	2.22
	4日目	13	23.15	1.72
自己信頼	1日目	13	11.38	2.90
	2日目	13	11.15	3.48
	4日目	13	12.62	2.96

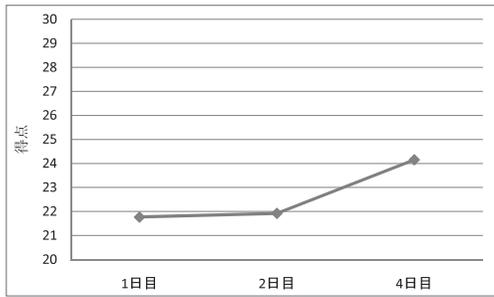


Fig.1 「自己存在感」の推移

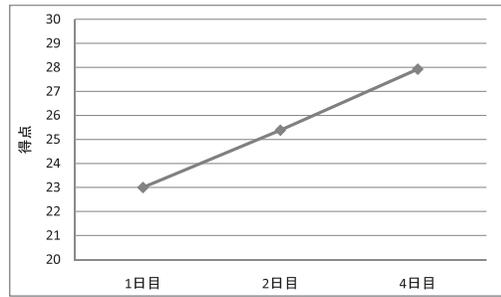


Fig.2 「他者内面の理解」の推移

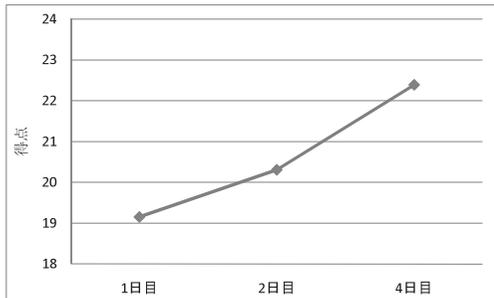


Fig.3 「自己一致」の推移

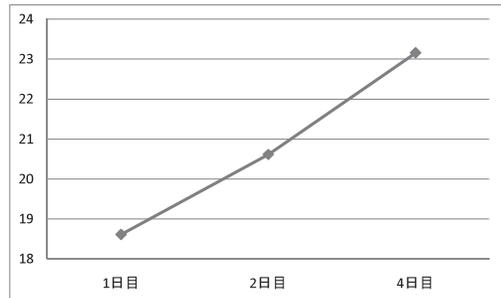


Fig.4 「他者受容」の推移

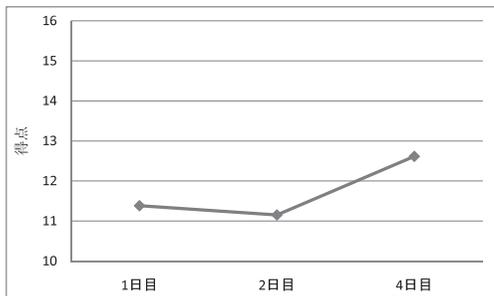


Fig.5 「自己信頼」の推移

Table3 各下位尺度の比較結果（CR値）

下位尺度	1日目 対 2日目	2日目 対 4日目	1日目 対 4日目
自己存在感	.55	1.44	1.44
他者内面の理解	.87	3.18 **	2.60 **
自己一致	-.36	1.58	1.81
他者受容	.32	2.41 *	3.02 **
自己信頼	.29	.29	1.20

\*\* P<.01 \* P<.05

#### 4. 考察

今回の結果から、BEG経験が「他者内面の理解」、「他者受容」すなわち「うまく表現できない気持ちを内面に抱える他者に対する積極的で暖かい気持ち」、「自分とは考え方や生き方が異なる者に対する受容的な態度」の上昇に寄与することが分かった。これらは、カウンセリングの3条件の内の「受容」と深い関わりがあり、BEGがカウンセリング・マインドの涵養と高い関係があることを示唆している。

##### 註1)

Basic Encounter Groupとは、個人の成長、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の促進などを図る集中的グループ経験の一つ (Rogers, 1970) と考えられる。

日本で行われている比較的短い期間のエンカウンター・グループの実践方法は以下の通りである。

参加者： 1つのグループ (小グループ) は12名前後の参加メンバー (以下、メンバーと略す場合がある) と1～2名のファシリテーター (Facilitator) すなわち促進者によって運営される。希望者は誰でも参加できるが、医師やカウンセラーから治療やカウンセリングを受けている場合は、彼らの同意を得るように依頼する場合がある。しかし特定の方法による参加者の選別は行わない。

スケジュール： 日本では1泊2日、2泊3日、3泊4日などの合宿形式が多い。1セッションを3時間位とし、1日に2～3セッションを行うのが一般的である。また、フリー・タイム (自由活動時間) も設けられており、グループを離れて読書をしたり、自分のグループや他のグループのメンバーと話し合ったり、散歩をすることもできる。

