

ENCOUNTER

出会いの広場 No.14 1992.1

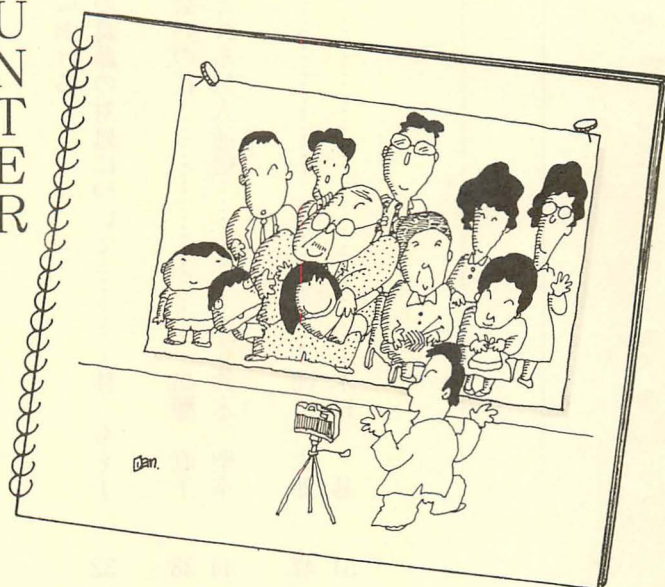
特集・看護とエンカウンター・グループ

-
- 特集・看護とエンカウンター・グループ……………見藤 隆子
 グループ体験からの学び……………小野ツル子
 エンカウンター・グループとの出会い……………広瀬 寛子
 看護婦の卵たちと……………小沼 京子
 看護学生のエンカウンター・グループ事例……………野島 一彦
 看護と私……………新田 麗子
 エンカウンター体験とその後……………神谷 友子
 私にとってのグループ体験……………高橋 千恵
 私の中の「看護とエンカウンター・グループ」…永原 伸彦
 - 研究ノート
 エンカウンター・グループにおけるコ・ファシリ
 テーター関係の葛藤の対処について……………林 もも子
 - 出会い百選(1)
 スコットランドで開いた出会いの花……………畠瀬 直子
 - 楽しみながら成長の跡をたどれる個人通信……………鈴木 聖幸
 - 連載・第2回
 嵐のエンカウンター……………団 土郎
 - 書評
 『覚醒のネットワーク』……………木村 易
 - おしらせ・情報・あれこれ
-

目次

出会いの広場
No. 14

ENCOUNTER



■特集・看護とエンカウンター・グループ	見藤 隆子	1
グループ体験からの学び	小野ツル子	2
エンカウンター・グループとの出会い	広瀬 寛子	5
看護婦の卵たちと	小沼 京子	10
看護学生のエンカウンター・グループ事例	野島 一彦	16
看護と私	新田 麗子	22
エンカウンター体験とその後	神谷 友子	26
私にとってのグループ体験	高橋 千恵	28
私の中の「看護とエンカウンター・グループ」	永原 伸彦	30
■研究ノート		
エンカウンター・グループにおける		
コ・ファシリテーター関係の葛藤の対処について	林 もも子	32
■出会い百選⑪		
スコットランドで開いた出会いの花	畠瀬 直子	38
■楽しみながら成長の跡をたどれる個人通信	鈴木 聖幸	44
■連載・第2回		
嵐のエンカウンター	団 士郎	47
■書評『覚醒のネットワーク』	木村 易	51
■おしらせ・情報・あれこれ		

特集

看護とエンカウンター・グループ

●特集にあたって

見 藤 隆 子

看護は、人間関係のプロセスである、という看護の定義があるが、この定義からすると、看護の中にもっとエンカウンターグループが取り上げられても良さそうなものである。

しかし、私のものぐさと慎重さのせいで、人間関係研究会のワークショッププログラムに看護とエンカウンターが登場するのは、一九八三年からであり、私の転勤等で途中二年の中断があつて、今年で七回グループを行ったことになる。多くの方々が参加下さり、また多くの人に助けられた。

参加者名簿を眺めていると、自分の力不足が思われ、参加下さった方々に改めて感謝とお詫びを申し上げたくなる。

今回、本誌で看護とエンカウンターの特集を組んで下さることに
なり誠に有難いことと思う。

原稿をお引受け下さった方々は、看護職にあつて、種々グループに参加して来られた方々である。また永原伸彦氏は、看護とエンカウターの初期の頃より、ファシリテーターとして、看護職を支えて下さった。

多くの方々の善意によって作られている本誌のインパクトが、大きな輪となつて拡がって行くことを願っている。

●グループ体験からの学び

小野 ツルコ

はじめに

エンカウンター誌に何か書いてみないかと言われた時は嬉しかった。その時にはすぐにも書けそうな気持ちであった。しかし日が経つにつれて、気持ちの高まりが消えて、何となく気がすすまなくなつた。書きたい気持ちがあるにはあるのだが、なかなか思いがまとまらない。エンカウターの無理をすまい、書きたい気持ちが膨らむまで待とうと腹をきめて待っていたら、ついに締切の日になつてしまった。何故書く意欲が薄れたのかを考えつつ、この機会に看護教員としてエンカウンターについて日頃考えていることを、書いてみたいと思う。

一、エンカウンター・グループ体験

はじめてエンカウンターグループに参加したのは、昭和五十三年頃で「金沢こころの電話」のカウンセラー講習会の合宿訓練であつたように思う。その後、能登エンカウンター、琵琶湖エンカウンター、

清里エンカウンター、千葉エンカウンターなどに参加した。勿論メンバーとしての参加であったが、能登エンカウンターではファシリテータの見習いも何回か経験させてもらった。自分の中で何がどう変化したと明言出来ないけれど、参加するたびに自由な自分を発見して、容易に揺れはするけれど、自分というものが信じられるようになった。そして素直に「人間が好き」と言えるようになった。エンカウンターという言葉の響きは、懐かしく心なごむものがある。

二、看護婦の人間理解

一定の目的で集った集団活動で、その中で体験したことをグループ体験ととらえているが、エンカウンター・グループの他に、カウンセリングワークショップ（日本カウンセリングセンター）、心理劇（お茶の水女子大学松村康平氏主宰）、看護人間学教室（大段智亮氏主宰）などのグループ体験がある。また、同じ問題意識をもっている者による自主的な学習会の世話係りをしたこともある。一般のグループもあれば、看護職者ばかりのグループなど様々なグループに参加してきたが、看護職者の人間理解のしかたに共通した独特の

ものがあるように感じている。独特のものがあるという見方そのものに問題があるかもしれないが、人間をみる時、枠にはめたがると言うか、枠にはめてとらえる傾向があるように思われる。人間のフাজイな部分をそのままにせず、善悪や白黒をつけたがるような見方が気にかかるのである。こうした人間の見方を一概に看護教育のせいにするわけではないが、看護教育における患者理解の教育のしかたも一因しているのではないだろうかと思えてならない。看護基礎教育課程における患者理解、人間理解に関する科目は、人文科学、精神保健、基礎看護学、成人・母性・小児・老人の看護学であり、それぞれの対象理解に視点をあてて教授されている。人間理解の原点として学生が自分自身について学習する配慮は乏しいのではないだろうか。看護実習において臨床現場で患者との人間関係を体験しながら、患者理解を体的に学ぶわけであるが、学生が患者との関係の中で自己のあり方に目をむけ、自己理解に時間をかけられるようなゆとりはあまりない。患者理解のためにと情報収集することとで、事足りているのではないだろうか。

三、看護婦の人間性

看護は患者と看護婦の関係が基調になって行われる援助活動であり、いつでも、どこでもその人らしい生活が継続できるように、人間的配慮を行う仕事である。看護婦がその人の人らしさにどれだけ近づけるかは、患者―看護婦関係のあり方に関わっているものと考えられる。関係の質は、看護婦のあり方如何にかかっており、看護婦の人間性が問われる所以である。私の看護学生のころは授業科目の中に「職業的調整」なるものがあり、看護婦としてのあるべき姿が教育された。自分の感情を押さえて、あくまでも理性的で、いついかなる時も冷静、沈着、機敏でなくてはならないと教えられ

た。また臨床の看護婦が臨終の患者さんに対して、顔の表情ひとつ変えずに、てきぱきと処理されるのをみて、不思議な気がしたものである。数年前小児科病棟で看護婦が涙を流して、その子供に語りかけながら、死後の処置をされているのをみたことがあるが、違和感はなくむしろ温かさを感じた。

看護婦も一人の人間であれば、普通の感情があつてしかるべきであり、むしろさまざまな感情を体験してこそ、他人の感情が理解出来るのではあるまいか。このように考えると看護婦の人間性とは、看護婦がより自己の感情に敏感で、自己自身の傾向をよく知り、より自分らしきになることではないかと思われる。

四、看護人間学教室の学び

私のグループ体験の中で一番古く、長く関わってきたのが、看護人間学教室である。一五人〇人くらいの小集団でさらに、六人〇七人の小グループを単位にロールプレイングと、話し合いを中心にした学習会である。参加者の提出した問題や事例を中心に、ロールプレイングを行い、そこにつくられた関係について感じたことを話し合う。夢中になって参加しているうちに、自分の曖昧だったものがはっきりしたり、他の人のことが無理なく感じられたりして、自己の潜在能力が引き出される思いを体験した。また夜間睡眠時間を惜しんで、任意のグループが出来て、自主的に話し合いがもたれたが、これはエンカウンターのなグループ体験だったように思われる。

厳密な意味でエンカウンターといえるかどうかは分からないが、昼間のセッションでの疑問や、感想、自分の気づいた問題など、あるいは日常生活や職場では話せない本音の心情が吐露され、しみじみ話したり、聴いたりできた。徹夜に近いこともあったが、お互い

に親密な関係が出来て、他者理解や自己理解が深まった。そして結局は患者―看護婦関係は看護婦のあり方、生き方であることを心から納得し、落ち込んだこともあった。四泊五日のベシックなエンカウンターに比較すると期間が短いだけ、また、課題あるということとで、グループ体験のショックが大きかった。私はエンカウンターグループを体験する前に、看護人間学教室で自分の問題に出会った。

五、グループ体験の意味

自分の問題を背負い小心で気弱な私にとって、エンカウンターグループは治療的な意味があったように思われる。それまで自分の教育活動の中にグループを取り入れたいと思いつつ、なかなか決心がつかなかったが、エンカウンター・グループで力を得て、自分の裁量の範囲内でグループ体験を試みるようになっていった。婦長研修会（一五人前後・二泊三日）、看護婦研修会（一五人前後・一泊二日）、看護学生の合宿体験（八〇人・一泊二日）、定例的な学習会（一回／月）などである。

定例的な学習会は看護人間学教室の参加者を中心にした自主的な学習会で、ロールプレイングをしながら、対話技術を学ぼうという目的ではじまった。参加者は病院勤務の看護婦がほとんどであったが、気がついたら看護人間学教室に関係なく、いろんな人が集まってきた。エンカウンターのような集いになっていた。参加人数は多い時で一五人〜一六人、少ない時二〜三人であった。

この体験は前任地の金沢でのことで現在中断している。その頃心を痛めたことは、看護現場が多忙を極め、非人間的でなければ業務をこなしていけないと言ふことであった。術後のケアに追われ、点滴注射などの治療処置に明け暮れ、入退院の患者異動にふりまわされ、肉体的疲労が精神機能を麻痺させ、自分をモノ化して対応した

方が生きやすいというのである。なまじ患者の立場に立とうとしたり、自分らしく振る舞おうとすればするほど、泥沼に足を入れたように動けなくなる。看護の機能は全人的に患者と関わることであると主張しながら、業務中心の現実とのギャップを前に言葉をなくしたこともあった。

看護婦のバーンアウト症候群が指摘されて久しいが、そして適切な手当もなされないまま看護婦は三K職業として、あるいは看護婦不足という社会問題として話題になっている。看護婦は意識するしないにかかわらず、常に自我が危機に曝されている職業であるといつて過言ではない。なぜなら人間の四大苦である生老病死に見舞われた人々の側にいるというだけで、大きなストレスであり、心身の緊張を伴う仕事だからである。その人に適切な看護を提供するためには、看護婦自身一人の人間として自分らしさを維持することであり、それを支えるケアが必要であると考え。看護婦のケアの場として、エンカウンター・グループの有用性を感じている。金沢でのささやかな体験であるが、自由な話し合いの場は、看護婦のリフレッシュの機会として意味があることを強調したい。

おわりに

書いていくうち思わぬ方向に進んでしまった。エンカウンター・グループをはじめさまざまなグループ体験を看護教育に活用出来たらと常々感じているいくつかの理由があるが、今回はその一つしか書けなかった。しかし、おわりにきて自分の浅学さが露呈され、なかなか書けなかった訳が納得できた。そして改めてエンカウンター・グループに参加したくなった。

● エンカウンター・グループとの出会い

——人として、看護婦として——

広瀬寛子

私のエンカウンター・グループ（以下、EG）との出会いは、千葉大看護学部四年次の「看護教育」という選択科目であった。

私は中学の時から病気がちであった。それで看護に関心を持ち、長い入院体験の中から、ベッドサイドで患者の悩みを聞くことができる人が必要ではないか、そんな仕事がしたいと思っていた。しかし、そのような仕事ができるようになるための教育機関を見つけることができなかった。それに看護婦の仕事が不可能な私では、たぶん、看護学校では入学の許可はおりなかったと思う。そんな時に千葉大の看護学部存在を知り、私でも学べる可能性があるかもしれないと思い、進学を決めた。しかし、大学時代に病状が悪化して二年休学した。大学をやめることも何度か考えた。

そんな中で、私はEGと出会った。それはそれまでまったく知らなかった新しい、新鮮な世界との出会いだった。自分自身のことを語ったり、人の話を聞くことで、自分を見つめることができた。患者さんとの関係で私の価値観を相手に押しつけてきたことや、病気

だから駄目だと言われたくないために、頑張り続けてきた自分に気づいた。ようやく求めてきたものの、そしてこれからも求め続けていきたいものとの出会えたという感触だった。このグループとの出会いが、自己を見つめることの大切さ、看護婦が患者をわかろうとすることの大切さ、人が成長するとはどういうことかなど多くのことを教えてくれた。看護学教育とは人間性を育むことであるというその後の私の考え方、生き方に大きな影響を与えてくれたのである。

四年次の臨床実習を続ける中で私はどうしても看護婦になりたくなり、地元に戻り、ある病院の透析療法部で三年間働いた。夜勤のできない私は、最初は囁託という身分だった。透析室は、他の病棟よりもずっと患者と話をする機会が多く、そういう意味では私にあっていたと思う。それでも患者と話す機会を作ったり、本当に患者をわかるとのこと、看護するということは大変なことだと思いき知らされ、自分の未熟さに落ち込むことが度々あった。そういう中でEGに参加することで、エネルギーを充足していた。

EG 研究へのプロセス

三年間、看護婦として働いた後、私は千葉大の看護教育学講座の修士課程で学ぶことになった。もっと患者の気持ちをわかる看護婦になりたい、もう一度人間について、というより自分を見つめてみたいという漠然とした思いで、目的意識も明確ではなかった。

しかし、グループに関心があった私は、授業としての学部生のグループに参加することとなり、自然と研究テーマが決まっていた。それが『看護学教育における集中的グループ体験のもつ教育的機能に関する研究——集中的グループ体験後の臨地実習の経時的側面を追って』である。それは、自分の学生時代の体験から湧き起こってきたテーマであり、そういう体験をした私にしかできなかった研究だと思っている。当初の仮説以上に、学生がグループ体験での学びをその後の実習や生活の中で大切に育てていることが映し出された。そして、調査の目的で行った自由記載や面接自体が彼らにとっては自己を見つめ、変化を明確化し、成長を確認する場となり、ひとつの教育となっていた。

私自身が研究途上で焦りや挫折感の繰り返しであったが、そんな私を支えてくれたのは彼らの真実の記述であった。彼らの協力がなかったら成り立たなかった研究であるが、それに加え、彼らの誠意と真実に助けられてこの研究ができ上がったといえる。お互いがお互いの育つ力を援助し合えたのである。まさに、それが教育だと実感した。

EG の実践

上述のような研究と並行して、グループの実践を行ってきた。そ

の中でも千葉大とある看護学校で行ってきた授業での実践が一番心に残っており、力を注いできたものである。テーマ別のグループ・ワークのひとつとしてEGがあり、週一回、九十分のグループが計一〇回ぐらいと、集中に換算すると二日にしか満たない。しかし、私が唯一、一人でファシリテーターを実践できる解放感と責任感、期待と不安が入り混じった緊張の場であった。

千葉大での実践では、*seeing*のグループの限界の中で、あるいはグループと日常を行き交うことができるという特長を生かして、学生は学びを深めていった。井戸端会議が果てしなく続いていくのではないかと私の不安をよそに、学生は必ず自分たちで気づいていくというプロセスを見せてくれた。私は待つということ、信じるということの大切さ、難しさを実感した。

