

Basic Encounter Group参加者の所感の分類

松 浦 光 和

坂 原 明 (聖カタリナ大学)

要 約

この研究は、Basic Encounter Groupの参加メンバーが、グループの中で自身をどのように感じているかを把握することが目的である。1999年に男性3人、女性5人の計8人、年齢は20歳台から60歳台、職業は学生、教諭、保健師、カウンセラーからなるメンバーで実施された3泊4日9セッションのBasic Encounter Groupでメンバーが自身を振り返って書いた「所感」を2012年に学生が評価スケールによって評価した。その評価について因子分析を実施した結果、「被受容体験」（グループに受け入れられている感じ）、「不充実感」、「疲労感」、「グループに対する満足感」、「グループに対する信頼感」を見出した。メンバーがグループで、これらを経験していることが分かった。

はじめに

基本的出会いグループ（Basic Encounter Group：以下でBEG）とは、Rogersの理論と実践に基づくグループを指す。1960年代までは、基本的出会いグループも“感受性訓練”という名称で呼ばれていたが、Rogersが伝統的なTグループと区別するためにBasic Encounter Groupという語彙の使用を主張した。そのBasicが省略されてEncounter Groupという用語が一般化したと言われている。

BEGは「経験の過程を通して、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を図る」ための集中的グループ経験の一つ（Rogers, 1970）とされている。「個人の成長」、「個人間のコミュニケーション」等をもたらす要因はBEGの過程である。BEGの過程は「グループ過程」と「個人過程」に分けられるが、「グループ過程」とはグループ全体の発達、参加メンバー（以降で、メンバー）間の相互作用や関係の変容の過程であり、概念的研究（Rogers, 1970；村山・野島, 1977；小谷, 1978；亀石・茂田・村山, 1980；村山・樋口, 1987；畠瀬・木村, 1988）が行われている。

一方の「個人過程」は「グループ過程」に伴って生起するメンバー個人の「経験」の過程を指す。「個人過程」については事例研究や概念的研究（岩村, 1980；野島, 1983；村山・樋口, 1987；松浦光和・清水幹夫, 2000；松浦, 2005；松浦, 2007）が試みられているが、従来の研究はメンバーの経験内容を直に挙げているが、これを客観的に評価した例は少ない。

I. 目的

BEGのメンバーの「個人過程」を検討するために、メンバーがグループの中における自身を振り返って記した文章（以降で「所感」とする）を第三者の評価によって分類し、グループでメンバーが感じていることを客観的に把握する。

II. 方法

1) BEGの実施および「所感」の収集

(1) 実施時期：1999年10月29日（金）から11月1日（月）

(2) 実施方法：関東圏H市に於いて3泊4日で9セッションのBEGが実施した（スケジュールをTable 1に記載）。このBEGのファシリテータはI氏（男性、50歳台）、コ・ファシリテータはN氏（女性、30歳台）であった。ファシリテータ歴はI氏が20年以上、N氏はなかった。

(3) BEGの参加メンバー：参加メンバー（以下、メンバーと略す）は男性3人、女性5人の計8人。年齢は20歳台から60歳台、職業は学生、教諭、保健師、カウンセラー（Table 2）。

(4) 「所感」の収集：各セッション終了時に、メンバーに記入用紙を配付して、「今のセッションで自身について感じたことを率直・簡潔に記入してください」と依頼した。記入の可否・文字数は任意。なお、以降で「感じたこと」を所感と表記する。

Table 1 スケジュール表

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
10月	29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
10月	30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
10月	31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
11月	1日	月	起床・朝食など	第9セッション	昼食・ふり返り・解散			

Table 2 グループのメンバー

氏名	性別	年齢	職業
A	男	38	教諭
B	女	24	学生
C	男	44	教諭
D	女	30	教諭
E	男	63	カウンセラー
F	女	36	保健師
G	女	28	教諭
H	女	42	教諭

年齢：参加当時の満年齢

2) 所感リストの作成

- (1) リスト作成：収集した所感を参加メンバーごとに、セッション順に転記した。
- (2) ダミーの付加：所感評価の信頼性を検定するために、2つの所感と同文の2つのダミーを準備した。
- (3) 所感の並べ替え：全所感とダミーを乱数に依って並べ替えた。

3) 所感の評価

- (1) 所感評価の時期：2012年1月。
- (2) 所感の評価者：M大学とT大学の女子大学生75人、T大学の男子大学生70人、計145人。
- (3) 評価の方法：評価者に所感の記入者が所感記入時、「自身をどのように感じていたのかを推測して回答してください」と依頼し、並べ替えたリストと評価回答用紙を配付した。
評価者は、各所感について「とても肯定的」「やや肯定的」「少し肯定的」「どちらとも言えない」「少し否定的」「やや否定的」「とても否定的」の7つの選択肢のいずれかで回答する。
- (4) 評価者の適切性：所感記入者はBEGや臨床心理学の研究者ではなく、所感はBEGの専門用語などを含まない日常的な文章で記されている。これを学生が以下の(5)の方法で評価することは適切であると判断した。
- (5) 回答の点数化：選択肢の「とても肯定的」を7点、「やや肯定的」を6点、「少し肯定的」を5点、「どちらとも言えない」を4点、「少し否定的」を3点、「やや否定的」を2点、「とても否定的」を1点として評価点をつける。