場所： 街の中心から離れた自然豊かな場所で行うことが多い。これは、日常から距離を置くためである。このような場所を特に「文化的孤島」と呼んでいる。

##### 註2)

Basic Encounter Groupとカウンセラー養成の関係をRogers (1970)、清水 (1979)、島瀬 (1990) を参考にして概観する。

第二次大戦直後の1946年と1947年、Rogersと同僚は復員局の要請で、復員軍人を支援するためのカウンセラーを養成した。カウンセラー養成にはクライアントを相手にする実習体験が必要であるが、初心者クライアントと面接をさせることは困難であった。そこで、代わりに養成中の学生10数人を1グループにした円を作り、スタッフがグループ・カウンセラーとして参加して、参加メンバーたちの自己理解、相互理解をすすめるための体験学習を行った。これは、心理的成長、個人間のコミュニケーションや対人関係の発展と改善を目的とした集中的なグループ経験であり、大きな成果を収めた。それ以来、Rogersは、既成の概念にとらわれない、あるがままの関係の場、ないしは心理的に自由で安定した場には、人間性や主体性の回復、創造性の開発等、資質の向上はもちろんのこと、現代の社会に必要なとされている、さまざまな治療的、教育的機能があることに気づき始めた。

この経験、すなわち後にBasic Encounter Groupと呼ばれることになる「集中的グループ経験」は、体験的で治療的なものを志向した。

#### 引用文献

- 島瀬稔 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.
- 島瀬稔 1975 エンカウンター・グループ経験が多数回参加者に及ぼす影響 日本心理学会第39回大会発表論集, 501.
- 島瀬稔 1990 エンカウンター・グループと心理的成長 創元社.
- 広島大学保健管理センター 1971 第1回健康増進セミナー報告 広島大学保健管理センター, 3.
- 福井康之・小柳晴生 1980 エンカウンター・グループ経験の効果の測定について 相談学研究, 13

(1), 1-7.

- 伊藤義美 1997 学生のベーシック・エンカウンター・グループの影響に関する実証的研究 名古屋大学情報文化学部情報文化研究, 5, 131-144.
- 松浦光和 2000 ロジャーズ (1970) の考え方に基づいたエンカウンター・グループの効果測定尺度 人間性心理学研究第, 18 (2), 139-151.
- 見藤隆子 1986 看護教育へのエンカウンターグループの導-私とエンカウンターグループのかかわりから- 看護教育, 27 (4), 245-250.
- 野島一彦 1977 エンカウンター・グループの効果に関する一研究 九州大学教育学部紀要 (教育心理学部門), 21 (2), 67-75.
- 村山正治・樋口昌巳 1987 体験過程の促進からみたエンカウンターグループ - 体験過程スケールによるエンカウンターグループ過程の分析- 人間性心理学研究, 5, 88-98.
- 村山正治・野島一彦 1976 エンカウンター・グループ経験者の事例研究 九州大学教育学部紀要, 21, 47-55.
- 小柳晴生 1981 エンカウンター・グループ多数参加者としての自己分析-グループの多数参加は個人の心理的成長を促すか? 佐治守夫・村上英治・福井康之 (編) グループ・アプローチの展開, 誠信書房, 185-210.
- Rogers, C.R. 1970 Carl Rogers On Encounter Groups, New York: Harper and Row. (畠瀬稔・畠瀬直子訳 1982 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)
- 坂中正義 1998 体験過程の視点からみたエンカウンター・グループでの相互作用-その測定の試み- 人間性心理学研究, 16 (2), 146-158.
- 清水幹夫 1979 米国におけるエンカウンター・グループの特質 東京農業大学学生相談室紀要, 2, 38-68.
- 武内信子 1977 エンカウンター・グループのパーソナリティ特性に及ぼす影響-Y G 及び M P I による検討 ノートルダム清心女子大学紀要 生活経営学・児童学・食品・栄養学編, 1, 1 (通巻22号), 23-29.
- 谷川由美・村山正治 1987 エンカウンター・グループ体験認知スケールの作成とその適用 九州大学教育学部紀要 (教育心理学部門), 32 (2), 227-236.

## **A Positive Research on the Effect of Experiences in a Basic Encounter Group**

Mitsukazu MATSUURA

We examined the effect of experiences in a Basic Encounter Group. We surveyed a group of university students, those majoring in Child Education, in Sendai city on August 17th, 2010. The group consisted of eight students from M University, five from H University, and two facilitators. The scale was used for measurement. The subscales were (1) a sense of one's own presence, (2) an understanding of others'inside, (3) self-consistency, (4) a reception of others and (5) self-reliance. Our measurement demonstrated that (2) an understanding of others'inside and (4) a reception of others had risen.