このグループ実践をあるところで発表した時、限られた時間の中で、しかも授業として行うのなら、もっと効率の良い方法で行うべきではないかと指摘されたことがあった。確かに、構成的に行うこともできたろう。そうすれば、延々と続く井戸端会議はなくなり、気づきに至る時間も早く、もしかしたらより深いところまで到達できるかもしれない。しかし、EGを含めたこのグループ・ワークの授業の目的は、これまでの教育で主体的にかかわるという姿勢を育むことを疎外されてきた学生が、主体的に学ぶことの意味に自分たちの力で気づくことである。そのプロセスが大切なのであって、そこに至るのが最終日であっても構わない。学び続けていく専門職としての看護に携わっていく看護婦は、主体的に患者とかかわっていきけるものとして成長していくことが必要なのである。私に意見してくれた人とはグループの目的が異なるのだと思う。

そのような千葉大での実践を何年か続ける中で、私は自分自身もあり様に直面させられながらも、毎年、学生が肯定的な感想を持ってくれることで自分の実践に自信を持ち始めていた。そんな時にあ

る看護学校でのグループの話があり、私は快く引き受けた。千葉大でのやり方、目的をそのまま取り入れるつもりだった。ところが、ほとんどの時間が沈黙で終わってしまった。私は途方に暮れ、一人空回りしていたように思う。

私が「どういう気持ちなのかしら」と、学生に近づきたいという気持ちで何気なく尋ねたことが、学生たちには追求されていると受け取られ、非常にショックを受けたこともある。レポートには全員の学生が沈黙について記しており、私以上に辛い思いをしていたことが映し出されていた。学生なりに沈黙の中から学んだことも記されていたが、授業が最後まで辛いままだったという学生が多くいたことは今でも心が痛む。レポートには、まるで自分の罪を償うかのように、私はひたすらコメントを記した。

この二つの学校でのプロセスの違いは何だったのか。それは大学と各種学校という教育背景の違い、授業全体の位置付けの違い、人数をあらかじめ限定しておいたにもかかわらず、看護学校では一五名と人数が多かったこと、看護学校では二年生と三年生の混合グループで先輩・後輩の壁が非常に厚く、ほとんどが寮生でお互いが信頼しあっていなかったという事実が挙げられる。そして、これまでの教育の中で主体的に動くということをほとんど知らなかった学生に、自由にこの時間を使ってくださいということとは、逆に学生を縛る結果になってしまったように思う。

確かにこれらの要因は大きいだろう。そのような特徴があるにもかかわらず、非構成的グループで行おうとした私の無謀さによる失敗かもしれない。構成的なものを取り入れるべきだったのかと真剣に考えた。しかし、どこかで躊躇するものがあつた。ひとつにはそのような技法を取り入れる自信がないことだが、それ以上に私のグループ観、もっといえば私の生き様にあるのかもしれない。この模索の中で、私の肩書きが看護学校の学生にはあまりに近づき難いも

のだったのではないかというアドバイスを得た。二つの学校での違いのもうひとつは、千葉大では私は学生たちの先輩という存在だったということだ。

そんなことで、二年目はまず、私自身が自分を率直に語ることから出発した。その後で他者とかかわらなくても行えるフォーカシングを随時取り入れるつもりで臨んだ。この年のグループは、前年の悪評のせいか学生は九人と少なく、さらに先輩・後輩の壁もそれほどではなく、暖かなグループとなった。彼女たちの日頃の過密なスケジュールを思うと、ほっとできる時間、楽をできる時間があるというだけでも貴重なものではないかという思いが昨年よりも私の中で肯定的に位置付けられるようになっていた。それで、話の深まりを千葉大と比較することもなく、私も自由に振る舞っていたと思う。

そんな中で、実習中のプロセス・レコードをグループの中で提示して、患者とかかわり方に思い悩んでいる自分を率直に表現する学生も現れてきた。とにかくこの年は皆が肯定的な体験をしてくれた。授業評価では多くの人が、私が最初に自己を語ったことに触れていた。初対面の自分たちに内面的なことまで話してもらえたことに驚き、親近感が湧いてきたという。このような方法がいつもプラスに出るとは限らないと思うが、少なくともこの時は私の意図は成功したようだった。

レポートでは、これまで恐らく誰にも語ったことがないであろうような辛い過去からの思いを、めんめんと綴ったものが幾つかあつたのにも驚いた。私は泣きながらレポートを読んだ。このような事がグループで語られることが最善なのかもしれない。しかし、まだそのような事が語れるほどグループが成熟していなかったのだから、せめてレポートでも自分を率直に語り、見つめてくれたその勇氣に私は敬服し、そして嬉しかった。

各種学校の教育は様々な問題があり、批判もある。しかし、学生

私たちは自分たちが受けている教育を客観的にとらえ、学ぶ自由と責任を実感している。臨床場面での医療者の患者への態度を批判する能力を持っている。その思いを現場に出てもどうか失わないでほしい、そう願ってしまう。

EGからの発展——看護面接

私は修士課程での研究をさらに深めたいという思いで、修士修了後、東大の博士過程に進学した。研究テーマは『看護面接の機能に関する研究——透析患者との面接過程の現象学的分析——』とした。透析患者との継続的な面接を通して、患者の人間の成長に及ぼす看護面接の機能を明らかにすることを目的として、患者と私の体験世界の過程を現象学的に記述し、分析した研究である。

テーマがEGとは離れてしまったが、私の中では繋がっている。看護とは病気という体験の中で患者の潜在力を信じ、その自己実現過程を援助することであるといえる。そのためには看護婦の人間の成長が重要であると考え、修士論文では、看護学教育に焦点を当て、患者理解を大切に思う学生を育てる教育、すなわち人間性を育む教育について、学生を対象とした研究を行ってきた。博士論文では、患者を理解することや自分自身が成長することが大切であることを学んだ看護婦が、実際に患者をどこまでわかることができるのか、そして、そのことが患者自身の気づき・成長にどのように影響し、それが援助としてどのような意味があるのかを、私自身が患者とかかわることを通じて考察したいと考えたのである。

この研究では看護面接過程の事実を記述することを重視するために、面接者自身をも患者と同等の重きを置いて記述した。当然、私の対人関係のあり様に直面せざるをえなかった。特に「拒否される恐れ」が強い自分が浮き彫りになった。それは面接中も、そして記

述の過程でも私を随分と苦しめた。何故、これ程までにこのような恐れが強いのか、これまでの自分の生を振り返る作業が続いた。

しかし、前述したように、患者との面接は高校時代からの私の夢だった。その患者としての体験からの思いが十五年後の今、研究として実現した次第で、私にとっては非常に感慨深い。現在の夢は、この看護面接を研究としてではなく、仕事として行いたいということである。

EGへの疑問と今

これまで述べてきたように、EGとの出会いは、私の人生の中で重要な出会いの一つであった。しかし、この十年間、EGに全く疑問を持たずにきたわけでもない。それが明確化されたのは四年前、IPRに参加してからだった。参加するまでは否定的な思いが強かった。しかし、それは衝撃的な体験となったのである。あるメンバーに言われた事を、私は一人うつむいて考えていた。当然、トレーナーからの激しい攻撃をあびた。私は自分の中に籠っていたために、そういう私を心配そうに見つめているメンバーに気づいていなかったのだ。グループを無視しているという言葉は痛かった。

これまでのEG体験を振り返ってみると、自分のことを率直に語る事が私の課題で、自分の辛い思いをメンバーに聞いてもらうことを強く求めてきたように思う。確かに、それでエネルギーを得ていた。IPRに出た頃からそういう参加の仕方だけでは満足できないように変化していった。IPRのオブザーバー体験は、さらに貴重な体験となった。Tグループはメンバーをどんどん追求していくというイメージがあるが、私はそこで、トレーナーの待つ姿勢を見た。もっとその人にかかわりたいといらいらしていた私は、そのトレーナーを見て、相手が見えていない自分に気づいた。

その後、EGで、私の否定的感情表出がグループの中で曖昧に片付けられてしまった時、これまでのEGに対する情熱が崩れさっていった。私にとって否定的感情を表出するということは大変なことだった。私の怒りが自分の枠組からのものにすぎないとしたら、せめて「何故、怒っているの」と問いかけてほしかった。静かさと優しさにあふれたグループの中で、自分の怒りが置きざりにされてしまったような苦い思いが残っている。Tグループは厳しすぎてメンバーに外傷体験を負わせる危険性があると批判する人がいる。しかし曖昧さでも人は十分に傷つくと思う。

IPRの方がEGより優れているとかいいているのではなく、他のグループに参加することによって、EGをみつめ直す機会になったということである。

私は、もうEGには参加できないと思った。それでもどこかで望みを捨てきれなかったのか、遠く離れた地のEGに参加した。そこで、私はまた、あの時と同じ感情に陥った。今回は出会いからめずらしくしつくりくるグループで、もし、またこの感情を表出したら私ひとり置きざりにされてしまうのではないか、そうしたら今度こそもう二度とEGには参加できないという気持ちと、ここで話さなかったらせっかくいいグループだと思っていたのに自分を偽って終ることになり、やはり自分が二度と立ち直れないような思いや、怒りを感じる私には優しさが足りないのかなどと心の中で葛藤した。

しかし、どこかでこの人たちならわかってくれるかもしれないという信頼があった。皆が暖かく私を受けとめてくれ、私の思いがその人に伝わった時のことは忘れられない。自分の言葉が人に届かないのではないかという不安をどこかに持っていた私は嬉しかった。そして、待てない自分にも改めて気づいた。これから、なんとかEGの中で恐れないで動いていけると思った。再び、EGで自分なりにやっていこうと決心できたグループだった。

二年前に初めて違う団体のEGに参加した時の体験も非常に新鮮なものであった。私はある女性に非常に苛立っていて、どうしてこうも苛立つのか自分でも説明できなかった。結局、それは、自分の辛い体験を並べたてるその女性のように、私の中にも辛い気持ちを話して大変だったねと言ってもらいたい気持ちと、そういうことで自分をわかってもらおうとすることはずるいという否定的な思いがあり、そういう自分をその女性に見ていたことに気付いた。それに加え、ファシリテーターの「グループを自分で動かしたいと思わないか。積極的でない」という言葉は、あまりに強烈な痛い言葉だった。しかし、ようやく求めていた言葉を言ってもらえたという思いがあった。私はグループで常がいい子だった。よく頑張っているね、それでいいのよと言われ、嬉しさと共にどこかで満足できず、何か別のものを求めていた。それは非常に怖いことだったが……。

そういう意味でIPRへの参加はある種の期待があった。しかし、IPRでも最後には結局いい子になってしまった。そして、IPRで結構積極的にかかわれたのは、私の場合、その雰囲気に乗って積極的に行われているように見えただけだったのではないかと気付いた。これまでのEGとは違った持ち味のグループを体験し、EGの中で、私のやり方でやっていけるんだという思いを再確認できた。

看護やEGと直接関係のないことまで取り留めもなく書いてしまった。しかし、『看護とEG』を考える時、どうしても私には置きざりにすることはできないことである。解決できていないことは山積みになっている。それらはグループに対してだけの姿勢ではなく私の生きる姿勢そのものにかかわっているからだ。これから私はどんなふうにグループを生きていくのだろう、看護を生きていくのだろう、そして自分の生を生きていくのだろう……。

●看護婦の卵たちと

——研修でのかかわりを通して——

小沼京子

はじめに

私が看護学生の研修にかかわるようになってから約七年になる。この間、いくつかの看護学校での研修にかかわる機会を持つことができた。ここでは、継続してかかわりを持つことになったある看護学校での研修を取り上げ、研修のあり方について考え続けてきたことを述べ、垣間見た看護婦の卵たちの世界にも思いを巡らせてみたいと思う。

研修の始まり

七年前のある日、M校の教務主任のT先生が、筆者の勤務する人間関係研究所（以下、研究所とする）に来訪された。学生の研修を依頼に来られたのであった。

研修を依頼する背景として、このところ学生間のコミュニケーションがあまりうまくいかない雰囲気になっていること、退学したいと訴える学生が出てきているということがある、学校としては何とか学生を楽しい生活が送れるよう援助したいという事であった。この研修の依頼があるまで、M校と研究所とは特別なかわりというものはなかった。ただ研究所の主催するセミナー等には、M校の先生方が参加されたことがあり、研究所の活動についての知識は持つておられた様子であった。T先生の熱意を受け、研修を引き受けること、研修の内容については研究所にまかせていただくことになった。

こうしてM校での研修は始まった。初年度は、先生方が一番気がかりな二年生の学生を対象とした研修が持たれ、続いて一年生を対象とした。翌年からは、一年生を対象に行なわれるようになり、ここ数年定着している。

研修の時期は、入学してからほぼ一ヶ月を経過した五月中旬頃に

行なわれることが多い。会場としては、青少年を対象とした公立の研修所を使用することが多かった。学校のある街からは少し離れた、自然に恵まれた所を選んだ。

研修内容に入る前に、ここでとりあげるM校について説明してこう。

M校は、正看護婦の養成を目的とした専門学校で、修業期間は三年間、各学年一クラスずつでクラス人数は五十名である。全寮制をとり、学生は三年間寮生活を送ることになる。寮は学校の側にあり、同敷地内に学校の母体となる病院がある。看護学校としては、伝統のある学校である。

学生は全員女性で、数名を除いてそのほとんどが高校を卒業しストリートで入学してきている。出身は県内が多いが、遠方からの学生もいる。教務のスタッフは、M校の卒業生がほとんどである。学生にとっては、先輩に当たたるわけだ。教務の先生方も明るく、校風としては全体に明るくて仲々したものを感じさせられる。

研修プログラムについて

さて、研修の内容についてであるが、M校での研修は、この七年間に初期のエンカウンター・グループ方式から少しずつ修正してきており、現在は構成化されたプログラムになっている。そこで、以下に初期のプログラムと現在のプログラムを取り上げ、こうした修正がどのようなことから起こってきたのか、現在、研修をどのような視点で考えているのかについて述べてみたい。

(1) エンカウンター・グループ方式によるもの

研究所では、M校の研修を行なう前に他の看護学校での研修の経験があった。その経験の中からある程度の研修スタイルができあ

がっていたのだった。それがエンカウンター・グループ方式によるものであり、M校での研修もこの方式を導入してスタートしたのであった。プログラムは次の通りである。(図1参照)

まず、スタッフであるが、研究所から一〇二名、残りは外部からお願ひし計四名で行なう。外部スタッフは、心理臨床にかかわりエンカウンター・グループのファシリテーター経験を持つ方々にお願ひした。学校側からは、教務主任と担任を含め四名の先生方に参加していただく。これは、小グループに一名ずつ入っていただくためである。

上記のプログラムに沿って説明しよう。学生は午前中に集中し、「看護について」などのフィルムを観ている。私たちは、午後のセッションから学生とかかわることになる。時間になって学生と対面し、スタッフそれぞれが簡単に自己紹介をし、研修についての短かい説明をする。

その後、全体会を行なう。肩たたき等のウォーミング・アップの後、SK法を行なう。SK法は、偶然にできたペアを核に六人で行なう。六人のグループでの話し合いについては、構成化されている。スポットライトが当たたる時間が各人に与えられ、その間他のメンバーがその人に質問をしていく。その質問に答えていくという形で一巡する。全員終わったところで、質問した人からその人への印象をフィードバックすることで終了する。

SK法終了後、グループピングが行なわれる。これは、偶然に楽しくということで、くじ引きや、あみだ、あるいはハミングによって分けるなどして行なう。学生と同様のやり方で、スタッフも先生もグループピングする。そして、小グループに分かれてグループごとに進行する。グループサイズは、ファシリテーターと先生を加えて十五名程で、少し多目かなという感じである。人数のことと、セッション数のことを考え、全体会は初日のみとし、以後は小グルー

	10時	12時	1時	3時	4時半	7時	9時	10時
一日目	9時	開 会 式	昼 食	全 体 会	セ ッ シ ョ ン (1)	夕 食 ・ 入 浴	セ ッ シ ョ ン (2)	ミ ー テ ィ ン グ ス タ ッ フ
二日目		セ ッ シ ョ ン (3)	昼 食	セ ッ シ ョ ン (4)	夕 食 ・ 入 浴	セ ッ シ ョ ン (5)	ミ ー テ ィ ン グ ス タ ッ フ	
三日目		セ ッ シ ョ ン (6)	閉 会 式	食				

図 1 エンカウンター・グループ方式のプログラム

	12時	1時	4時半	7時	8時半
一日目	開 会 式	昼 食	全 体 会	こ こ ろ み 「 出 会 い の 」	夜 の セ ッ シ ョ ン
二日目	「 ウ ォ ー ク 」 ブ ラ イ ン ド	「 言 葉 の 花 束 」	全 体 会 閉 会 式		