4) 所感の分類

- (1) 評価の信頼性の検証：2組の所感とダミーの評価点を比較し、2組の比較の何れかで2点以上の差が見られる場合、この評価を行った評価者の評価点を全て破棄する。残った評価点を乱数によって2組に分け、所感ごとに2組の平均点を比較(t検定)する。この比較で有意な差が生じた所感の評価点を全て破棄する。
- (2) 所感の分類：上記の作業で残った評価点を因子分析で分類する。1つの因子に高い因子負荷量を示す所感が3つ以下で因子解釈が不可能な場合、これらの所感を破棄し、再度、因子分析を行って、因子解釈不可能な因子が1程度になるまで繰り返す。

Ⅲ. 結果

- (1) 所感リスト：メンバーは8人でセッション数は9なので、所感数は延べで $8 \times 9 = 72$ になるが、無記入が1つと、無関係な記入が1つあったので、これらを除いて70の所感を得た。これに2つのダミーを付加した。一つ目は所感15番(「気詰まりな感じはなく、自分にされた質

問を他の人にふって助けてもらうなどもでき、楽になった」)に対応する所感67番、二つ目は所感22番(「自分が嬉しい気持ちであることを話すことで、なぜかということがはっきりしてきたのでよかった」)に対応する所感68番である。

各所感の文字数は句読点を含んで6字から241字であり、平均は95.33字であった。文字数ごとの所感数をFig. 1に示した。31文字以上90文字の所感が多い。

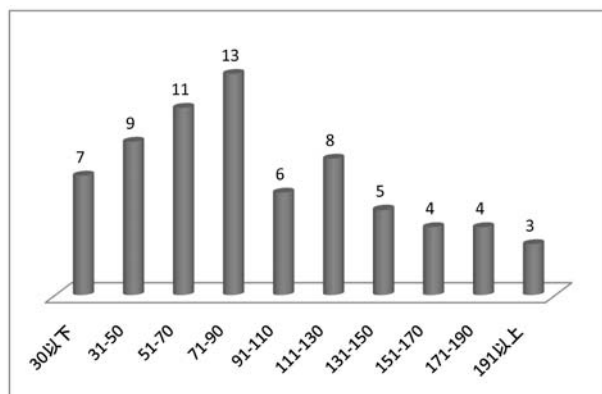


Fig.1 文字数ごとの所感数

(2) 評価の信頼性: 所感15番と対応するダミー(67番)の評価点差(差①)が2点以上の評価者は28名。また、所感22番と対応するダミー(68番)の評価点差(差②)が2点以上の評価者は11名。差①あるいは差②で2点以上の差がある評価者は35名。この35名の全評価点を破棄した。残った113名の所感15番とダミー(67番)の相関係数は.661、所感22番とダミー(68番)の相関係数値は.641であり、所感の信頼性を確認した。また、各評価点を2組に分けて比較した結果、所感12番($t=2.31$, $df=116$, $p<.03$)は有意レベルの差があったので、この所感を破棄した。

(3) 所感の因子分析: 第1回目の因子分析の結果、20因子が抽出され、因子寄与率は69.99%であった(Table 3)。高い因子負荷量を示す所感が3つ以下の因子は、第6~20因子であり、因子解釈が不可能であるので、これらの因子に含まれる所感(Table 4)を破棄して、第2回目の因子分析を実施した。

第2回目の因子分析の結果、9因子が抽出され、因子寄与率は62.96%であった(Table 5)。高い因子負荷量を示す所感が3つ以下の因子は、第5因子、第7~9因子(Table 6)であるが、因子解釈が不可能なので、これらに含まれる9つの所感を破棄して、第3回目の因子分析を実施した。

第3回目の因子分析の結果、7因子が抽出され、因子寄与率は63.98%であった(Table 7)。高い因子負荷量を示す所感が3つ以下の因子は第4因子、第6因子、第7因子(Table 8)であ

るが、第6因子、第7因子が因子解釈不可能なので、第6因子に含まれる2つの所感を破棄して第4回目の因子分析を実施した。第7因子には、高い因子負荷量が見当たらなかった。

第4回目の因子分析の結果、6因子が抽出され、因子寄与率は61.94%であった（Table 9）。高い因子負荷量を示す所感が3つ以下の因子は第6因子（Table 11）であり、因子解釈不可能であったが、解釈不可能な因子が1つになったので、ここで因子分析を終了した。

Table 4 第1回目の因子分析で破棄した「所感」

因子	「所感」番号	「所感」
F6	47	みんなの話を聞いて感じる事が多々あるが、その今の感じに浸りたいので前半はずっと聞いていた。その中でもやはり自分はベクトルが自分自身に向いているのを強く感じた。TKMさんとのやり取りでふっと浮かんだことを尋ねて応答があった感じが良かった。
	58	これで終りと思い、涌いてくる思いをしっかりと閉じていく作業をグループと共にできたと思う。
	22	自分が嬉しい気持ちであることを話すことで、なぜかということがはっきりしてきたのでよかった。
F7	13	人の話を聞き、そこで動く自分の気持ちを見つめていた。
	8	わりと自然に居られ、自由な自分を見ていた。発見も自由だった。
F8	5	感動の連続。
	4	昨日の疲れはなく、穏やかに人の話が聞けるようになった。心打たれるものがあったり、こみ上げてくるものがあったりした。一人一人秘めているものが言葉で表現でき、スッキリした姿をみて何か私もグループの中に入れたことを嬉しく思う。
	6	感じたことを言葉ではうまく表現できなかったけれど、今はこの感触に浸りたい。いつかの言葉とこの胸のざわめきが自然とつながる時を楽しみにしている。今は敢えてそれを突き詰めたくない。今回は気づきが3つもあって嬉しい。
F9	3	「今度はあなたも爆発して見たら」と言われた時、引いてしまった。たぶん自分の中に爆発させる勇気がないのかもしれないし、何に爆発するのか分からない。あるいは自分の扉にかぎをかけて見えなくさせているのだろうか。その時が来るまで待っていたい。
	9	TTJさんにあなた自身の事を聞きたいのだと言ったのはよかったが、その後、心が動かなくなってしまった。自分が今何をしているのか分からない状態だった。その時止めに入ってくれた人がいて助かった。
F10	53	久しぶりに衝突してその痛みを味わうことになった。相手の後味もよくないようだし、自分としてもよくない。でも、そうと決めて衝突したことはだれて無視するよりはまし。もっとうまく衝突したい。
	52	メンバーの気持ちがとても染みている。本人の傷を考えると非常にづらい気がする。メンバーの温かさを今一番感じている。
F11	37	最初皆の表情や話には心を一杯動かされたが、自分は殻を閉じていた。私は何かを言って表現することは、自分で無理なすることになると思った。感じて思っても何も言わない。ここにいる人と1対1で話しをしたいとも思わないし、この場の外でお付き合いもできないと思った。最後に何人かが私の演奏について言ってくれた時、ものすごく感じてしまって何も言葉で返せなくずと黙っていた。子ども場になると違ってしまう。言葉にできないことはたくさんある。今のMTの仕事は「やっという」「やれる」という感じがした。
	38	他の人の話にすごく影響されている。感情にふっと触れてしまうといられなくてふっと距離をとってしまう。同時に自分の話がしたくなったが、依存心があって自分からちょっとと言ってみるが、話したいことははっきり言えていない。そこを(S)さんが聞いてくれて、嬉しかった。タイミングはちょっと自分が話したい気持ちが引いた時だったし、いざとなると臆病になってしまったが、話せてよかった。でもまだ、仕事モードかな。
F12	71	共感でき、理解し合えた部分がたくさんあり、とても充実していた。(I)やKBKさんと心が通じ合えたのは何者にも変えられない部分。
	61	いろいろな思いが渦を巻いていた。言えないもどかしさ。それでも最後の30分ほどはとても満たされた思いで、この場にいた。
F13	51	気になっていた人のことを発言できてよかった。それに関わって何人かの人が発言したことで疑問が解けてよかった。前のセッションではTKMさんの触れて欲しくないという感じに圧倒されて、質問するのに躊躇していたのだと思う。
	24	自分の、この場だけでなく日常の場面やこれまで自分なりに取り組みながらもいまだ抱えている、辛く切ないことの話ができて濃い時間だった。
	25	自分と同じように考えている人がいた。その人の話をよく聞いて少し理解できたような気がした。それがとてもいい気持ちだった。自分の意見も皆がよく聞いてくれ、同意してくれて嬉しかった。少し緊張が解け不安より楽しみが増えてきた。
F14	57	かなり揺れるところがあって、その都度小出しにしていたので、大揺れはしなかった。
	23	話や言葉はよく聞いていたが、話している人の気持ちはあまり感じることはできなかった。OOYさんに対して自分の考えや経験を話すことはできたが、本人の気持ちを受け止めるということはあまりできなかった。訴えてくるその姿勢はよく伝わってきたが。
F15	42	TKMさんの発言を(I)が受け止めたことについて、自分が自分のこだわりで聞き、見ていたことが分かってショックだった。それがなかなか自分の中でしっくりとせず、しばらく停滞していた。TCJさんの完璧さは聞けない、しっかり聞かなくてもいいんじゃないかと思えた。反対のことだが、自分の中では受け容れることができる。
	43	前回自分のことを話したことでエネルギーを使ったこともあって、逆にすごく心穏やかに冷静に開けた。ある人の話がとても良かったにもかかわらず、嫌な感じではなく、すんなり受け入れることができた。同じ人の生の話姿だったのかもしれないが、すごく自然で本物と見えた。それと私の状態がよかったのと両方かな。
F16	50	自分のことも話したくなってきた。ずっとある人の話で中心で長引いてしまうと、自分の話を聞いて欲しくなったり、他の人の話にて欲しくなったりする。
	55	ようやく自分の話ができ、そしたら止まらなくなりましたが、私が何を欲しているのか、再確認でき、何に対して怒りを感じるのかも改めて分かった。「私の話を聞いて」とアピールして一杯時間を使う人は嫌いだ。私の悪いところがドカッといっぺんに出てしまったと罪悪感も感じる。でも、聞いて欲しかったし、認めてもらいたかった。
F17	1	自分への気付きが表れた。他のメンバーの話の中で自分へのメッセージを感じた。全くこれまで言語化できなかったが、核となるものであった。これからは自分を大切にできそうな気がする。
	62	素直だったが慎重に言葉を選んで話していた。自然な自分だった。
	64	最初から思っていることが素直に言えてすっきりした。途中、発言内容がうまく理解できず、少々飽きてしまった。
F18	70	ざわついていたのものが、セッションを経るごとにおさまっている。(I)から私には見知らぬ感覚のものを聞かせてもらい、本当によかった。今後のそれについて考えてみたい。
F19	10	勇気をもって自己開示した自分を「よしよし」している。どっか甘えたくなり始めている。
F20	31	いろいろ発言したが、肩に力が入りすぎ、疲れた。ファシリテーターの言葉に救われた。気持ちが明るくなった。
	49	TTJさんに感じた部分はたくさんあったが、今は静かに見ている。TKMさんに強く感じるものを伝えたが、彼の「ゲツ」というところや何か不安になったようなものを感じることができなくてとても悲しい。今までではできなくてもいいと思っていたのに。