図 2 構成的プログラム

プで進行することとなった。
 さて、小グループで進行したので当然であるが進行状況は各々のグループにより様々であった。また、ファシリテーターの個性にも大きく左右されることとなった。
 私の受け持ったグループでは、次のような事が起こった。グループの始めに、「互いに少しは理解できるように頑張ってほしい」と思っていること」「グループは無構造であり、進め方は皆で決めていきたいと思っていること」を伝えるのだが、学生にとっては行動の規準・枠がないことが非常に居心地の悪さを引き起こすようである。
 そこを何とか脱出しようとして様々な試みがされる。全体会で行なったSK法をグループの中でやろうと提案されたり、おぼけ大会、散歩、ゲームなどが提案される。そうした時に、できるだけメンバーが納得して行動するように確認しながらかかわっていたつもりであるが、私の中での居心地の悪さもずっと続いていたように思う。
 宿泊は、他のグループの人と同室になるから、他のグループの情報も入ってくることで様々な不満なども出てきた。
 夜、スタッフと先生とでミーティングを持った。ここで、各グループの進行状況や自分の感じていること、疑問点などが話し合われた。ここでの話し合いが、後に少しずつ研修のスタイルを変えていくことに結びついてきたように思う。

(2) 構成的プログラム
 (1)のエンカウンター方式を修正し、現在試みているプログラムは次の通りである。(図2参照)
 スタッフは、研究所から二名、他に外部から一名の計三名で行なう。外部スタッフは、(1)のプログラムと同じ臨床経験とエンカウンター・グループのファシリテーター経験のあるスタッフを依頼した。学校からは、教務主任と担任、その他の教務一く二名の参加である。

小グループ方式をとらないので、教務の参加については学校の判断にまかせた。

初日の午前中は、(1)プログラムと同じである。午後から運営をまかされるのも(1)と同じである。(1)と違って各セッションごとに行なうことがはっきりしており、スタッフは交代でそのセッションの進行役を行なう。

簡単な自己紹介を終え、研修のねらいを説明する。たいてい、「自分を少し解放してみよう」ということを伝え、楽しくやりましょうということも伝える。

最初にウォーミング・アップを行なう。これは入念にたつぷりと時間をとる。ストレッチや肩たたきから入り、簡単なゲームを行なう。ルールが単純なもの、適度にスキップが持てるもの、クラス全員が入り混ってできるものを選ぶ。

体がほぐれ、歓声が出るようになったところで小さな演習をする。十人位のグループに分かれ、向かい合わせになって二〜三分話し合いい、相手を次々に変えていく。グループ内で一回りしたら終わるといふもの。話しのテーマは、スタッフが提示する。例えば『私が子供の頃よくした遊びは』『私の好きなタレントは』……など。ここで休憩。

休憩後、「出会いのころみ」を実施する。これはC・O・Dの中から選んだものである。小冊子を一冊ずつ渡し、項目に沿ってペアが互いに話し合いをするもので、次第にパーソナルなものへと移っていくよう構成されている。偶然に出会うやり方でペアを作って行なう。手順について説明するが、この時にはできるだけ自由に話すこと、相手の話している時にはよく聴くこと、急がないでよいことも伝える。約一時間ほど行ない、終了後時間があればそれぞれのペアの感想をきく。

さて、夜のセッションであるが、これはいつも頭を悩ますところ

である。午後のセッションで慣れないことをしたということ、寮を離れ緊張が緩んでいること、食事と入浴の後ということがあり、疲れが出やすい、眠くなり何かに集中するということは非常にむずかしい状況にあることが考えられる。いくつかの案が出され、その場の状況に応じたものとスタッフの提供できるものとが検討される。今までのところ次のようなことをしてきた。

①勉強会風にやる。カウンセリングの逐語録を資料に「聴くこと」について学ぶ。たいてい学生に読み合わせの形で逐語録を読んでもらう。ある場合には、スタッフがデモンストレーションを行なう。
②一日のふり返しをする。スタッフの人数分のグループに分け、各グループごとに一日の経験のふり返しをする。少し静かな時間とする。

③他己紹介をする。「出会いのころみ」のペアで互いにパートナーの紹介を全員の前で行なう。最初にスタッフがデモンストレーションを行ない、その後学生にやつてもらう。ちょっとした舞台を作って、順番を決めて行なう。M校では実施しなかったが、他の看護学校で行なってみたところ、かなりの盛り上がりを見せた。

二日目。目覚めの意味を兼ねてウォーミング・アップを行なう。軽い体操のようなものがよい。

続いて、昨日のペアに戻り、このペアでブラインドウォークを行なう。やり方についての説明の後、ペアで危険のないように合図の打ち合わせをしてから始める。時間は約二十分位で交代する。雨天の場合を除いて屋外へ出て行なう。時間があれば、二人で今の経験を話し合ってもらい、いくつかのペアの感想をきく。休けいをとる。

次に「言葉の花束」を行なう。これは、ペアを核とし三ペアを合わせ六人で行なう。一人にスポットライトを当て、他の五人がその人に言ってあげたいこと、その人を応援するメッセージを贈ることをやってみようと提示する。ここで強調されるのは肯定的ストロー

クをやってみることで、否定的なことを言うのではない、仲間としてやっていくその人に言葉の花束を贈りましょうということである。メンバー全員が行なう。これで午前中は終了。

午後は、全体会。ペアや小人数での演習が続いたので、最後はクラス全体に戻す。各人に、この研修に出て気がついたこと、今話したくなったことなどをひと言ずつ話してもらい終了となる。

何故エンカウンター方式を取りやめにしたか

以上、エンカウンター方式のものと構成的プログラムのものについてざっと述べてきたが、次に(1)から(2)へプログラムが変化してきたことについて述べてみたい。

まず、人的資源に行き詰まりを感じ始めたということがある。エンカウンター方式を導入する場合、ファシリテーターを外部から依頼しなければならぬ。平日の三日間を頼めるスタッフは、そう安々とはい見つからないことがあった。構成的なプログラムを導入したのは、研究所のスタッフで何とかまかなえるということがあったのだ。

次に、これが最も大きな要因になると思うが、研修という形で学校の教育の場にエンカウンター・グループを導入するということの疑問である。私の中にあった居心地の悪さは、どうもこの辺にあったように思う。ここが、構成的なプログラムに移ってから、すっきりとしてきた。

どんなことかという、主体性の問題である。私は、エンカウンター・グループというものは個人の主体性というものを徹底して尊重しようとする試みであると考えている。エンカウンター・グループは、開催の呼びかけをする人がいる。その呼びかけに応じ、自らの意志で参加を決意していく、この主体的な動きがあつて初めてグ

ループプロセスでの経験を歩むことができ、意味のあるもののできるのではないだろうか。

では、こうした研修にエンカウンター方式を導入するとどうなるのだろうか。研修は教育の一環として行なわれるわけで、学生には拒否権はない。自分で選択していくという主体性は奪われてしまっている。スタートのところで主体性を奪われているのに、どうしてグループの中で主体的に動くことができるだろうか。学生にとっては混乱を招くことにならないか。

第三に、日常性との関連である。毎日顔を合わすクラスメイトとの間には、それなりのルールが存在し、その中で自分を守りながら生活していかなければならないのである。特に、全寮制を取っている環境にあつてはこの守りを揺さぶることは慎重にならないといけないのではないか。

内面の深いものが表現された時に、話しをした人、その場にいた人がそれをどう受けとめていくか、受けとめる準備ができているのかどうか、スタッフが外部の人間であり十分なフォローアップができないということもある。今にして思えば、エンカウンター方式をとっていた時に、グループがなかなか深まらなさと感じていたのは学生の守りが働いていたからだったのだ。『深めない』という安全弁を彼女たちは使っていたのだ。

第四に、年齢的なことがある。青年期にある彼らにとって、自身のアイデンティティをいかに確立するかという大きなテーマがある。自分自身に近づきたいという思いと、近づきたくないという思いの中で揺れ動く。それは他人に対しても同じである。私は、この揺れをしっかりと経験することが大切であると思う。

グループの中では、この近づくといいことと離れるということが起こる。当然のことなのだ。多分私の未熟さもあつて、離れたい気持ちをも十分につかみきれなかったのだらうと思うが、同質性の高さ

はごく普通のエンカウンター・グループよりも近づくことを遠ざけるのではないだろうか。

また、グループの中で深まりや意味のある経験をしてほしいと願う気持ちがちやう側に強すぎると、個人のその時のあり様が見えなくなることもある。同じ十八才といっても大人っぽい学生とまだかわいらしい女の子という学生とがいて、特に入学したてであるから個人差がある。グループでの経験が強烈なショックとなることもあるのである。

第五に、教務の先生方のかかわりについて。学校の研修の中で行なう時に、教務の先生方にとってもエンカウンター方式はなかなか難しいものを含む。生徒とどのへんまで話してよいものか、教師という立場を超えてよいものだろうかの迷いが生じる。

以上、エンカウンター方式についての疑問点について述べてきた。私は、エンカウンター・グループにそのものについて否定する気持ちはない。ただ、エンカウンター・グループを研修として行なう場合には様々な問題が起こりやすいことを経験してきた。ここが半開きの状態であるといえればびたりくる。導入については、十分な準備と検討、そして学生への配慮が必要になることと思う。

構成的プログラムでここがけている事

まず第一に、学生にとってなじみのある構造で行なう。無用な不安を引き起こさないためである。これは教務の先生にとっても必要なこと。

第二に、目標をコンパクトにする。三年間の学生生活の中で彼女たちが少しずつ学んでいくことを大事にしたい。研修はほんの入口であるという認識を持つこと。

第三に、外部の人間としてささやかな風を送れたらよい。彼女た

ちにちよつとでも等身大の自分や友だちにふれる機会を作れば、それでよい。

おわりに

入学して一ヶ月程しかたっていないのに、彼女たちと話していると小さな看護婦さんという思いを強くする。すでに、看護婦という責任のある仕事への意識が芽ばえ始めているのだろうか。私は、人を援助することを仕事としようとしている彼女たちに自分を大切にしてほしいと切に思う。そして、大いに迷って悩んでほしいと思う。幸い、看護教育のカリキュラムが変更になり時間のゆとりができたとき。彼女たちは看護婦の卵であるが、若い女性であり、自分という人間をつかもうとしている存在でもある。彼女たちが、自分を育てよい仲間を育て、これから先に出会う様々な困難を乗り越え、たくましく、しなやかな成鳥となることを遠くで祈るばかりである。現在の構成的プログラムは、今後なおいつその改良が加えられなければならないだろう。より学生の現実に即したものを求めて、これからも私自身が学んでいくことは多い。終りに、構成的プログラムについては、私が一人で作りあげたものではなく、同僚であり先輩でもある永原伸彦氏との協同作業で生み出されてきたことを述べておきたい。

●看護学生のエンカウンター・グループ事例

野 島 一 彦

一、グループ構成

ここで報告するエンカウンター・グループは、A高等看護学校において、三週間の精神科実習が終わって一週間後の十月の月上旬に、特別教育「人間関係訓練（エンカウンター・グループ）」として三日間、三年生を対象に行われた。目的は、「①自己や他者との真の出会いの体験をわかちあい、心理的成長をはかる。②対人関係の技術を習得する。」である。グループのメンバーは十四名（全員グループは初体験）である。研修場所は看護学校内であった。セッションは教室で行われた。

二、経過

以下の記述中、魅力度は七段階評定（一～七）の結果である。メンバーのものは平均点（カッコ内は標準偏差）である。

●第一セッション（一日目の午前）…「私の四つの顔」

ファシリテーターが、グループを開始するにあたってのウォーミング・アップのために「私の四つの顔」というゲームを提案し、グループに受け入れられる。ファシリテーターも黒板でやり方を説明しながら、自分のことをそこに記入する。

その後一人六分間ずつ順々に時間を取り、それをもとに話をした。他の人からの質問を受けて答えたりする。その中で特徴的なことは、「私の四つの顔」で対決したい人としてあげられているのは、同級生が一番多い。

気を引く言動としては、Jさんは、「寮で自殺を考えたことがある」と述べる。Cさんは、「小学校時代、家にとって自分が不要であるように感じ、包丁を一旦のど元につきつけたことがある」と語る。Iさんは、ガンで亡くなったおじさんの話をする時涙を流す。Fさんは、「道路で、このまま車の中に突っ込んだらどうなるだろうと思うことがある」と述べる。

〔ファシリテーターの感想〕 魅力度五

自分としては初めは足が地につかない感じで、しゃべっていても迫力がなく落ち着かぬ感じ。時々メンバーに質問をしている。全員が、ある程度以上率直に「私の四つの顔」に書いていることに満足。

〔メンバーの感想〕 魅力度五・一四（〇・三五）

●第二セッション（一日目の午後Ⅰ）・・「人を愛するとは？」

先ずファシリテーターが前セッションのことについて発言を求めると、二、三人が肯定的な感想を述べる。その後ファシリテーターは、「自分はリーダーではない。テーマは自由である」と話す。

するとGさんが、前セッションの「愛する、愛される、愛し愛される」に関連して、「人を愛するとは？」と切り出し、これをめぐってしばらく話しあわれる。その中でBさんは、「愛されたことがない人は、愛せないのでは」と述べる。Dさんは、「私は親から愛されているが、患者さんをもう一つ愛せない」と語る。

そのうちEさんは、「私はいい子ぶっている、優等生ぶっている」と発言する。Gさんは、「自分の中で、もう一つカラを破れない」と言う。Aさんは、「カラを破りたい」と述べてから、Fさんに対して、「Fさんは本当は優等生なのに、そうでないようにしているみたい」と語る。これについてFさんは、「私は能力がないからいい子ぶれない。言わずにたまってしまうって爆発する」と発言する。

〔ファシリテーターの感想〕 魅力度五・五

発言する時、足が地についてきた。Gさんの話以後をまとめる発言と数回の質問をする。カラを破ろうとの声が出てきたことに満足。しかし、なかなか破れそうにないことに不満足。Lさんが無発言であることが気がかり。第一セッション同様にトイレに立つ人が多い。

〔メンバーの感想〕 魅力度四・三六（〇・七二）

●第三セッション（一日目の午後Ⅱ）・・AさんとFさん（Bさん）↓Gさん

前セッションにひき続いてAさんとFさんの応答がしばらく続く。話を進めていくうちに、日頃は人からの忠告を受け入れないAさんが、七月のFさんからの忠告を受け入れていたことが分かり、Fさんは感動した様子を示し、二人の間の encounter が起る。

その途中でBさんに対して他のメンバーから、「あなたの言うこととはいつも正論ではあるが……」、「自己中心的」、「人の話を聞き取れない」等のフィードバックがなされる。

その後ファシリテーターがGさんに、「あなたはこのセッションの最初に『あまり話さない人の話を聞きたい』と発言したが、これは自分のことが深まることがイヤだったからでは？」と聞く形の介入を行ない、しばらくこの人に焦点があてられる。この質問についてはGさんはピンとこない様子である。そのうちGさんは、「私はすべての人に悪く思われたくない」等述べる。

〔ファシリテーターの感想〕 魅力度五・五

自分はよく発言している。AさんとFさんのことを取り上げたり、Bさんに「傷ついて苦労することが必要」と述べたり、Gさんに介入したりで、相当介入（きつかけと展開の両方の面）している。AさんとFさんのエンカウンターに満足。Gさんの件が中途半端であることが気がかり。

〔メンバーの感想〕 魅力度五・八三（〇・三七）

●第四セッション（一日目の夜）・・Gさん↓Nさん

Gさんの「自信がない」をめぐって五十分間話し合うがもう一つ開けない。しかし長時間になるのでファシリテーターが一旦打ち切ることを提案し、グループに受け入れられる。その後AさんがNさん（通学生）に焦点をあてる。その中でNさんは、「どうせ人には自分

は分かってもらえない」、「他者から『もっと聞いたら』等いろいろ言われる」等の発言をする。

〔ファシリテーターの感想〕 魅力度六

Gさんにはイメージがわいたので言えたが、Nさんにはわかず何も言えなかった。Gさんへのフィードバック（影がうすい、カメレオンので周りに合せてばかり等）が多いが、少しモタモタしているメンバーが、かなり率直に言えるようになってきたことは満足。Gさんがもう一つ開けぬことが気がかりだが、これはGさん自身の自分のなさのせい？

〔メンバーの感想〕 魅力度五・七九（〇・七七）

●第五セッション（二日目の午前）…Nさん↓Iさん↓Eさん

Nさんをめぐって前セッションの続きが五十分間行なわれる。しかしどうもモタモタしており、スッキリとはしない。

その後IさんにEさんが焦点をあて、以後六十分間はこの人をめぐって話し合われる。その中で、Bさん、Cさんからは、「約束にルーズ」、「魅力がある」等のフィードバックが行われる。やがてそれなりに一段落する。

その後Eさんに焦点があてられる。Eさんは前夜の夢（私がフロに入っていると、知らない男がライオンをけしかける）を話したり、「自分は冷たいのではないか」、「妹が転んだとき、自分で立上れと思ったが、周りの人の目を意識して起こした。人の目を気にする」等語る。

〔ファシリテーターの感想〕 魅力度六

Nさんの話がダラダラとなることに介入（一、自分でもっと話したいか？との質問、二、グループがNさんの話ののれていないのでは？との質問、三、二時間話してきて、他の人からはもっと近づいてほしいと言われ、自分では感情の起伏が激しいと言っているよ