Table 5 第2回目の因子分析

「所感」番号	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	共通性
36	.749	-.034	-.022	.092	.077	.116	.205	.105	.149	0.67
27	.666	-.110	-.191	.349	.053	.197	.057	.184	.119	0.71
33	.660	-.014	.048	.240	.202	.227	.021	.026	.074	0.59
40	.646	-.033	.342	-.049	.132	.045	-.051	.234	-.116	0.63
34	.538	-.234	.056	.229	.373	.233	.225	.031	.042	0.65
28	.537	.013	-.031	.345	.133	.434	-.161	.173	.016	0.67
63	.510	-.178	.002	.166	.460	-.006	.308	.201	.100	0.68
20	.468	-.058	-.043	.354	.452	.271	.118	.132	-.061	0.66
35	.022	.696	.137	.048	.218	.168	.079	.126	.227	0.65
66	-.181	.690	-.322	.067	.031	-.165	-.213	.109	-.174	0.73
59	.048	.644	.349	-.028	-.127	-.022	.137	-.226	.101	0.64
29	-.117	.617	.038	.060	-.189	.145	.297	-.023	-.125	0.56
54	-.047	.577	.449	-.100	-.170	-.012	-.075	-.014	-.229	0.63
48	-.249	.576	.403	-.330	.081	-.021	-.291	.046	-.182	0.79
32	.015	.454	.119	.385	.052	.169	.273	-.293	-.331	0.67
41	.128	-.124	.755	.275	.000	.083	-.033	.063	-.042	0.69
39	.071	.263	.747	-.102	-.018	-.094	.072	.093	-.005	0.67
46	-.181	.174	.625	-.074	.070	.239	.017	-.121	-.133	0.55
69	.179	.230	.489	.081	-.405	.030	.115	.360	-.183	0.67
73	-.403	.353	.423	-.056	.025	-.045	-.165	.263	-.097	0.58
44	.200	-.052	.117	.723	.251	.159	.064	.174	-.004	0.70
26	.207	.133	-.026	.673	.028	.042	.314	.115	.086	0.64
30	.331	.011	-.216	.517	.191	.166	-.181	-.094	.217	0.58
60	.097	-.058	.124	.493	.078	.158	.338	.234	.383	0.62
45	.369	-.141	-.117	.480	.475	-.057	.096	.292	.096	0.73
19	.159	.004	.022	.110	.752	.113	.062	.065	-.017	0.62
21	.306	.077	-.050	.127	.580	.238	.266	.067	.149	0.61
17	.240	.043	.041	.018	.135	.753	.049	.231	-.029	0.70
18	.165	.147	.161	.195	.047	.700	.148	.018	.038	0.63
15	.206	-.115	-.140	.129	.313	.472	.246	.173	.022	0.50
7	.283	.015	-.108	.075	.111	.372	.592	.058	.102	0.61
2	-.003	.177	-.022	.229	.268	.046	.581	.182	-.114	0.54
16	.366	.006	-.337	.090	.278	.235	.383	.062	.258	0.61
14	.333	-.036	-.102	.058	.213	.283	.183	.662	-.116	0.74
72	.168	-.023	.194	.296	.031	.184	.206	.604	.057	0.60
56	.225	.089	.200	.234	.375	.237	-.061	.489	.154	0.62
11	-.061	.169	.322	-.106	-.024	-.034	.137	.202	-.726	0.74
65	.242	.042	-.045	.189	.143	-.050	.369	.291	.584	0.68
因子分散	4.33	3.18	3.18	2.95	2.67	2.41	2.09	2.07	1.67	24.55
因子寄与率(%)	11.10	8.16	8.16	7.57	6.84	6.17	5.36	5.32	4.28	62.96

Table 6 第2回目の因子分析で破棄した「所感」

因子	「所感」番号	「所感」
F5	19	以前のグループ経験を思い出したり、日常生活のことを思い出したりしながら、少しずつグループでこそこできる、自分のこだわりを大切にすることをやり始められていると思う。
	21	人の話が開けた。何と言いたいのか、何となく分かった。自分の感じたことをTTJさんに聞いたら「その通り」と言われ嬉しかった。彼女は「人の話は全部理解しないとイケないの?」という一日目の発言があり、その時私はその気持ちを誤解したくないし、沿っていきたくらいから理解したいと言った。その気持ちで彼女の話の聞かせてもらったことは伝えたいと思った。自分を大切にしたい。
F7	2	本当に体調が悪く、いるのが辛かったが、最後は暖かい気持ちで終わることができた。思いも掛けないことまで話したが、悪い気はしない。
	16	出会いは私の生きる力になっていることが分かった。人を大切にしたいという気持ちになり、それでいるんな出会いのある福祉施設に働いているんだと思った。
F8	14	皆に助けられて混乱から抜け出し、自分を見ることができた。練習して身につけた自分ではなく、10数年変わらない生のままの自分の姿を見て、吐き気がしたが、そのことで努力が実らないとか、もう辞めてしまいたいという思いは、別物だということに気付けた。人と正面から向き合いたいという願があることを確認した。ぶつかることは相手のことを確かめることだったという認識を新たにした。
	72	TTJさんを見て感じる「胸が締め付けられる」というものが、彼女の中のもう一人の自分=本音の自分を感じていたのかもしれない。それを伝える時、その感覚は私の中にある何かだったと気づいた。まだそれは伝えていない。自分の中で自己に気づくことと他者との関わりの中で気づくということの違い、後者の方が突然くるのではとさせられる。
	56	他の人のやり取りを見て、「今ここで」の感じや気づきを話すことがとても気持ちよく感じられた。前のセッションでたくさん話せてすっきりしたと思ったが、後で何かもやもやしていた。それが今解った。今の心の動きを無視して言葉遊びをしていたのかも、それを話したら気持ちが晴れ晴れした。前のセッションがもったいないと思ったが、気づけてよかった。沈黙が嫌でなくなった。この場が安心できると感じて。
F9	11	相手の本当の気持ちが開けていなかったこと、誤解していたことにとっても落ち込んだ。仕事のこと重複し、今まで自分がやってきたことは人と付き合いは何だったのだろうか、人の話を聞く、人と向き合う、人と話すって…すぐには答えは出そうにない出のゆっくりと考えていきたいと思う。今、もやもやしていてスッキリしない。
	65	だいぶ自分の思ったことを自由に表現できるようになった。他の人の話がすんなりと入ってくるようになった。

Table 7 第3回目の因子分析

「所感」番号	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	共通性
63	.754	-.063	-.089	.259	.056	-.030	.262	.720
36	.743	-.078	-.022	.169	.145	.077	-.231	.667
33	.692	-.022	.040	.159	.223	.153	.007	.580
40	.676	.353	-.080	-.136	.071	.103	-.065	.627
34	.629	-.027	-.185	.266	.280	.139	.038	.601
27	.589	-.169	-.117	.283	.174	.428	-.178	.714
20	.588	-.044	.027	.304	.272	.270	.257	.654
45	.574	-.111	-.052	.430	-.066	.284	.369	.751
39	.127	.751	.178	-.005	-.058	-.195	-.109	.665
41	.162	.712	-.163	.271	.088	.002	.011	.641
46	-.228	.667	.084	-.030	.263	-.001	.077	.579
69	.087	.600	.141	.119	.030	.027	-.421	.581
54	-.151	.565	.480	-.188	-.011	.015	-.172	.638
48	-.230	.552	.457	-.478	-.072	.028	.138	.820
73	-.211	.528	.332	-.154	-.128	-.091	.292	.568
66	-.172	-.173	.704	-.154	-.267	.193	.005	.687
35	.159	.191	.681	.020	.139	.070	.185	.584
29	-.129	.085	.667	.128	.171	-.191	-.162	.577
59	-.022	.292	.598	.037	.017	-.159	-.385	.617
32	-.026	.123	.562	.276	.245	-.003	.080	.474
60	.228	.030	.009	.728	.152	-.017	-.054	.609
26	.218	.000	.201	.680	.051	.293	-.053	.641
44	.292	.131	.034	.633	.117	.343	.209	.678
17	.303	.065	.065	-.042	.736	.190	.046	.682
18	.147	.152	.155	.175	.697	.203	-.092	.636
7	.400	-.006	.104	.330	.515	-.269	-.053	.621
15	.399	-.164	.018	.201	.491	-.029	.398	.628
30	.236	-.199	-.002	.264	.094	.630	.101	.582
28	.446	.044	-.046	.132	.344	.621	-.102	.734
因子分散	4.641	3.246	2.861	2.723	2.250	1.686	1.148	18.555
因子寄与率(%)	16.005	11.193	9.866	9.389	7.758	5.813	3.958	63.982