うだとのまとめ）を行なう。その際Nさんがモタモタすることへのファシリテーターのイライラがあり、やや否定的となる。しかし、このことはNさんには伝わっていないようだ。Iさんのことでは、「他の人でこの際Iさんに言いたい人は？」と促すことをやる。Iさんがスッキリし、Eさんもちかなりスッキリしたことに満足。Nさんがもう一つスッキリしていないこと、Gさん、Lさんの無発言が気がかり。

〔メンバーの感想〕 魅力度五・九三（〇・五九）

●第六セッション（二日目の午後）…MEさん↓Kさん、Lさん、

前セッションからの続きでEさんに焦点があてられる。しかし、あまり盛り上がらない。ファシリテーターが夢のこと、エピソードのことで少し介入するが不明確なままである。

そのうちKさんがEさんに、「発言を期待されるが、私にはできない」と涙ながらに訴える。以後Lさん、Mさんも同様の訴えをする。これに対して他のメンバーからサポートするような発言がでる。しかし、「それでもできないのよ！」との激しい反論が更に出る。お互いにガッチリぶつかり合うが、やがて共感しあう雰囲気となる。

〔ファシリテーターの感想〕 魅力度六・五

Eさんの介入は、うまくつかめておらず中途半端になる。Kさん、Lさん、Mさん等のあまり発言できない人が出てきて、本音をぶつけてくれたこと、Gさんが時々発言していることに満足。Eさんがもう少し中途半端であること、Jさんがあまり出ていないことが気がかり。

〔メンバーの感想〕 魅力度六・五〇（〇・八二）

●第七セッション（二日目の午後Ⅱ）…Kさん↓Lさん↓Iさん
先ずKさんの「他人のようにいろいろと感じない」をめぐってし

ばらく話し合われるが、もう一つ開けない。しかし、deadlockを感じたファシリテーターの提案で、「・」（コンマ）となる。

次にLさんの「みんなの中に入りたい」、「わたしはあだ名がない」をめぐって話し合われる。グループは非常にsupportiveであり、一段落する。

その後Nさんが、「別のグループでIさんとその友人（ベバー三角関係、ワンワン―共生関係）の話が出た」と情報提供する。そしてしばらくIさんをめぐって話し合われる。最終的には、その人達と話し合ってみたらということになる。

〔ファシリテーターの感想〕 魅力度六

Kさんへのコンマの提案とまとめを行う。Lさん、Nさんに対しては特に発言しない。Lさんが出てきたことに満足。Gさん、Jさんが発言しないこと、Hさん、Cさんに焦点があたっていないことが気になり。

〔メンバーの感想〕 魅力度五・七九（〇・九四）

● 第八セッション（二日目の夜）… Aさん↓Cさん

Aさん（末っ子）が、「本当の友人がいない。人に対しても自分に対しても甘えてしまう。何か言って」と発言し、以後九十分間はこの人をめぐって話し合われる。他のメンバーからは、二月のある事件の事を中心に、「Aさんは口がうまい」という発言が多く出る。しばらくのやりとりの後Aさんが、「二月の件ではみんなに心配をかけてごめんなさい」と涙ながらに謝る。すると他のメンバーも涙ながらにそれを受けとめ、グループはクライマックスとなる。

その後五十分ほどの沈黙を経て、Cさんが、「私には本当の友人がないみたいで淋しい」と言いだし、他のメンバーからの応答がなされる。しかし途中で時間となる。

〔ファシリテーターの感想〕 魅力度五・五

Hさんや何人かの人が、「〇〇さんはAさんに対してこうよ」という言い方をするのに対して、「自分は……」にしたらとの介入を行う。Aさんのことが一段落し、Gさんが一回は出たことに満足。Mさん、Jさんの無発言が気になり。

〔メンバーの感想〕 魅力度六・〇七（〇・八〇）

※このセッションの後、夜中の一時半まで殆どのメンバーが残って話をした模様である。その中では、B、C、に焦点があてられたようである。

● 第九セッション（三日目の午前）… Jさん↓Dさん

先ずファシリテーターが、「今日は最後ですから、何か得たい人は頑張ってください」と発言する。するとJさんが、「私は人に心を開かない。甘えんぼうはみえみえなのに甘えられない」、「小学校時代から、両親が仕事のため朝早くから外に出るので、私が高校生の兄と自分の弁当をつくらないといけなかった」と述べ、六十分間はこれをめぐって話し合われる。

その後、Dさんが、「私はわがまま、人に交われない」と発言し、これをめぐって九十分間話し合われる。終り頃になって、Kさん、Mさんが、「Dさんは私達に思いやりを示してくれた」と発言する。するとDさんは、「私は日頃は『ありがとう』と言えないけれど、ありがとう」と述べ、相互に涙を流しあい、クライマックスとなる。セッションが終わっても、DさんとKさんは抱き合ってしばらく泣いている。

〔ファシリテーターの感想〕 魅力度七

Jさん、Dさんに対して感じたことをよく口に出して表現している。この二人に焦点があつたことに満足。Gさん、Hさんのことが気になり。終り数分前までまとまらない感じなのに、Kさん、Mさんが出てきてクライマックスになり、グループのすばらしさを感じる。

「メンバーの感想」 魅力度六・四三（〇・九〇）

●第十セッション（三日目の午後Ⅰ）…Mさん↓Cさん

先ずMさんが、「私は人とあまり深くかわれない、人からは安心感があると言われるが……」と述べ、九十五分間はこの人をめぐって話し合われる。その中では他のメンバーから、「Mさんは通学生五人の中で一人引っ込んでいます。食事の時も、他の人が食べ始めてからようやく食べ始めるし……」との発言も出る。ファシリテーターは、「Mさんは大仏様という感じであり、観音様という感じではない、即ち、安心感はあるが、女性という感じがしない」と述べる。

やりとりの途中でMさんは、他のメンバーからあまり反応がないことに対して、「私のグジグジがイヤなら、はつきりそう言っちゃー」と激しく居直る場面もある。この時は、ファシリテーターもややaggressiveにグループに対してMさんのこの気持を代弁するような発言をする。

そのうちMさんはハッと気づいたように、「私は八方美人みたい……」とボツリと洞察めいた発言をする。これに対してファシリテーターが、「これまでそのように思ったことがあったか？」と確認すると、Mさんは「初めて」と答える。

Mさんのことが一段落したところで、ファシリテーターはCさんに対して、「あなたには、やさしさと傷つきやすさを感じる。傷つき体験がいっぱいあったのであらうと思う」とフィードバックする。「外見を派手に不良っぽくするのは何故かなあ？」、「一度傷つけられると、二度と開かない感じがする」とも述べる。

「ファシリテーターの感想」 魅力度六

自分としては率直に思ったことを表現している。Hさんに、「昨日の第八セッションでのファシリテーター発言以後、発言が全然な

いが、話せる時があったら言ったら」と述べる。Mさんが一段落したことに満足。Hさんのこと、Nさんの無発言が気がかり。またAさんが頭痛がしていることが気になる。昨日急激すぎたせいかな？

「メンバーの感想」 魅力度五・七九（〇・九四）

●第十一セッション（三日目の午後Ⅱ）…Hさん↓Cさん↓ふり返り

ファシリテーターがHさんに焦点をあて、百分間はこの人をめぐって話し合われる。その中で、Hさんは他の人から別格とみられているという話が出る。これに対しIさんが、「Hさんは本当はみんなと交わるのが好きだし、そうしたいのよ」と発言する。するとHさんは、涙ながらにこの発言に同意する。他のメンバーもこのようなやりとりをみて涙を流す。

その後HさんはKさんに話しかけ、二人の間のそれまでのしこりについて話し合い、一段落となる。

次に、IさんがCさんに対して「Cさんはいつもはこわいのに、ここでは穏やかだが、これは努力しているのか？」と問う。Cさんは「うん」と答え、さらに「ここでのこのような自分と、以前の自分とどっちが本当か不安である」と述べる。そしてしばらくCさんをめぐって話し合われる。その中でAさんは、「私はこれまで人のために涙を流すことはなく、自分のためにだけ流していたが、ここでは人のために涙を流せるように変わった。このように私も変わったから、Cさんも変われると思う。……こんなに言うのと、みんなから『またうまいこと言ってる』と思われるそうであるが、それでもこう言いたい！」と涙ながらに語る。ファシリテーターはCさんに、「自分にはいろいろな側面があるが、それは次第に統合されていくように思う」と述べる。

最後にファシリテーターが、「グループはメンバー一人一人を楽器にたとえれば、みんなが即興曲をかなでてきたようなもの……他

のグループとは違っている……個人によって満足度は異なっている……」等、全体をふり返っての発言をして終りとなる。

「ファシリテーターの感想」 魅力度七

Hさんのこと、HさんとKさんのこと、Nさんが発言したこと、前セッションで頭痛がしていたAさんが発言したことに満足。Gさん、Nさん、Mさんがもう一つ完全燃焼していないことが心残り。メンバーの援助能力の偉大さを感じる。下手にファシリテーターが頑張らぬがよい。今回のグループを全体的にふり返ると、よく展開したように思う。一応全員に焦点があてられた。ファシリテーターもよく発言した。メンバーがよかった。

「メンバーの感想」 魅力度六・六四（〇・六一）

三、参加後の感想

グループ経験直後に記入された「参加者カード」のグループへの《満足度》についての七段階評定の結果は、〈非常に満足〉が八名（A、B、C、D、F、H、I、J）、〈かなり満足〉が五名（E、G、K、M、N）、〈どちらかといえば満足〉が一名（L）である。記述欄から一部を抜粋すると次のようである。

Aさん——「私にしてみれば、これだけ心から人の言うことに耳を傾け、それに共感し、涙を流すことができたのは初めての体験である。今までの人生では様々なことがあって、その度に人とぶつかってきた割に、こういう思いにまで至ることができなかったというのは、本当に自分がわがままで、自分を甘やかしていたからだと思う。『人のことばを聞く』ということの大切さを本当に感じた。そしてこれから人の為に涙することのできる人間になろう、と思ったのも本音である。」

Bさん——「今までの自分の誤解を解消することができ、又、自分の気持ちを伝えることができたように思う。そして知らない部分を知ったことによって、みんなと本当の友達になれると嬉しく思った。又、みんなと感動を共に感じる事ができ、一体感を感じられてよかったと思う。自分が今までいかに甘く、そしてみんなのことを分かっていなかったのか、自分の立場だけで物事を考えていたようだ。……これに参加して、本当にみんなのことが好きと思った。そしてみんなに認められるような人間になりたいと思う。」

Cさん——「いろいろ皆のことがわかったし、自分は今まで本当にいろんな人と接してはいたけれど、それが表面的で少なかったと思います。人はいろんな所で自分自身を見つめ悩んでいることを聞いて、自分もそうだ！と共感できるどころ、又、自分はそんなことは思わないのにそう感じる人もいることを知り、今までの自分の視野の狭さを感じています。また自分自身の気持ちの整理もついて、『今まで一人なのでは……』と不安に思っていたことが、みんなが私の努力について少なからず認めてくれて嬉しさを感しました。」

Dさん——「自分についてモヤモヤして分からなかったことが、他の人に言われたこと、質問で大分つかめてきたし、他の人について知っている人には言えるのもわりに言えたり、私の知らない部分を知れた。又、『知っている』ということも、私は一面しか見れていない部分があったけれど、他の方向から一層その人を身近に感じる事ができた。」

●看護と私

——核なるものが溶解し始めて——

新田麗子

私は、臨床看護を十五年間経験しながら、自分に満足できない、求めきれない何ものかを感じていた。色々試みてもわからず、一年間臨床を離れることによって、何かを探せるのではないかと、昭和四十九年四月に日本看護協会看護研修学校に入った。

ここでの見藤隆子氏との出会いがその後の自分に大きく影響していった。当時、私の中では「見藤先生に余り良い感じを持たれていない」という思いをもち、自分では困りながらも、私の求めてきたものを講義から感じとり、以来、エンカウンター・グループ（見藤グループ）を止められないで今日に至った。

そして看護研修学校を修了し、漠然とした大きな課題を持ったまま看護教育に入った。自分との戦いのような、雲を掴むような自分から出発して、少しずつ自己の内面をみつめられるようになってきた。

その後は、容易ではなかったが、周囲の人々との関係の中での様々な場面を通して、自己の内面に出くわし、修正を繰返しながら

の日々であった。ある場面での自己の内面の真実がみえ始めると同時に心身が和らぎ、すんなりと周囲をみれたり、外界を感じとれたり、相手の気持や話が身体に入ってくるようになってきた。そして、事ある毎に周囲の人々に支えられ、何とか乗り切りながら、今に至ってきている。

今回は、どんなに一人の人間の成長が、病む人の看護に携わる者として大切かを、具体的な場面で明確になり始めた時の記録（十五年前、教育に入って二年目のもの）からとりあげてみた。

一九七六年六月十四日(月)

「いや」「きらい」……の否定的表現ができないでいた自分に気づきはじめて

実習病院（看護学生の臨床実習病院のこと）の帰り、電車の中で

涙が流れてくる。何故か自分でもわからないが、今までの自分がみえてくるようである。

肩が二週間位前から凝り、一向に治りそうになかった。私は、五月から始まった二年生の実習のための疲れで、寝れば直ぐ治るものと思っていた。しかし、段々酷くなるばかりで、肩を揉んでもらったり、湿布をしてみたが、効果はなかった。吐き気がでる程であったが授業は何とができていた。

その後も良くなる所か、肩は毎日重い、頭もコチコチの状態で、新聞・テレビ・会話もうけつけられない。堪りかねて、友人に「肩を揉みに来て！」と訴えたくなり電話をする。勿論、遠方の友人に来てもらえるはずはないが、話をするだけでも少しは軽くなるのではないかという思いつきからであった。友人に「新幹線に乗って、肩を揉みに行くなんて話は聞いたことがない、椅子で叩け！……それは精神的なものからきているのでは？」と言われ、私は、はっとする。今迄、そんなことは考えていなかったからであった。

今朝私は、申し送り（ナースは交代制をとり、夜間の担当から昼間の担当へ患者の状態やケアの計画を報告する）の途中、立って聞いているうちに、私の肩に私の神経の全てが集中し、じりじり・いらいらしてくる。その上吐き気までしてくる。その場を出るが兎に角じっとしていられなくなる。肩が重い！。学生の実習記録を読んでも、頭が堅くなっていて受けつけない。実習を終えて、同僚のO氏と喫茶店に行く。その時、O氏が同郷であることから、郷里の話がでる。

看護学校の時のこと、K大学病院での看護実習の時のこと等―「いや」「きらい」の否定的な言葉が自分の口から、ポロポロ出てくる。この自分に、私は、自分ながら驚く。このように、スムーズに「いや」「きらい」などと言葉にしたことがなかったからである。それでいて、全然、後に残らない、むしろ気持ちいい位である。また、

看護学生の時書いた批判的な文章のことなど頭に浮ぶ。そして今、私の中にある周囲に対する批判的な視線がよくみえる。

私の肩の凝りは、このような自分の感じや感情、思いの塊が肩に鬱積していたのではないだろうか？涙が出てきたのは、こういう自分が僅かにみえてきたとき、肩の老廃物が少しづつ排泄され始めたのであろうか、と考えられるようになってきた。帰宅して、涙がどっと思い出したようにでてくる。色々な過去の出来事が頭にちらついてくる。

場面場面での自分の気持（感じや感情）
に先行した考えのみで行動し、矛盾して
いた自分に気づいて

I大学病院小児科病棟勤務の時の私は、仕事をできるようにするためにと、三ヶ月間は黙々として働いていた。その後の私は、ドクターに敵しかった様々な場面の自分が頭に浮んでくる。

子どものミルク・食事・睡眠時間など関係なく、夜間であろうと行われていた大量皮下注射・二四時間蓄尿の継続・時間置ききの採血や腰椎穿刺・ミルクの腸内通過時間測定など時間構わず行われる処置の数々。

ナースは専ら、このお手伝い、つまりいかにうまく蓄尿をするかということ求められていた。勿論、今使われている採尿バックのように便利で子どもにも影響の少ないものではなく、三角フラスコ、ライオンと称する採尿器を絆創膏で固定していた。効率のよいもの、子どもにとって少しでも楽にと工夫をして水のうを使っていたが、数が少なく制限される。子どもの陰部は真赤にたぶれる。……

看護とは何なのかと自問し、ドクターの研究のための子どもではないと子どもの採血を断ったり、蓄尿のための子どもの肛門周囲・

臀部の発赤・びらんを訴えたり、腰椎穿刺に対するドクターの考えを問うた。それでも、良心的なドクターは、「人類のためと解ってくれよ！」云々……と私に理解を求めてきた。

就職して七年目に初めて、ドクター・ナースの話し合いが持たれた。これは、私の尊敬する良心的なドクターが医局長の時であった。私は、この時、それまでの積み積ったものを整理し訴えた。怒りの言葉にもなっていたと思う。前記のような状況をあげ、「何故に弱い者いじめをするのか……一番弱い立場にある患者に何故に！云々……」と。

翌日から、私は、もう駄目だ！どうしようもないという気持で出勤していた。しかし、ドクター達に、「僕はまだやっている方だろう？」「僕はダメージを受けたよ」などと言われ、私自身が救われる思いであった。このようにして言葉にした後は、必ず自分自身が「嫌」になる思いで耐えられなくなっていた。そして自分との葛藤が繰り返された。

これは、私の中に起っているその場の感じや感情が素直に表現されないまま蓄積され、考え、考えたあぐくの言葉で、攻撃的にもなっていたと思う。自分が「嫌」になったりしていたのは、前記のように表現している自分を自分で嫌になっていた、許せなかったりしていたからだ。その上、ドクターの立場上、仕方ないこともある等と考えれば考える程、どう仕様もなく、自分を責める結果になっていた。

このようにして、人との関わりの多い世界で私の中に潜んでいた感じや感情の部分が積み重なってきていた。しかも、その感情を私の中で感情的になってはいけない、批判的になってはいけないと否定していた。そして今、本来の自己と建て前の自分が何時の間にか、歪んだ形で表現されていたのではないかと受けとれるようになってきた。

自分と他人との違いの真実——

他人との価値観の違いに気づいて

すなわち、私の感じや感情をその場で素直に何らかの形で出せずにいる、自分が本来の自分を出せないことから起こっていることではなかったか。

頭の中では一人一人違っていると解っていても、その内なる自己すなわち感じる部分は、無意識のうちに相手にも共通なもの、然るべきもの（当然そう感じている）となっていた。しかも、この感じや感情、特に感情は表面に出すべきではない、むしろ出してはいけないものになっていた。このため私自身は、当然のこととしてこの中（範疇）で動いていたと考える。

自分では自分を解っている、認めているようでも（建て前の自分）、本来の自己は、バッチリと構え、動けない所にある。つまり「嫌」であったり、「こうあるべきではない」、当然ドクターとして・ナースとして・教員として「そうあるべき」となっていたもう一人の内なる自己に気づく。

そして、私の価値観と他人の価値観の枠のぶつかり合いを今感じる。それは、私の肩の凝り——揉むなどでは治らない、針でも刺すものなら電気がビリビリと伝わって踊り出しそうな電波の肩——、コチコチの頭、何にも受けつけられない頭に現われているようである。

さらに頑固に私の価値観を通そうとしている自分に気づく。他人の価値観をわかっているつもりでも、みようとしない、認めようとしない私。すなわち、看護学校へ就職して以来、私なりに周囲をわかって行動していたようでもそうではなかったようである。

このような私——肩の凝り——頑固——価値観——粹——おつ、こわい
 これでは、様々な患者さんの気持の真意を受けとることは、ほ
 ど遠いことになる。

肩の、首の、頭のビリビリが熱を放って
 じーんと、とけてゆく

頭が柔らかくなってくる

首が動くようになった

肩が段々、軽くなってくる

お茶が、美味しいものが欲しくなってきた

テレビが見えるようになってくる

明日の講義が苦にならずにできそうだ

不思議 不思議

ほら 手が 足が自由に動き始めた

あの未熟児の手足のように 自由に！

血液が流れ始めた

血液が温かくなって

自分がみえてくるということとは

こんなにもすばらしいことなの！

一九七六年六月十五日(火)朝

自己の内面——本来の自分が自然に

受け入れられるようになって

不思議だ、昨日までの肩の凝りが嘘のように消えた。外が眩しい。
 道中、肩をあげたり、廻わしたり、しかし軽やかだ。首筋が柔かい、
 頭がすっきりしている。授業もうまくいきそうである。それにして

も、何故？、苦痛であった肩凝りが、一瞬にして明るみに出たので
 あろうか。

無意識のうちに鬱積したものが肩に集中するとは、精神的な鬱積
 が肩凝りという身体現象として現われるとは、面白い現象である。

そして、これが見えてきたとき、肩凝りが尾をひいたように消えて
 いくとは！

私は、今まで栄養の講義（看護学総論）の中で、人間は摂取と排
 泄の調和が整えられなければ、調和が乱れ色々な状態で身体に現わ
 れると話してきた。しかし、これは、食物に限らず、全てにおいて
 言えそうである。人間（自分）にとって不快、嫌な出来事など精神
 面のことを含めて、摂取（聞く・見る・摂る……）すれば、老廃物
 となったものは、何処かで、排泄する（喋る・怒る・自分で自分を
 受け入れられる……）必要がある。

すなわち、私の肩凝りは、私の中にある価値観からくるものが私
 の中に積って、老廃物として蓄積されたのであった。そして、これ
 以上耐えられなくなると、話すこと・聞くこと全てが閉ざされてき
 てしまっていた。これが肩凝りの現象として吐き気ともなって現わ
 れた。

チャリチャリと老廃物が出るき、つか、かけがあって、そこに気づいた
 とき、それまでの私の中の老廃物がどっと押し流されるようにして
 出てきたのであった。過去のこと、今のこと、次々と涙となって、
 洗われるようにして。

●エンカウンター体験とその後

神谷友子

私がエンカウンター・グループを知ったのは、看護協会京都支部の研修会で、故石井完一郎先生に出会ったことから始まる。かねてより、看護の現場において、カウンセリングの重要性を感じ、患者さんと効果的な対応ができないものかと考えていた私は、交流分析を独学ながら学び、研修会があれば出席していた。そこで石井先生より、「京都いのちの電話」主催による京都カウンセリング・アカデミーを紹介された。仕事の都合をつけ、毎週京都へ車を走らせる日が、九ヶ月続いた。

専門コースも終りに近づいた頃、畠瀬稔先生のエンカウンター・グループについての講義の時、ロジャーズ博士の記録映画を見せていただいた。その時、揺さぶられるような感動を覚え、私もそんなグループに参加したいとの思いで、早速申し込みをした。一九八八年のことであった。

待つ間、ロジャーズの本を何冊か読み、不安と期待で迎えた摩耶山でのグループ体験は、「何やこれ!？」と訳のわからない沈黙の中で始まった。一人一人が、沈黙の中で自分自身と対話していたことなど気づかずに、疑問をもったことを話しはじめた私に、メンバーの一人から、思いもよらぬ言葉を投げられた。「黙っていてほし

い。」

最初は、何故そう言われるのか、わからないでいた。自分の疑問を率直に出してはいけないのだろうか?。では、何を話したら良いのだろうか……。

何しろ私は、そのグループただ一人の初参加者であったので、すっかり混乱してしまい、黙らずにはいられなかった。そのうち、話が進むなかで、「黙っていてほしい。」と言った人の、そう発せずにはいられなかった心の内が、段々と解って来た。(あ、そうだったのか)と解ってから、その人へのこだわりは、ときはなされていった。

そこで学んだことは、言葉や行動は、その人の生活歴に基づいているんだナァ、ということだった。その後のエンカウンター・グループでも、裏うちされた生活の中から、言葉や行動が出て来るのだということを、知っていく体験であったように思う。

そして、エンカウンター参加を通して、ゲシュタルト・セラピーを受ける決心が、ついた。そこで私は、私自身と出会えた。

エンカウンター・グループにおいて、人と出会い、人と出会える自分に出会った。ゲシュタルト・セラピーにおいて、私と出会い、

それを通して人と出会えた。それは、私が長い間求めていたものであり、又、これからも求め続けるもののようである。道の方向が、見えて来た思いがしている。

しかし、まだ日常では、解っていてもできないことが、多くある。よく言われていることに、「相手の身になって考える」ということの意味を、臨床の場において、日々の業務をこなしながら考え続けている。錯覚や取り込みに振り回され、言うのはたやすいが、行なうのは本当に難しいと、つくづく感じている。

先日病棟で、こんなことがあった。心筋梗塞で入院されていて、十日程たち落ち着いたかみえていたOさんが亡くなった。七八才という高齢で、十年来何度か入院され、二回目の発作ということもあり、入院時家族に対して医師より、かなりシビアな説明がなされていた。急死された折私は勤務していず、後で報告を聞くと、長女さんの嘆きは医療者に向けてすさまじいものであり、聞いていられなかったとのことであった。スタッフに「それは、大変だったね。」と労いながら、一方、その時チャンとその悲しみを受けとめ聴いていれば、又違った反応をされたのではないかと残念でもあった。

(私なら、どうしただろう……)

次の日に、長女^{長女}さんから電話があり、私が出た。「昨日は急なことで、大変でしたね。」と言うや、すぐ「うらみませす。どんな姿でも生きていては良かった。父を頼りにしていたんです。」と言われ、忘れ物したので取りに妹さんが来られる旨を言って、ガチャンと切られてしまった。

それから間もなく妹さんが来られ、お姉さんの嘆きは一日経ってもおさまらず、気も狂わんばかりに取り乱しておられる様子を、話された。そして医師の説明を納得しておられないことを聞き、私は、助かる余地がない程弱っておられたことを話した。その時、私は相手の気持ちを受け入れようとしていたが、その対象は長女^{長女}さんに向

けてのものであったように思う。私の目の前にいる妹さんの方に、目が向いていなかった。その証拠に、妹さんの顔から苦悩の様子が消えることはなかった。

帰られてから、私が気づいたことは自分の力量のなさだった。後味の悪い思いを残しながら、どうしてあの時、「そんなお姉さんの姿を見ておられるのは、とてもつらいでしょうね。」と言えなかったのだろうと悔やまれた。もっと聴く練習をしていたら、やり場のない感情に目を向けられたかもしれないのに……。

エンカウンター・グループで聴けても、今必要としている人の話が聴けなければ意味がないと、自分を責めてしまう私がいる。患者さんの時はもちろん、親、兄弟、友人、同僚と、いつも話を聴いていないといけなような強迫観念があり、それができない自分を見た時、不快に感じる。

一度、そういうことを大須賀発蔵先生に話したことがある。そうしたら先生は、「共感理解とは、自然に湧いてくるものなんですよ。出来ない時もあるよね。しなければいけないと思うとしんどいよね。出来る時にしたら良いんですよ。」という意味のことを言われた。それで救われた思いがした。

人と接する仕事を選びながら、何年も幾度となく、間違った対応の仕方をして来たか知れない。今後も何度となく繰り返すことだろう。それを思うと更に自己嫌悪に陥るが、迷ったり、行きあたったり、おち込んだりしながらも、「人は変わりうる」ということを心に止めて、成長して行ければ良いナァと思う。

幸い私には、同じ言葉で話せる仲間がいるし、今職場は少しずつ変わろうとしていることを励みに、自分なりの方法で道を求めていると思う今日である。

●私にとってのグループ体験

高橋 千恵

現在の私は「人間について学びたい」という思いから大学を選び、看護学教育を受けたことが主柱になっている気がする。学んでみて人間は本当にすごいと思った。組織・機構からしてとても精密にできているばかりでなく、必ず曖昧なところや代替のものを持っている。身体だけでもこれだけ複雑（かつ単純にも思えるのだが）である。こころと身体の間関係といえどもうとてつものなる。こころにしたって、脳の仕業とは一口に言えないし、神経線維の一本一本のつながりあい火花のようでパッパと電流が燃えさかったりするのだから底知れない。人間への関心は今現在も脈脈と続いている。

高校迄のグループ体験は（グループ体験と言っているものかどうか）わからないが、バスケットボールにうちこんでいたことだ。これから勝敗以上の何か、身体がしなやかに動く感じとか、メンバーシップなるものを学んだと思う。人の身体の動き方は、シュートひとつをとっても本当に様々なのである。お互いの特徴を生かしてこそ勝ちにつながる。ある程度洗練されてプロになると、シュートの形も同じになってより効率的な身体の動きになるようだが……。頭で先に考えることを身につけてしまった高校で、私のバスケット

トは息づまってしまった。思うように身体が動かせず、シュートもだんだん決まらなくなり限界と思った。年を重ねるにつれて身体は守る体制を強めて行くのだろうか……。

大学では、バスケットではなく、自然と接するスポーツに変わった。ボートを漕いで水に乗る感じを楽しみ、山登り、サバイバルでは人間の根源のところでの行動を味わう機会であった。自然はどうあがいても逆らい難いものすごいパワーと秩序を持っていて、そのふところに抱かれて暖かいような漂っているような感じで自分が在ることに気づいた。いずれのスポーツにしても、体験まさに身体を使っている感じは私の大きな学びであった。

私が身体の感じ以外で自分を強く意識するようになったのは、大学三年の精神看護学での演習であった。「私は自分を奥深くまでみたくないし、他者にみせるのも嫌で他者を知りたいと思っているように、実は知りたくないんだ」という自分に直面した。それから「人が変わる」ということに熱中した。その営みの中で人間関係研究会の「看護とエンカウンターグループ」への参加があった。様々なグループアプローチを体験するうちに、一步一步大事に歩んできた気がする。

このことは「生活指導研究七―生活指導実践主体の成長」（日本生活指導学会、明治図書）にまとめた。論文名は「自己理解と他者理解への道程における一考察―各種のグループアプローチ体験・実践を通して―」で、援助専門職となっていく私自身の変化成長過程について考察したものである。

素材にしたグループ体験は、千葉大学看護教育学講座による「集中グループワーク」、I・P・R（Inter-Personal Relationship）基礎・フォローアップトレーニング、同大学精神看護学講座卒業研究グループによる「ゲシュタルトセラピー」、精神神経科病棟における「治療グループ」の三種四過程である。

現在看護界では特にグループワークなるものがおおはやりである。有効で素敵な実践があることは否定しないが、様々なグループに参加してみてその焦点には多少の相違性があることがわかった。何があるんでもエンカウンターがいいというわけではなくて、人は様々であるから個人のその時期にひっかかっているところや焦点に応じて選定できることが望ましいと思う。人はとても暖かいというのを充分に実感として味わったり、自己の緊張や防衛をゆるやかに解かすのにはエンカウンターが一番適しているように思う。

看護の中でも私の専門は精神看護である。現在精神科看護実習を担当している。まだまだ反省ばかりの毎日である。批判的なまなざしを投げて、鋭く射ってしまったり、背を向けたくなったりする。ようやく一緒にいることが苦痛でなくなってきたところだ。私もそうだったなあと、ひとりひとりのあり様を余裕をもって多少見ることができるようになってきたかな……。

毎年実習のスタイルを学生さんにアンケート調査をして、その記述から次年度の検討をしている。今年度はフリートレーニングを組み込んでみた。共に実習していながら中々お互いの体験を伝え合えな

いばかりでなく、伝えあってはいても前向きではない印象を受けていたこと、学生の声として、「他の病棟にもいきたかった」というのがあって、物理的には無理でも話し合うことで、間接的にでも体験できるといいかなと思ったのがきっかけである。また、「偏見」という言葉で片付けてしまいがちな精神科に來てみての戸惑いのようなものをお互いにしっかり出しあってみつめられるといいなあとと思った。

まだ二グループしか終えていないのだが、自分たちのグループという実態をかいまみる機会ぐらいにはなったかなと思う。私の意図ははっきりしているのだが、学生にしてみれば何をしたいんだかわからなかったり、ただ何と言うこともない話さえしてればいいんだと思ったり、導入が大変だということに気がついた。もっと明確に意図を伝えなければならぬのかなと思うのだが、そのことがかえて学びを狭めてしまうのではと恐れている。

長い目でみてゆったりとできればいいのだが、中途半端にエンカウンターを取り入れている感じがした。安直なグループワークを批判しているわりには私自身のグループはとても安直である。私自身も人を大切にする実践に苦慮しているのである。積み重ねて学んでいくよりしょうがない。身体に限界があるにしても、自分の変化に柔軟でありたいし、学生の可能性も信じていきたい。

私にとってのエンカウンターグループは他のグループアプローチと混ざっているのだ、エンカウンターのみへの深い思い入れはない。ただちょうど定期的にマッチして出会えて幸せだったなあと、いつもかりである。エンカウンターの出会いという素敵な響きは、いつも私をトントンと優しくたたいて、他者の前にずっと立たせてくれている気がする。

●私の中の「看護とエンカウンター・グループ」

永原 伸彦

はじめに

人間関係研究会のプログラムの中の「看護とエンカウンター・グループ（以下EG）」に、私は幾度も参加させていただいた。

このEGにはいくつもの思い出がある。看護という仕事の偉大さと厳しさを教えられ、女性として、人として、懸命に生きる多くの看護婦さんと出会った。いくつもの思い出の中から、今もなお大切に心にしまっていることのいくつかを語らせていただこう。

一、「私は幸福だ！」

ある年のあるセッションで、二〇代の看護婦Aさんが語ったことは印象的だった。

その頃Aさんとはにかく疲れていた。病院でのいろいろなこと、家庭でのいろいろなことに疲れていた。その日は夜勤明けだった。疲れた体と心を引きずるように自宅に運んで部屋の洋服ダンスを開けると、そこに大きな鏡があった。疲れた自分がそこに映っている。