Table 8 第3回目の因子分析で破棄した「所感」

因子	「所感」番号	「所感」
F6	30	前のセッションで感じたことを本人に言ってもらえて嬉しかった。緊張は全然なく、自然に言葉が出るようになった。気持ちがいい。
	28	昨夜思い当たったことを初めに話すことができてよかった。自分はまだ一つ納得できていない部分がありながらも話したが、他の人がそれに関わって質問したり話したりしてくれたおかげで自分の気持ちの方がよりはっきり分かったし、スッキリもした。昨夜の思いつきがしっくりと腹に落ちた感じ。8月のEGの影響が実質的に今も続いているとは思っても及ばなかった。

Table 9 第4回目の因子分析

「所感」番号	F1	F2	F3	F4	F5	F6	共通性
36	.720	.004	-.008	.133	.161	-.301	.652
63	.707	-.059	-.144	.255	.144	.100	.621
33	.697	.010	.029	.141	.266	-.078	.583
40	.678	.378	-.076	-.153	.091	-.016	.640
27	.670	-.141	-.074	.318	.139	-.194	.632
45	.637	-.165	-.090	.487	.001	.251	.742
34	.634	-.010	-.193	.260	.306	-.053	.604
20	.634	-.091	.006	.358	.306	.193	.669
39	.059	.779	.164	-.043	-.027	.034	.642
41	.123	.713	-.184	.255	.119	.075	.643
69	.074	.673	.180	.079	.002	-.248	.558
46	-.243	.618	.069	-.009	.254	.250	.572
54	-.146	.569	.499	-.187	-.028	.049	.632
48	-.210	.470	.451	-.409	-.091	.412	.815
66	-.097	-.206	.724	-.090	-.283	.113	.678
29	-.194	.120	.665	.112	.176	-.100	.547
35	.157	.154	.646	.056	.188	.251	.567
59	-.086	.382	.614	-.025	.023	-.288	.614
32	-.039	.117	.536	.258	.294	.054	.458
26	.282	.007	.215	.708	.060	-.081	.638
44	.367	.075	.024	.698	.140	.179	.679
60	.180	.078	-.012	.696	.198	-.192	.600
17	.333	.043	.068	-.039	.721	.064	.643
18	.175	.159	.167	.156	.682	-.072	.578
7	.277	.076	.060	.220	.595	-.252	.552
15	.364	-.217	-.040	.220	.553	.242	.595
73	-.225	.440	.294	-.092	-.106	.471	.572
因子分散	4.500	3.222	2.847	2.631	2.373	1.151	16.726
因子寄与率(%)	16.668	11.934	10.545	9.745	8.791	4.264	61.947

IV. 考察

第4回目の因子分析の第1因子の中で因子負荷量の高い所感（Table10-1）の一部を抜粋すると「私の中のものを受容、認めてもらえて嬉しかった」（所感36番）、「分かってもらえたという嬉しい気持ち」（同63番）、「自分の存在を認めてもらい」（同33）、「私の気持ちを受け取ってくれた感じがして良かった」（同40）、「私の部分も受け止めてくれた気がした」（同27番）、「自分のことについて話すことができ」（同45番）、「それを受け容れてくれたグループをととても得がたいものに感じた」（同34番）、「これまでの自分の感じている問題に触れてもらえた」（同20番）であるが、これらはメンバーがグループや他のメンバーに依って受け入れられた体験を語っていると考えられるので、この因子を「被受容体験」と命名する。

第2因子の中で因子負荷量の高い所感（Table10-2）の一部を抜粋すると「大切なところを聞きそびれてしまった、今後悔」（所感39番）、「少し自己中心的だったかもしれないと反省もしている」（同41番）、「自分の気持ちを話していない気がする」（同69番）、「揺さぶられて、気持ちが沈んでしまった」（同46番）、「何か話すよりも受け取ることで精一杯だった」（同54番）、「話し合いの中に入っていきこうという気が薄れ、引いて黙っていた」（同48番）であるが、これらはメンバーが十分に機能出来ないことを反省したり後悔していると考えられるので、この因子を「不充実感」と命名する。

第3因子の中で因子負荷量の高い所感（Table10-3）の一部を抜粋すると、「もううんざりしていた」（所感66番）、「忍耐強く聞いていた。疲れた」（同29番）、「しっかり聞いていた（つもり？）」（同35番）、「後半は話題についていけず飽きた」（同59番）、「正直言ってとても疲れた」（同32番）であるが、グループについての疲労感や飽きを表明していると考えられるので、この因子を「（グループに対する）疲労感」と命名する。

第4因子の中で因子負荷量の高い所感（Table10-4）の一部を抜粋すると、「ある程度の信頼を寄せられたと感じて嬉しかった」（所感26番）、「今の私の気持ちを話し聞いてもらったら、とても落ち着きすつとした」（同44番）、「久々に大きく動いた自分を感じている」（同60番）であるが、グループの中で他者との関係が円滑に進み同時に自らも変化していることを体験していると考えられるので、この因子を「満足感」と命名する。