疲れた表情と、空しい心がそこに映っている。

しかし、Aさんは気を取り直すように、鏡の中の自分につぶやいた。「私は幸福だ！」大きな瞳から涙がポロリとこぼれたかも知れない。

Aさんの話を聞いているときのグループはシーンと静まり返っていた。誰もが身じろぎもしない。まるですっかりスクラムを組んでAさんを守っているようだ。こういう時のグループの力は本当に凄いと思う。

Aさんの話を聞きながら、大きな鏡の中に映っていたのは、それぞれの自分かも知れなかった。涙をポロリとこぼしたのは、それぞれの自分かも知れない。本当に「個」に徹した話は、それぞれの「個」を引き出す凄さをもっているのだとつくづく思う。

二、婦長さん

ある年に参加されたB婦長さんは、大柄で暖かい雰囲気を持つ人だった。若い参加者たちは、親しみをこめて「婦長さん！」とグループの中でも呼んでいた。Bさんは、穏やかな人柄だったが、そ

の話しぶりは切々としたものがあった。初々しいと言いたいほど率直な話しぶりだった。

ところが、二日目の昼に、Bさんの勤め先から電話が入った。その電話を最初にとったのはBさんではなかった。その結果、Bさんが大病院の婦長であることがわかり、午後のセッションでそのことがひとしきり話題になった。

「Bさんは、あの病院の婦長さんだったんですね」と誰かが言った。しばらくは、その病院のことやBさんの立場についての話や質問が続いた。そのうち、Bさんはやりきれないような表情になってきた。一瞬苦しさに歪んだ表情が現われ、段々と意気消沈してくる感じだった。ちらっと私の方を見た。目には、哀しい訴えのようなものがこめられていた。私は「Bさん、少し辛そうですね、何かおっしゃりたいことが……」と言った。

Bさんは、しばらく沈黙した後、意を決したように言った。「私が婦長であることはまちがいないし、そのことに誇りも苦しみもっています。婦長であることは私の重要な要素だから、そうではない所だけを見てくれというわけではないんです。でも私は言いたいんです。私は私なんです！ここにいる私を見て！今話しているのが私です。」

その瞬間、メンバーたちは正に一瞬にして悟ったのだと思う。Bさんの発言の妻さは、Bさん自身の気持を周囲にわからせただけではなく、「私は私なんだ！」と叫びたかったそれぞれのメンバー自身の内心の声も呼びさましたところにある。

ある若いメンバーが言った「Bさんは、誰よりもこの場を大事してる。だから、私のこともこんなに大事にされてるってことがわかりました。あなたは凄い人だわ」

このことを通して、グループは一挙に深まった。自由に伸び伸びした発言が展開して行った。

このような場面を通して、私はファシリテーターとしても（人間としても）知らず知らずのうちに育てられ鍛えられていることに気づかされる。メンバーの真実の声こそ、最大のファシリテーターなのだ。メンバーのファシリテートする力を信頼し、またそのような場面をしっかりと感じとることこそ、ファシリテーターとして最も大切なことなのだ。

メンバーこそファシリテーターであること。したがって、ファシリテートする人はその時々で動いていること。この当り前のことを、腹の底からわからせてもらえることほど、ファシリテーターとして鍛えられることはない。

三、看護とEG

この「看護とEG」は、メンバーの自発的参加によるものだけに、グループ凝集力が強い。考えてみれば、多くの業務や研修に時間をとられ、あれ程忙しい時間の中をやりくりして、参加しようという姿勢こそが、すでに「個」としての自分の決断であり生き方なのだ。しかも、誰かに何かを教えてもらう講習会やスキルの訓練ではなく、自分が主人公となり、自分自身に近づくためにEGに参加するということが自体、看護の世界においても画期的で、未来に希望をもたらししてくれるものではあるまいか。

いずれにせよ、私は「看護とEG」によって多くの出会いを体験することができた。その一端をここで述べさせていただいたが、このような恩恵に浴する機会を与えて下さったメンバーの方々と、スタッフの方々に心から感謝申し上げたい。

● ながはらのぶひこ
茨城県商工経済会人間関係研究所

エンカウンター・グループにおける

コ・ファシリテーター関係の葛藤の対処について

— 探索的研究経験に基づいて抽出したパターン —

林 もも子

一、はじめに

筆者は、エンカウンター・グループにおけるコ・ファシリテーター関係の問題について、自由記述式を主とした質問紙をファシリテーターの方々を対象として実施し、六四名の方々に、お答えいただいたデータを、探索的研究方法（林、一九八七）を用いてまとめた。

その中で、コ・ファシリテーター関係の葛藤や対処とその結果が、要因1、コ・ファシリテーターのファシリテーターとしてのありかたについての考え方や感じ方や動き方が、理解でき、信頼できるという意味で、ファシリテーター観が一致していたか否か、要因2、

コ・ファシリテーターとの組み合わせが、キャリア・年齢・社会的地位による上下関係を感じない対等な関係だったか否か、要因3、コ・ファシリテーターとあらかじめ知り合っていて、信頼関係があったか否か、要因4、一人でファシリテーターを行う自信があるという意味でファシリテーターとして自立していたか否か、という四つの要因によってある程度決定されている事が明らかになった。

「うまくいった」コ・ファシリテーター関係においては、ファシリテーター観が一致していたり、対等な関係だったり、既に知り合っていて信頼関係があったり、ファシリテーターとして十分に自立していたりする事が明らかにになった。

即ち、これらの要因は、コ・ファシリテーター関係がうまくいく場合にそなわっている重要な条件であると言える。そこで、これらの要因と葛藤と対処をからませた十の典型的な事例パターンを、仮設的に抽出した。ここで、これらのパターンを紹介したい。

二、事例パターン

表に要因と事例のパターンの対照を表した。表のアルファベットはパターンを表し、数字はそのパターンにあてはまる事例の数を表す。要因が満たされている場合を「○」、満たされていない場合を「×」で表す。

B R Gで二例、コ・ファシリテーター関係の葛藤が解消した事例があり、これは、以下に詳述するが、G R Gから抽出したパターンIにあてはまるものとした。さらに、各要因の組み合わせの全てのパターンが出てきていないのは、回答にそれにあてはまる事例が見られなかったためである。

以下に、事例のパターンを述べる。パターンごとに、事例を、守秘に配慮した上で、部分的に引用する。引用部は、各事例ごとに「」で表す。「…」は、中略を表す。（）内は筆者の補足である。要因1〜4が満たされている場合を「+」、満たされていない場合を「-」で表す。

表 要因とパターンと事例数

1 ファシリテーター 観の一致	2 知り合い 既存の信頼	3 対等な 関係	4 ファシリテーター としての自立	パ タ ー ン	
				B R G	G R G
○	○	○	○		J (2)
			×		
		×	○		H (1)
			×		
	×	○	○		J (1)
			×		
		×	○		H (3)
			×		
×	○	○	○	E (1)	I (7)
			×	A (1)	
		×	○	C (6) D (7) E (1)	I (5)
			×	B (9)	
	×	○	○	E (5)	
			×	A (1)	
		×	○	D (4) F (2) G (4)	I (2)
			×	B (2)	

(一)、B R G : コ・ファシリテーター
関係がうまくいかなかった場合

〈パターンA〉

初心者どうしの組み合わせ。ファシリテーターとして自立できていない(要因4一)ため、相手に依存したい気持ちがある一方で、ファシリテーター観が不一致である時(要因1一)、依存したいのにできない葛藤が生じ、葛藤を自分の中で処理しようとするが、うまくいかず、身動きが取りにくくなる。ファシリテーター自身は、自分の依存にその場では気付いていない事が多い。相手に対する否定的な感情がグループに悪い影響を及ぼすのではないかという恐れを持ちたり、相手をよく知らないために話し合いができる関係の基盤が欠けていたりして、直接話し合うという対処はできない。自分の中で葛藤をかかえこむという方法で対処し、その結果は不満足なものである。

例「あるセッションで：「アレ？これいいのかな？」と思っても、なかなか口に出せないものだ。相棒に文句をつける事になるから。また、実際には、そういう不満さえ、意識にのぼらず、そんなもんか、と氣にとめる

ことなく、相棒のやり方を見送ってしまふ。…ファシリテーター自身が十分にグループに対して独立し、客観視できないのであるから、また、グループの不安を正面からうけとめる強さを欠いているのであるから、グループは、深い体験をする事は限られるだろう。

＜パターンB＞

初心者や、キャリアが少ない、年齢が若いなどから、ファシリテーターとして自立していない（要因4一）人で、自分よりキャリアが年齢が上のコ・ファシリテーターとの組み合わせ。関係が上下であると感じる（要因3一）所から、コ・ファシリテーターに評価される恐れを持ったり、権威や親との関係をめぐる自分の個人的な未解決の課題に直面したりして自責的になる、という葛藤が生じる。

葛藤は自分の方に問題があるから生じていると考え、自分の中でかかえこむという方法で対処する。上下関係からくる窮屈さと自責から、コ・ファシリテーターとの間でも、グループの中でも自分の葛藤を表現することができず、開放性が低くなり、ひきこもったり動きが不自由になったり、自己一致を妨げられたりする。この対処の結果、事態が変化する事がない。

例「先生に怒られる事を恐れてびくびくし

ている生徒、という、こちらの一方的な思い込みによる関係…自分がまな板に乗らない事を願っていた…おとなしくひっこんでいた」。

＜パターンC＞

ファシリテーターとして自立している人（要因4十）で、自分よりキャリアが年齢が上の人との組み合わせ（要因3一）。コ・ファシリテーターに対して否定的な感情を抱く葛藤を生じる。目上である事から遠慮したりして、自分の中で葛藤をおさえるという対処をし、多少不自由になる。ファシリテーター観の不一致（要因1一）からコ・ファシリテーターに批判的な気持ちを抱いたり、ライバル意識が出てきたりする、という葛藤が生じる。パターンBの場合と異なり、ファシリテーターとして自立しているために、自分に対して否定的な感情が重大な自己不信にはならないので、葛藤の強さはより弱い。相手への遠慮から、自分の中で葛藤をおさえこむという対処をして動きが多少不自由になったり、開放性が低くなったり、自己一致が妨げられたりする。

例「相手の人には、不安があるんじゃないか、不安を解消したくて、そんな動きをしているんじゃないかと思った。不信任ややりにくさがあった…当時はライバル関係だった。…その人につっかかりたくなるのを抑え

たため、自分が窮屈になった。もうひとつ、互いのよさを生かし切れなかった。」

＜パターンD＞

ファシリテーターとして自立した人（要因4十）で、自分よりキャリアや年齢が下の人との組み合わせ（要因3一）。ファシリテーター観の不一致（要因1一）により、コ・ファシリテーターが期待のように十分に機能していないと感じ、コ・ファシリテーターに対して否定的な感情をいだくという葛藤が生じる。自分の中で「コ・ファシリテーターはまだ若いから、経験が浅いから、仕方がない」と期待を引き上げる、という葛藤への対処を行い、一人でファシリテーターをやる構えを取る。

要因2により、対処が次のように異なる。グループ前にコ・ファシリテーターを余り知らず、信頼関係ができていなかった場合には、相手に対して、冷たい気持ち、諦め無関心などの否定的感情が残る、話し合いを一切やめてしまったり、一応は行っても、気持ちを伝える事はない表面的な打ち合わせに終わる事がある。一方、グループ前から知っていて信頼関係があったコ・ファシリテーターの場合には、相手に対して、いたわりの気持ちを抱いたり、話し合いの中で「余り無理せずに自由にやれ」と支援したりする。

例1「性格的に合わなかった：その人の出

方の歯切れの悪さのようなものを感じ、その人に対して親しみを感ずる事ができなくなり、頼り無い感じを持ってしまいました。：余りその人は、グループの中で動かなかったように思います。：大部分は自分一人でやる気になっていった。：グループの中にいるその人に物足りなさを感ずると共に、その人に対して、段々冷たい感情を持つようになっていきました。：（メンバーは二人の関係を）バラバラに感じたでしょう。ファシリテーターとしては、私一人を意識することが強くなったかもしれせん」。

例2「グループをやっている時に相手の状況“今、どんな感じにいるのか””どのへんの人を見ていくのか”という心の動きがつかめなかった：””がうまくとれない。自分が誰かと関わっている時、他の人を見てサポートしてほしいと思うが、それがなく、自分が安心して誰かと関われなかった。」「（かつてコ・ファシリテーターは、自分がファシリテーターだったグループのメンバーだった事があるので）やりづらいんじゃないの」「もっと自由に動いてごらんよ」と話した。そのうち、””は両方全部こっちが引き受けなくちゃいけないのかな、という覚悟ができた。少しコ・ファシリテーターを見守ろうかな、という感じ」

＜パターンE＞

ファシリテーターとして自立している（要因4+）人で、コ・ファシリテーターと、オリエンテーション、ファシリテーター観の不一致（要因1-）により違和感を感ずるといふ葛藤が生じる。話し合いによって葛藤に対処する。その結果、違いを確認するが、歩み寄る事はなく、一歩ひいて、見る感じになり、関係にチグハグさが残る。

例「コ・ファシリテーターのグループへの基本的オリエンテーションがTグループ的な所があつて、うけとめにくい所がまま見られた：双方で、グループのメンバーとの話し合いを経過説明する形で了解した。双方の処置：を反省し、この事に対するメンバーの不満・アグレッションは双方で理解し合った。（コ・ファシリテーターが）メンバーのアグレッションを少し軽く理解しており、軽んじている態度が疑問として残っている：オリエンテーションの違いが、ちがはぐな関係をもたらしたと思う。二人のファシリテーターの人間観・グループ観に基づく実際行動・反応・動きがチグハグさを生じ、グループに影響を「善・悪」、もたらしたと思う」。

＜パターンF＞

コ・ファシリテーターが教祖的な人物であ

り、権威的で、自分のお気に入りのメンバーの中心にしようとし（要因1-）、他のファシリテーターを、ファシリテーターとして認めていないかのようなありかた（要因3-）である場合、コ・ファシリテーターに対して否定的な感情が強く出てくる葛藤が生じる。自分の中で諦める、あるいは、教祖への反逆者としてグループの中で動く、などの対処をするが、事態は変わらない。

例「コ・ファシリテーターは、「自分こそエンカウンター・グループのはしりの頃からファシリテーターである」と信じていて、準備を一緒にするとか、話し合いを定期的に行つて計画に沿つて仕事をするという姿勢に欠けており、まるで「教祖」だった。：私へ、共に仕事をする一員とみるより、メンバーの一人としてみていた。：まるで権威に押し潰されていたようで、たまらなかつた：グループ内で直接コ・ファシリテーターに直面すれば、メンバーはさらに混乱を来すであろうから、直面をできるだけ控えて、コ・ファシリテーターのやりたいようにやらせる。すなわち、私はただそこにすわっているのみ、の存在に徹する事になった：本人と話す。（コ・ファシリテーターは）自分の姿勢を頑として崩さない、聞き入れない。私はあきらめた：私はグループでは全く動かなかつたし、コ・ファシリテーターは気にいった者を身近に引

き寄せる事で、グループは二分した…何のためにワークショップに参加したのかわからないままに、解散した」。

〈パターンG〉

コ・ファシリテーターの心理的な問題が大きく、グループの中で、ファシリテーターとして不適切であると思われる行動がみられる(要因1ー)場合、コ・ファシリテーターに対して否定的な感情を持ち、葛藤が生じる。コ・ファシリテーターの心理的な問題をケアしたり(要因3ー)、コ・ファシリテーターの動きの結果身動きできなくなったメンバーをフォローするなどの対処をするが、自他への否定的な感じは残る。

例「相手は、ファシリテーターとしてではなく…ひどく曖昧に、メンバーともつかず、ファシリテーターともつかず動いていたと思う。時々、全くクライエントになってしまっ、神経症的になってしまっていた…コ・ファシリテーターをメンバー以上にcareしなくてはならない感じで…とてもやりにくかった…コ・ファシリテーターと毎晩1〜2時間話し合った。なるべく個人counselingにならぬようにと思ったが…完全なtherapist of counselingになってしまった…彼はファシリテーターとは、という意識を殆ど持てない人であった…終わり頃には、グループ中で彼

の事を問題にもした…メンバーは、コ・ファシリテーターのあり様に強く影響されて、動揺し、混乱していました…ファシリテーターとして、そのようなあり方をチェックして、それ以上出せないようにし、終わった後の時間をその事の処理にあてざるをえない感じでした」。

(二)、GRG:コ・ファシリテーター
関係がうまくいったと思われる場合

〈パターンH〉

ファシリテーターとして自立している人(要因4+)で、コ・ファシリテーターが、自分よりキャリアや年齢が上である人との組み合わせ(要因3ー)。コ・ファシリテーターを信頼し、安心して自由に動く。よく知っていた人の場合に、ファシリテーター間の距離が近くなりすぎて依存が出るという問題が、また、よく知らなかった人の場合に、距離が遠い感じで遠慮するという問題が生じる事もある。しかしそれらは、相手や自分に対する否定的な感情が決定的な不信感にまでは至らない、軽い葛藤である。話し合いによって対処し、その結果、葛藤は解消される。

例「私がコ・ファシリテーターを頼りすぎ

ていて…非常にほめた。グループの外で、コ・ファシリテーターから「ああいう事をいうと、グループのみんなの動きを自由にさせなくなるからよくない」と言われた。コ・ファシリテーターとの関わりがベッタリしちゃうと、ファシリテーターへのAggressionが出せなくなる危険を感じた。…同調しすぎていた指摘されて、お互いに独立が保てた」。

〈パターンI〉

ファシリテーターとして自立している人(要因4+)で、ファシリテーター観の不一致(要因1ー)から、葛藤が生じる。葛藤は、相手や自分に対しての否定的な感情が決定的な不信感にまでは至らない程度である。話し合いにより葛藤に対処し、その結果、葛藤が解消され、関係がより親しい、開かれたものとなる。

例1「暗黙裡にお互いに相手にまかせておけば大丈夫、と思って動いていた事を反省し合い、話し合いを途中で止めた結果、もっとそれぞれを持ち味を出し合って動こう、という事になった…むこうは、私の方が、この道では先輩なので、私にまかせておけば、安心と思っていたらしい事に途中で気づき、その事を確かめ合い、お互いに自由にもっと動こうということになりました…以前より親しみと信頼感が増しました」。

以下の例は、BRGとして回答された中で、例外的に、葛藤が解消された事例であるため、パターンに含むのが適当であると判断した。

例2「ファシリテーターを養成する、といった側面を持つグループであった：相手もかなり苦しみながらも努力している事が伺え、余り自分が表に出る事を控え目にしていた。そのような配慮や約束が、かえって自分にも、そして相手にも不自由さを与え、スムーズな動きとはならなかった：特に個人的に親しくしていた訳ではなく、もう一つ、相手の動きに理解し難い面を感じていた。―それは相手の気負いや焦りもあり、普段の様子と違っていた事もあるが―そのため、コ・ファシリテーターとメンバーが対決してしまった時、メンバーを支える側に自分がまわってしまい、コ・ファシリテーター一人が浮いてしまうというような事になってしまった：1、コ・ファシリテーターと話し合う。①場面をフィードバックして、メンバーの心の内や流れを改めて振り返ってみる。②コ・ファシリテーターの個人としての感情の流れを振り返ってみる。自分自身で振り返れるよう、話しを聞く。③お互いの率直な意見交換と役割の修正を考える。2、スタッフ・ミーティング、①オブザーバーや他のスタッフからも意見を聞き、流れをもう一度フィードバックする。②他のグループの様子を聞く事により、

焦りや不安のある事を解消する。③スタッフ・ミーティングそのものが、一つのグループとなる所で、本人の感情などを、他メンバーに受け止めてもらい、洞察を促進する：（その結果）自分の中にあるごちなさの解消が明確になり、相手に対して援助する気持ちが改めて浮き上がってきた：信頼関係が出来たこと―お互いを知り、理解できたので―とお互いにに焦らず、メンバーを信頼していくことの確認が成された」。

〈パターンJ〉

ファシリテーターとして自立している人（要因4+）で、以前から親しい（要因2+）ファシリテーターとの、対等な関係の（要因3+）組み合わせ。グループに非促進的影響を与えるような重大な葛藤は生じない。関係を余り意識しない。相手を信頼し、自由に、自己一致して動く。

例「コ・ファシリテーターとは、日頃からPosiであり、Negaであれ、よく話していた。：だから、コ・ファシリテーターと一緒に仕事をする事で、緊張感を感じないし、私は、自由に我が儘に振る舞えた。コ・ファシリテーターもそうだったと思う。―コ・ファシリテーターと私は、師弟関係でなかったのもよかったのかもしれない。―社会人どうしとして出会ったから。このことは、二人

共、一致している：何か、のりこえねばならない問題の時、私は、自分で判断するより協同でしようという思いがいつもあった。それは、分かち合う―よいことも、悪いことも―事をコ・ファシリテーターと体験しようと思ったから。安心し、信頼していたから」。

三、おわりに

以上のパターンが、ファシリテーターの方々に、自分の経験に照らしてコ・ファシリテーター関係の問題に思いをめぐらせていただききっかけとなれば幸いである。考察は、次の機会にゆずりたい。（なお、本稿は、林（一九九一）から抜粋、加筆・修正したものである）

引用文献

林もも子 一九八七 探索的研究方法：多数事例報告データによる仮設探索―エンカウンター・グループにおけるコ・ファシリテーター関係の研究経験に基づく一考察―人間性心理学研究 第五号 四五―五二
林もも子 一九九一 エンカウンター・グループにおけるコ・ファシリテーター関係の葛藤の対処について―探索的研究に基づいて―一九九一年東京大学教育学部紀要 第三〇巻 一五五―一六四

出会い百選 ⑪

スコットランドで開いた出会いの花

畠 瀬 直 子

空気って味がついているのでしょうか？

スコットランドのスターリングという、日本の学生なら寂しくてノイローゼになってしまいそうな静かな村（あちらではシティーですけど）にある大学に行ってきました。空気がおいしくて、口をバクバク開けながらキャンパスを歩きました。

私が名神高速をぶつとばすような生活してからののでしょうか？ 空気がおいしくて、まずい学生食堂の食事でも苦にならずハッピーになっていたら、鼻炎がみでぐずぐずしていた鼻がすっかり健康になり、またまたびっくり。アレルギーで悩む人のためのスターリング健康快復村を作るといいのではないかとアイディアが浮かんで消えました。

時は九十一年七月のはじめ。シャクナゲ、バラ、りんどう。あらゆる花々が、一気に咲く地で、「寒い、寒い」と連発していたら、「私達にとっては寒くないんですけど」と言われてしまいました。そうです。みなさん、夏を本当に喜んでるんです。沼地では、冬になると日本にやってくる鳥達がひよこを連れて騒いでいます。「あんたたち、こんな所で子供をそだててるの？」と思わず声をかけそうになりました。

もう十年來の友人のホイジンガーが、にこ

にこしながらタオルをかかえて寮から出てきました。「どこ行くの？」「泳ぎに行くんだよ」私は思わずムカッとしました。だって、いまから研究発表がはじまるんです。

陽光にめぐるまらない国の人々にとって、夏の一日一日がどんなに大切か、ムカッとしながら、やっと痛感しました。国際会議に出ると、知識の交流よりも世界の広さと多様さとのぶつかりあいのほうが新鮮に迫ってきます。開国百二十年。国際化って、なかなか大変なんですね。結局、ひとりひとりが体験に刻まなきゃならないんでしょうか。

九十二年七月。国際エンカウンターがオランダであって、ホイジンガーが事務局長。彼、有名人らしいけど、本当に大丈夫かな。あー、また日本人感覚が出た。日本式お世話が、世界共通ではないんですものね。

*

第二回来談者中心療法ならびに体験過程療法国際会議でひらいた出会いの花々は、何ともふしぎな花々でした。《来談者中心療法ならびに体験過程療法への文化的哲学的挑戦》というシンポジウムで十分ほど話す役目をもらっていました。よほどパフォーマンスをいれないとみなさんを引き付けられないので、



●世話人の皆さんと日本からかけつけた私達

「東洋の香りをみなさんに感じていただきたい」とお香をたいてみました。この時、大失敗をしました。絨毯にお香の跡をつけてしまったのです。日本でやったときには自然に消えたのに、分厚いダンボールを焦がし、その下の絨毯まで焦がしたんです。空気の乾いた国もあるのです！

ひょっとして、今も笑い話になっているんじゃないかと、時々思いだしてゆーつです。あとで、ミルクをたっぷり入れたコーヒーマイミの肌の人に見える男性が話しかけてきました。シンポジウムは、私とロンドンで活躍している黒人のサイコロジストと南アフリカ人の心理学者が話題提供だったので、全体の雰囲気（参加者はほとんど白人でした）差別感があつたと、カッコしておられました。南アフリカ連邦を逃げだしてアムステルダムで仕事しているとのことでした。私も白人の中で、心おだやかでない瞬間もあるので、怒ってくれる彼に親しみを感じて何かいいました。そしたら「白人の国なんて、日本人の賢さと経済力で踏みつけになるさ！」たまげました！ ひそかに、そんなこと願ってる地球人が他にもいるかも知れません。平和を築く歩みを進めるって、こりゃ、よほど慎重にしないっちゃ！

*

印象に残ったのは、自分自身の「長い鬱症状態体験」の発表です。その時は「これが国際会議の発表？」と思いました。でも、そんな思いの湧く自分自身の研究観に狭さを見いだしました。今は誠実な専門家として働いている彼女ですが、堅い能面のような表情が残っていて、その存在自身が偽りなく発表を実証しています。ポーランドで大学を卒業して、その後ヨーロッパを転々として、結婚にも失敗して、精神的にもやっていけなくなつて。ロジャース理論のセラピストに出会つて。少しずつ自己の体験を自己のものとして取り戻して。

「叫んでいるのに、だれにも聞いてもらえなくて苦しんでいるあなたの叫びが、私には聞こえましたよ。あなたの気持ち、わかりますよ」と書いた紙切れを入れたびんをいっぱい海に流して、それが、世界中の岸辺に届いて、人々を力づけているような、そんな気がする。」これは自分の本が世界中で読まれていることに対するロジャースさんの感想ですが、「あー、ここに、カールの流したびんを拾ったひとがいるんだ」と、日本に帰つてから思いました。

それから、彼女が『体験』という言葉は何回も何回も使ったのが深くきざまりました。治療が進行するということは、本人の体験が本人のものになるということだと気づいたのです。ヨーロッパのサイコロジスト達が「体験過程」を大切に考えている点も納得できました。

日本でも学園紛争時代、クライエントも学会員として迎えるべきだと主張してした人がいたのは、そういうことだったのでしょうか？ ただ、彼らは性急すぎてプロセス途上の人も入れると迫つたので、それでは研究者の迷いを正直に出し合つて見つめる場がなくなるので学会そのものが消えてしまいました。

*

最近の私はアメリカ人嫌い病になっていたのですが、その偏見をひっくりかえすアメリカ人に出会いました。ウッドマンというカリフォルニア大学ロサンゼルス校の先生で、セルフ・ヘルプ・グループをやっている人です。あの温厚さは、ロジャースさん以来だなー。ビデオを買いたいと言つたら、「そんな必要はない。コピーしなさい」とでっかいのを貸してくれた。あの親切さ、ジーンときちやっ



●シンポジウムのひとこま

た。だって、「日本に行きたいです」と言われ
「ぜひ、いらっしゃい」と答えると、「招いて
もらえませんか？」と言われることがあまり
に多いんです。私、大変な費用をかけて学び
に出ているので、最近、傷ついていたのです。
ただ、ビデオのコピーが大変でした。「こ
んなのコピーする機械ない」とあらゆる所で
断られたんです。なにやら、でっかすぎると
は思っていたんですが。そこは中年おばさん
の厚かましきで、「これ、すごく大切な記録
なんです」と食いついて離れなかったら、大
丸デパートの係長さんが知合いのマスコミ用
ビデオ製作会社に連絡してくれました。大丸
さん、ありがとう。

セルフ・ヘルプ・グループ心理学には、ロ
ジャース理論がとてふフィットするそうです。
まず、共感の表明。第二は、受容と肯定的関
心。これはセルフ・ヘルプの鍵となる要素で
す。第三は、真実であること。オープンであ
ること。第四は、人格発達にこれほど自然に
寄り添う理論はないこと。第五は、他のシス
テムに対して許容的であること。

ただ今、全米に四〇〇〇のセルフ・ヘルプ
・グループが展開中とのことです。アメリカ
では、カウンセリングや心理治療に保険が適
用できるのですが、財政難のために保険がパ

ンクして、徐々に保険適用が難しくなりつつあるのだそうです。未来学者の試算によると、二十一世紀にはセルフ・ヘルプ・グループが精神援助の要になるんだそうです。

まあ、地球人全体の幸せという視点からは、今日の形は変えざるを得ないかも知れませんが、どう動こうと楽しんで行きたいものですね。私達も、未来学者とやらと知り合いになる必要ありそうですね。あー、いよいよ、コンピュータ・シミュレーションとやらと仲良くならなきゃいけないんでしょうか。頭痛いな。

グッドマンさんに会って、湾岸戦争でついた傷がすこし癒された気がします。

休み時間に、何やら、ややこしい発音の夫婦と隣あわせました。「どこの国からいらっしやったんですか？」素朴な初老の夫婦は、ごく自然に、おだやかな表情を変えもせず、「地元の方です」。そうでした。スコットランドの英語は難しいのです。それにしても、こんな時、どんな顔をすればいいのでしょうか？

*

おもしろいメモがあります。「チェコスロバキアのカウンセラー・トレーニングに驚く。

トレーニングを受ける立場に自分を置いてみると、まるでパブロフの犬になった心境だ。参加者がたった三名だったので、相づちを打ちながら一生懸命話を聞いてくれたことになる。体の芯がジーンと疲れているのがよくわかる。」この日本人の国際親善をしたい熱意、伝わったかしら？ 世界はやっぱり広い。それにしても、チェコスロバキアの先生、どこがロジャース理論だったのだろう。

『ヨーロッパにおけるロジャース理論の未来』というシンポジウムでのこと、先生方のロジャース理論を残すにはトレーニングを高度にしていくべきであるという高まいた議論の後、かわいらしい学生が発言しました。

「私はロジャース派の治療を受けて助けられた者です。クライエントが本当に役立つなと思った時に、それが真の動かす力になると思います。」

二十才を少し出たくらいのイギリスの女子学生でした。国際学会で！ 世界中の学者の前で！ 明るく、ものおじしないで！ ここはイギリスだなーと、ズシンと思いました。

この人達が二十一世紀の担い手です。ロジャース理論は、ロジャースさんが一番望んだ形で未来へ引き継がれていきそうです。



この学会は三年毎に開かれます。次は九十四年。ウィーン大学が担当です。ロマン主義が花開いたウィーンへ、みんなでいきませんか？

- カウセリングは大学生生活を支える重大要素になっているようです

● はたせ なおこ
滋賀大学保健管理センター

楽しみながら成長の跡をたどれる個人通信

鈴木 聖 幸

個人通信とは

個人通信とは、その名の通り個人的な思いを書き、それを人に読んでもらうものである。他人に読ませてもよい日記のようなものといってもよいだろう。

わらばん紙大の紙に、一枚を一号と数えて書いている。現在の形（「コンパス」と名づけている）になってから一年半になり、六十四号を出している。

この通信のキャッチフレーズを、「ごく親しい人だけに配布する」としているの、印

刷部数は二十部前後と少ない。私が参加している授業やクラス経営の実践を交流するサークルのメンバーを中心に、十四、五名の人に継続的、あるいは時折読んでもらっている。

個人通信をかく楽しみ

【書いたものを読んでもらえる楽しみ】

子どもの頃から書くことが好きだった。書くことそのものも楽しいが、やはり読んでもらえる人がいると思うとせいがでる。今まで気づかなかった自分に気がついた時や、おもしろい出来事が起きたときなど、これをかけ

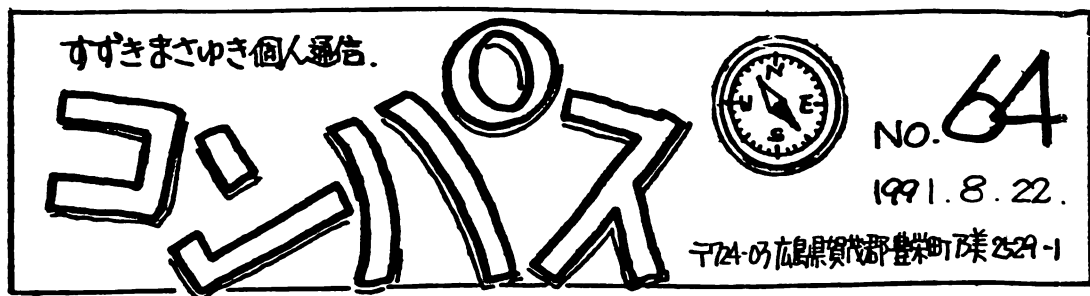
ばきつと、おもしろいと言ってもらえるだろうと思うと、「よし書くぞ。」と意欲がわく。書いて送れば必ず葉書で感想を送ってくださる読者が、四、五名いる。その葉書をよむことも楽しみの一つである。

個人通信継続の原動力は「おもしろい」といって読んでくださる読者の存在である。

【書くと落ち着く】

一九九〇年四月の入学式は異例のものとなった。「日の丸、君が代」の教育現場への強制が実施されたのである。

反対する生徒、教職員と、県教委の命も受けて実力行使した管理職との間で入学式直前



(筆者が発行している通信紙のタイトル)