第5因子の中で因子負荷量の高い所感（Table10-5）の一部を抜粋すると、疲労する一方で、「わかってもらえるような気がして話してよかった」（所感17番）、「皆の話にぐっときた。気持ちが入ってきた」（同18番）、「何か今後への期待（？）のようなものが持てた」（同7番）、「質問を他の人にふって助けてもらうなどもでき、楽になった」（同15番）であるが、グループ内で他メンバーへの信頼感が高まっていると考えられるので、この因子を「（グループへの）信頼感」と命名する。

第6因子で因子負荷量の高い所感の一つなので解釈はしない。

今回、因子分析によって、所感を5つに分類することが出来た。すなわち、「被受容体験」「不充実感」「疲労感」「満足感」「信頼感」である。グループ内でメンバーが何を感じているのかは、これまで明確に出来なかったが、一つのグループを通じて、感じていることを推測することが可能になったと考えられる。

Table10-1 第4回目の因子分析の結果に基づく「所感」の分類（第1因子：被受容体験）

「所感」番号	「所感」
36	前回の気づきを伝えられてよかった。私の中のものを受容、認めてもらえて嬉しかった。感じたことを伝える喜び、他者との関わりの中での喜びを見つけれられたようで嬉しい。いつか芽が出るそのときまで自分らしくいたい。
63	自分自身のテーマに気づかされた。分かってもらえたという嬉しい気持ち。自分を肯定していけそう。ファシリテータと皆の気持ちがとても近くで受け止めてくれていた。
33	自分の求める姿勢を好意的に受け取ってもらっていたことが分かり、安心したし、自分の存在を認めてもらい、誉められたような気がしてとても嬉しく、少し照れくさくもあった。このセッションでは自分の疑問をぶつけて答えてもらいありがたかった。
40	遅れて来たという負い目を感じつつ、入室の時窮屈な雰囲気を感じた。話の流れ雰囲気がつかめないので、黙って馴染んでいくのを待つ姿勢。でも各人の発言に完璧に影響されている。いよいよしゃべろうかなという気分の時、メンバーの一人が水を向けてくれて良かった。かなり依存적と思った。でもそれまで感じていたこと思ったことをストレートに話してしまった。ショックとかバクダンと言われ、「あつまやってしまった」と思いつつ、でも私の気持ちを受け取ってくれた感じがして良かった。
27	初めの頃とは違うといわれて嬉しかった。私の第一印象の部分も他の私の部分も受け止めてくれた気がした。自分でもなぜ分かる。今とても調和のとれた感じがする。
45	前のセッションで起こった自分のことについて話すことができ、またそれに関わって何人もの人に語ってもらって新に気づいたこともあったので、やはり話してよかったと思った。
34	まさか自分が涙するとは新鮮な驚き、でもそれを受け容れてくれたグループをととても得がたいものに感じた。
20	これまでの自分の感じている問題に触れてもらえた。しかも、自然な形で。とても落ち着いて安心できる。何か自分の中で重要なテーマに関連付けられそうな気がした。

Table10-2 第4回目の因子分析の結果に基づく「所感」の分類（第2因子：不充実感）

「所感」番号	「所感」
39	相手にそっていき、向き合うことが、人によって違うことに気付く。見極めは難しそう。大切なところを聞きそびれてしまった、今後悔。
41	初めは緊張して息が詰まりそうだった。でも少しずつ話しているうちにリラックスしてきた。私の話をたくさんしたので気持ちよかった。安心して話せた。少し自己中心的だったかもしれないと反省もしている。とても気分がいいけれど（話せたこと）、やっぱり私は自己中心的な部分が大いなのも感じた。
69	人の話は聞こうとしているが、自分のことについては話そうとしていない。まだどこかで引いていて、自分の気持ちを話していない気がする。
46	いつも自分と照らし合わせつつ話を聞いている感じ。理解では、理屈として「ああそうなんだ」的に聞くが、感情には直接触れられない。最後、切ない感情に直接触れてしまった時は、すごく自分も切なくなってしまう、揺さぶられて、気持ちが沈んでしまった。
54	ほとんど発言をしなかった。他の人の話を聞けば良かった。何か話すよりも受け取ることで精一杯だった。後半は少し違和感のある話でうまく聞けなかった。非常に疲れた。
48	だいぶ疲れてきた。話し合いの中に入っていきという気が薄れ、引いて黙っていた。もう頭の中がパンク状態だが、人の話は聞きたいし、でも頭の中に入ってこないし、理解できないのでイライラしてしまう。少しリラックスが必要。高度な会話についていけないところがある。

Table10-3 第4回目の因子分析の結果に基づく「所感」の分類（第3因子：疲労感）

「所感」番号	「所感」
66	今日の午前、午後、夜とターゲットが同じで、もううんざりしていた。そんなに言葉しっかり説明してもらわないとダメなの? って感じ。くどくどときちんと説明。何でも言葉でというのに嫌気。もっと感じるもので、「うんざり」てのがないのかしら。同じ人の話題ばかりでているのも気に入らない。でも、後半は声が聞けなかった人の意思表示。表現が出て、場が動いたのはよかった。
29	忍耐強く聞いていた。疲れた。
35	しっかり聞いていた（つもり?）。感じていた。
59	前半は自分自身のことについても話せたし、楽しかったが、後半は話題についていけず飽きた。
32	正直言ってとても疲れた。言ったことを受け止めてもらえた思いがある。

Table10-4 第4回目の因子分析の結果に基づく「所感」の分類（第4因子：満足感）

「所感」番号	「所感」
26	TKMさんの話を聞きたいと言えた自分のエネルギーは信頼できた。彼から聞いてもらえるかなと問われたことは、ある程度の信頼を寄せられたと感じて嬉しかった。
44	前のセッションで落ち込んでしまったことについて今の私の気持ちを話し聞いてもらったら、とても落ち着きすつとした。最初は何が言いたいのか分からない状況だったが、質問されて話していくうちにホッとした自分がいたことに気づいた。それからは気分も良くなり、相手の話も聞けるようになった。
60	沈黙の多かった私が、久々に大きく動いた自分を感じている。

Table10-5 第4回目の因子分析の結果に基づく「所感」の分類（第5因子：信頼感）

「所感」番号	「所感」
17	他の人の話を聞いているうちに、自分と重ね合わせていた。自分と謙虚に向かい合っている2人を見て熱いものがこみ上げてきた。しばらくその状態でいたが、それを皆の前で話した。わかってもらえるような気がして話してよかった。胸のモヤモヤがスッキリした。でもとても動揺して、今は疲れている。
18	皆の話にぐっときた。気持ちが入ってきた。涙が出てきてしまった。しっかりと自分の中にしみる思いを感じた。ちょっと疲れた。首がこる。
7	昨日の自分の意見に触れてくれて嬉しかった。各人が自分自身と向き合っていると、胸が詰まるよう。後半はずっと聞いただけだったが、何か今後への期待(?)のようなものが持てた。少し疲れた。
15	気詰まりな感じはなく、自分にされた質問を他の人にふって助けてもらうなどもでき、楽になった。

Table10-6 第4回目の因子分析の結果に基づく「所感」の分類（第6因子：解釈不可）

「所感」番号	「所感」
73	かなり集中していたので、疲れた。いろいろ刺激されて揺れる部分と出さざるを得なくなっているものもあって、余計疲れた。途中から入ってくる人を歓迎しない気持ちがあることに気づいた。

参考文献

- 島瀬直子・木村易 1988エンカウンター・グループ 伊藤隆二(編) 心理治療法ハンドブック 福村出版, 182-206.
- 岩村 聡 1980 グループ・ファシリテーターの自己表明について 広島大学保健センター(編) Phoenix-Health, 16, 99-108.
- 亀石圭志・茂田みちえ・村山正治 1980 BASIC ENCOUNTER GROUPの発達過程に関する一考察—対集団魅力度の構造を手がかりとして—九州大学教育学部紀要(教育心理学部門), 25, 51-61.
- 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 1977 エンカウンター・グループ・プロセスの発展段階 九州大学教育学部紀要, 21, 77-84.
- Rogers,C.R. 1970 Carl Rogers on encounter groups,New York:Harper and Row. (島瀬稔・島瀬直子訳 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)
- 松浦光和 2005 エンカウンター・グループにおける心理的成長と個人過程の関係 琉球大学法文学部人間科学科紀要 人間科学16, 21-45.
- 松浦光和 2007 Basic Encounter Groupの「個人過程」に関する実証的な研究 宮城学院女子大学研究論文集, 104, 35-47.
- 松浦光和・清水幹夫1999 basic encounter groupの個人プロセス調査用尺度の作成 カウンセリング研究, 32, 182-193.
- 松浦光和・清水幹夫 2000 ベーシック・エンカウンター・グループ参加メンバーのグループ認知に関する研究 千葉大学教育実践研究, 7, 185-195.
- 野島一彦 1983 エンカウンター・グループにおける個人過程—概念化の試み—福岡大学人文論叢, 15, 33-54.

Classifying Participants' Feelings in a Basic Encounter Group

Mitsukazu MATSUURA (Miyagi Gakuin women's University)

Akira SAKAHARA (St. Catherine University)

This study attempts to grasp how the participants in a Basic Encounter Group felt about themselves in the group. In 2012, the students evaluated by evaluation scale the participants' reflections on themselves in a Basic Encounter Group dating back to 1999. It was a three-night, four-day, nine-session occasion in which 8 participants, three male and five female, the age range being between 20s and 60s, comprising of students, teachers, public health nurses and counselors, took part. After the factor analysis of the evaluation, we concluded that "an accepted experience--a feeling of being accepted by the group," "an unfulfilled feeling," "an exhausted feeling," "satisfaction with the group," "trust in the group" could be observed. We found that members experienced those in the group.