まで学校は騒然とした雰囲気につつまれていた。私はその中で新入生を迎えた。

管理職の強引さに、果たしてこの先安心してクラス経営ができるのかと不安になった。

不安は一ヵ月あまりつづいた。このまま不安をひきずるのはよくないと思い、「日の丸、

君が代」問題について個人通信にかいてみたあまり期待していなかったが、これを書いたら自分でも驚くほど落ち着いた。

個人通信は、私の精神安定に役立っている。

【どんだん案になる】

「コンパス」の前に一年程、前身となる個人通信をかいていた。「ボチボチ」という名前がついていた。「ボチボチやりましょう」の、あのボチボチである。この文章をかく前に久しぶりに創刊号をひっぱり出してみた。

その冒頭部分を、少し長くなるが引用する。

「ガンバレという言葉は、すぐくはげみになることばではあるけれど、一方では肩に力を入れて力を抜くことを許さない厳しいことばになることもあると思う。僕の今の心境でいけば、『ガンバレ』とただがむしゃらに突っ走ろうとするよりも、もう少し肩の上ののった砂袋をおろして『まあまあできればよい。そして少しずつ良くなればよい。』と思うことで余裕をつくり、授業も生活指導も実践的に向上させていきたい。という気持ちな

のだ。ただただ上を見て、それでないといかないと高望みすることにエネルギーをつかうのではなく、もっと自分のやっていることそのものに目を向けたい。冷静になりたい。もっと正直に言えば案になりたいのだ。」

最近、特に目的など意識しなくなったが、創刊時は目的意識があったことを思い出した。今回この引用した文を読んで驚いたのは、その目的が二年と半年の間にどんだん達成されていることである。

『コンパス』第十二号「笑う門には福来たる」では、自分が、うれしいことがあっても単純に喜んだらその後の進歩がなくなると思いいこんでいたことに気がついたこと。さらにその思い込みから解放されて心の底から大笑いできるようになったことを書いている。

『コンパス』第四十号「サボりましょう！」では、他人から依頼されたことよりも、自分のやりたいことを優先できるようになり、自由になれてうれしいと書いている。

『コンパス』第五十五号「サラリーマン教師への道」では、「怠けたら墮落するのではないか」という観念に気づき、あえて苦しい道を選択することなく、自分の居心地のよい道や方法を選択しても自分を許せるようになったことを書いている。

どんだん自分をしばらくつけていたタガがはずれていくことを確かめられる。

【成長の跡がたどれて自分の支えになる】

こうしてしてみると、自分がどのように成長しているかをたどることができる。個人通信の良さは、この継続性と連続性にあるのだろう。

職場で事がうまく運ばない時、プライベートな面で悩む時、この通信をよみかえしていることが多い。そして、現在私が抱えている課題も、これまで解決されてきた課題同様、解決するときにぐるぐると思うと、非常に心強く思える。苦しい時の心の支えにもなっている。

個人通信をかくコツ

【楽しみながら書く】

自分の嫌いな所を赤裸々にかくことも、時には必要だと思うが、いつもそれでは、落ち込むばかりで積極的に自分の人生を生きることはつながりにくいと思う。私は、なるべく自分で「楽しくかける」題材をさがして書くことにしている。

「楽しく書いて、自分を深められるはずはない。」と反論もあるが、私はそれにくみしない。カッコ悪かったけれど自分の頑張れたことや、自分で自分のことは好きになれない

けれどかわいげのある所もあったというような事こそを拾いあげることが大切だと考える。

こうしたことは見つけにくいことではあるが、見つかってそれを書く分には楽しくかける内容ではなからうか。楽しみながら書かなければつづかない。

【ストレートに本音をかく】

これは、読者に「おもしろい」といってもらうコツでもある。例えば、これはまだ書いていない内容であるが、私の学校では学校をあげて甲子園予選の応援をする。この応援団の世話がなかなか大変で気をつかうのであるが、初戦敗退でホッとした。

というようなことを、実感にもとずいて書くこと共感をよびやすいようである。

【少なくともよいから、固定した読者をみつける】

とはいえ、先の内容を校内で配って回るわけにはいかない。いざこざのもとである。

配る相手は、自分にとって安全な人物をえらぶことが必要だ。できれば、返信をマメにしてくれる読者がみつかるとうい。

最初是他の用件にかこつけて、一緒に文章を送り、「おもしろい」と反応がえってきた人にだけ、次を送るようにしたらよい。送りはじめの内容は、さしさわりのない近況報

告あたりがよいだろう。

【自信のあるものは公の場に】

こうして書きためていったものの中には、公にしてもよい内容もあり、自信作もでてる。そうしたものをリメイクして、最近はやりのミニコミ誌や、新聞、雑誌などに投稿するのもおもしろい。自分の文章が活字になって載るのは、また格別なものがある。私は、福岡人間関係研究会が発行している「エンカウンター通信」を発表の場として利用させていただいている。個人通信そのままを送ったことはないが、個人通信の精神を生かした文章を書いて載せて頂いている。

おわりに

誤解のないよう申し添えておくが、個人通信をかけば、どんな楽になるということではない。私のまわりには、私を支えて下さる多くの方々がおられる。楽になつてきたのは、その人達の関わりがあつてこそである。

個人通信は、そうした方々の中で成長してきた自分の位置を確認し、次の課題をみつめる手段として機能しているといつてよい。

嵐のエンカウンター (2)

団 士 郎

永い午後

時間をずらせて、何を食べたのかもわからない慌ただしきで昼食を済ませた。腹が空いていたわけではない。「食べない」というアピールを含んだ行動の選択が出来なかった。誰がまだ食べてないのだろうという話になって、親切で尋ねてくれる人があるかもしれない、そのことが嫌だった。

訓練生の今日からの居室になっている和室に戻った。いろんな思いでここまでたどり着いた人達や、午前中のセッションで始まりかけたことへの興奮と期待に饒舌な人、起きてしまった事態の收拾策に密かに走り回っている人達の熱気が、清泉寮全体に満ちていた。そんな中でただ一か所、自分がうずくまってもいいと思える場所がここだった。わずかながらも役割と責任を考えていなくてはならない部屋や、たくさんの参加者の行き交うパブリック・スペース

からここに戻って膝を抱えて座っていると、自分のどこにこれほど貯めてあったのだろうか、驚くぐらい涙が流れて止まらなかった。

*

この時私は、大学四年の春のことを思っていた。就職のための健診で、レントゲン写真に影があると言われた。断層写真で肺結核と診断され、卒業をあきらめ、半年余りの療養を余儀なくされた。思ったこともなかった結果を聞かされた診療所からの帰り道、いつもの通学路の四条烏丸から高槻市までの阪急電車に乗り合わせた人達が、皆一様に心配事のない幸福な、遠く離れた人達に思えた。こんなにくさん居る中で、選りによってなぜ自分なのだと繰り返し繰り返し返した。あの時のことを思い出していた。

しかしそれでも、あの時の方が今よりは、ましだと思っていた。学生だった私には、まだ何も始まってはいなかった。しかし今度は、どんな事があろうと、それなりにうまくやってゆく術はわきまえたと思っていたところで、こんな事になってしまった。これを一生ひきづることになるのだろうかと思うと情けなかった。

午後のセッションは関心別に自由に集まる時間だった。ファシリテーター訓練生達も、それぞれ気の向くところへ出かけることだろう。でもその前に、誰か一人でいいから部屋に顔を出してくれないものかと思っていた。訓練メンバーの誰かに話しかかった。そして味方になってもらいたかった。しかしそう思う一方、こんなことをしていたら自分は駄目になってしまうのではないかと、不安になっていた。日常の仕事や生活の場に戻れば、それなりに役割を果たし、まわりの信頼も得ているのだ。こんなところからはもう退散しようと考えて、帰る荷造りも始めていた。そしてその決心をメンバーの人達に書き置きするつもりでペンを走らせていた。書いても書いても、尽きることはない思いがわきあがってきて、長い長い手紙になった。

そんな時だった。二人のメンバーが部屋に戻ってきた。私の様子のおかしいのに気付いた彼らは「どうしたの？」と聞いてくれた。嬉しかった。そして話はじめたら止まらなかった。話すことで少しは癒やされる思いと、黙って聞いてくれる人の喜びが胸にしまった。途中でほかのメンバーが戻ってくると、また話した。

誰かが部屋に顔を出す度に、同じことを繰り返した。最初に戻ってきた二人は、同じ話をいったい何度聞いてくれたことだろう。そしてその時、彼らは異口同音に「ここであったことは、ここで解決していかないと、本当に一生引きずっていくことになると思うよ」「みんな力を貸すから、帰っちゃったりせずに留まったら」と語った。

こんなに世話をかけて甘えている自分が、情けなく、しかし嬉しくもあった。彼らは、午後をこの部屋で過ごすつもりだった訳ではなかったであろうに、夕方まで私の繰り返し話にじっと付き合ってくれた。こんなにわがままに自分のためだけに、他の人達の時間を使ったことは今まで一度もなかった。

女神のあらわれた夜

夕食、そして夜のセッションがどうだったのか、全く覚えていない。自分がどこにいたのかも思い出せない。次の記憶は、第一日のセッション終了後のスタッフ・ミーティングだ。起こった事態は、人間関係研究会のプログラム全体にとっても、大きな問題を含んでいたようだ。話題は当然そこに集中した。しかし当事者の一翼を担う私は、問題をそういうふうにとらえ直せる状態ではなかった。昼間の繰り返しのような報告をし始めると又、涙がこみあげてくるのだ。スタッフの先生達はみんな、よく聞いてくれた。とにかく退散することは一時保留して、今夜はメンバーと一緒にいようと思えるようになっていた。

*

夜の十一時を過ぎていたのではないだろうか。ミーティングが終わって、部屋を出た。ドアの向かい側がトイレだった。通り過ぎようとする私の前で、女子トイレの戸が開いて、二番目につかかられたTさんが出てきた。私は合わせる顔がなかった。この日の朝、初対面で十分はど同席の後、彼女がどこでどうしていたのかを何も知らないコ・ファシリテーターが自分だった。しかしTさんはこの時、私が考えもしなかったことを言って、近づいてきた。「団さんだけ！私の気持ちをわかって言ってくれたのは！」そんな言い方だったと思う。私はあの事態が発生したとき、何か自分が口走っていたことは覚えている。しかし内容は全く覚えていない。Tさんが言っていることに確かな心当たりがあるわけではなかった。例えて言う



なら、買ったことも忘れていた宝クジが当たったと、突然知らされているようなものだった。でも嬉しかった。Tさんが私のことを知ってくれている、そのことだけで十分に嬉しかった。朝一番に、どうにもならない事態に投げ込まれ、どうすれば立ち直れるのか見当もつなかいまま夜を迎えていた私にとって、Tさんは本当に救いの女神だった。自室に戻った私は、かなり興奮気味に今起こったことを振り返っていた。

*

今日一番大変な思いをした人の一人は彼女だろう。それに比べれば、私に起こったことなど、そう声高に吹聴するようなものではない。しかし私は完全に落ち込んでいた。生まれて初めてと言っても過言ではない、最大の無力感に打ちのめされていた。そんな私を、あの状態の彼女が救い上げてくれた。無論彼女にそんな気持ちはないだろうが、私にははっきりそう言えることであった。人がどんな時に、どんな風に他者を支えることができるのか、ものすごいことを経験しているのだと思った。トイレから現れた女神は、それとは知らず、私が回復したいと確信していた一日を、ただの一言で癒やしてくれた。「人間にはこんなことが起こるのか!」と驚きと感動にただ圧倒されていた。

これが大きなきっかけになって私は、この世の中のありとあらゆる巡り合わせには、何か巧まざる必然が隠されているのだと思うようになった。

うねりの中

どんなに苦しい思いをしていても、眠くもなれば空腹も感じる。やがて眠ってしまった私にも朝は訪れた。幼いころ「今泣いたカラスがもう泣き止んだ」と、泣き虫を囃し立てた覚えがあるが、布団の中で自分で自分をそう思っていた。昨日のことが、遠い昔のことのように感じられた。どうなるかはわからないが、とにかく今朝から再スタートの気分だった。訓練生達と一緒に、朝食を食べた。食堂のテーブルにいて、昨日の昼食のことを思うと、信じられないほどの振幅の一日を経験したという思いでいっぱいだった。A君のこと、Sさんのこと、そしてTさんのことと、気掛かりな事はあるのだが、とにかく我が身に起こった大きなうねりを越えたという実感に、気力は回復しかけていた。

朝のセッション開始まではしばらく時間があつた。食堂を出て自分達の部屋へ戻ろうと、低い階段を下りて廊下を真っ直ぐ行きかけた。その時Tさんの姿が目に入った。廊下の横の談話室で一人だった。向こうも私に気がついたので、嬉しくて側に行つて「朝食はもうすんだ？」と聞いた。とたんに彼女の目から大粒の涙がこぼれ落ちた。どうしたのかと問う間もなく、私の腕をつかんで彼女は泣き続けた。よくわからないまま私は、黙って側に座った。

*

その時、私の中ではこんな事が起こっていた。元々私は、どちらかという元気が取柄の男である。おおむねこういったタイプは、人間の弱さへのシンパシーに欠ける。私も全くそのとおりで、なすすべもなく打ちひしがれている人とか、悩みをクドクド垂れ流している人を見ると、「そんなこととしていて、どうなるの?どうしたいのか言えよ!」と叫びたくなってしまう。だから病人のベッドの横に居るとか、泣いている人の側で、一緒に過ごしてあげるなどというのは大の苦手である。しかし私はこの時、そんなふうには思わな

かった。

昨日一日で自分がコロッと変わったなどと言いたくはない。しかし実感として、本当にどうしたらいいのか判らなくて、ただ泣くしか方法がない時が人にはあるなあと思っていた。冷静に、起こった出来事の始末だけを言えば、どうしたいとか、誰にしてもらいたいとかがあるだろう。しかしそれはまだ先のことなのだ。彼女は今、自分に出来ることを精一杯にしている。それに付き合うのにもっとも適しているのは誰だろうと考えたら、私だった。そして彼女はあそこ偶然いたのではなく、私が朝食を終えて出てくるのを、泣きだすのをこらえて待っていたのだと気がついた。

*

やがて朝のセッション開始時間になった。N先生やコ・ファシリテーターのOさんが心配して見に来てくれた。しかし私には、これからどうするか相談しようなどという気持ちは全くなかった。「大丈夫です。僕がここにいますから、グループを始めて下さい」そう言いながら私は、ここが今自分のいるべきグループなのだと思います。始めていた。そして「こういうことになるのか!E・G・というのは凄いいんだなあ」と心の中で、何かが少し解ったような気持ちになっていた。

これが二日目の朝のことだ。E・G・の日程は三泊四日、まだ時間はいっぱいあった。しばらくこうして彼女が落ち着いたら、一緒にグループに戻ればいいと思っていた。しかしこれはまだ私が、人間というものを知らないことの証であった。

つづく

《書評》

上田紀行著『覚醒のネットワーク』（カタツムリ社）

木村 易

これは可愛い表紙で装われた小さな本です。やさしい言葉で書かれていて著者も言うように二時間位で読み通すことができます。しかし、扱われているのは「差別と暴力の渦巻くこの世界をどうやって変えていけるか」「私たちはどうやって生き生きしていけるか」という容易ならない二つの問題です。この二つの問題は、実はひとつのものだと著者は言います。

著者の上田氏は『スリランカの悪魔祓い』（徳間書店）を著し、最近テレビヴィその他でも大活躍の元氣な（一九五八年生まれですから今年で三四歳の）文化人類学者。この本の元になった原稿は、著者がスリランカ滞在中に「急に〈書きたい〉という欲望が湧き起こり」三週間くらいあいだに憑かれたようにして書き上げたものです。日本でどんなボールを投げられてもそれなりに打ち返す術を磨いてきた著者は、誰もボールを投げてこないスリランカでバットを持ったまま呆然と立ちつくしてしまいます。この本は、投げられた

ボールを打ち返すバッターからこの世界にボールを投げ込んでいくピッチャーへと変身した彼が「コントロールも何も考えないでただホームベース目指して力いっぱい投げ込んだ直球」なのです。

奥付にある略歴によれば、政治的改革を志す遅れて来た「社会派少年」であった著者は十代の後半から「私」探しの旅に出ます。分子生物学か生態学かと大学は理科系に入学したものの「科学的合理性」に疑問を抱いて転向、アジア、ヨーロッパ、アメリカをさまよいインドで強烈な癒しを体験、ガンジス河に浮かべたボートの上で〈元氣の素〉に出会ったのですが、「しかし、自分が舞い上がるだけで越えられるほどの現代社会は甘くないことを日本で痛感」、新しい市民運動に関わる一方「自己」を発見し癒す様々なセラピー、ワークショップに参加、八六年から二年半スリランカに赴いて、伝統医療「悪魔祓い」と農村開発運動「サルボダヤ」についてフィー

ルドワークを行います。これは見事なほどに現代を生きる若者の典型像の軌跡です。

この本に溢れる明るさや健康さに驚きや当惑を感じる読者もいそうですが、その人はこの略歴からこの著者が、ある時期にはおそろくいやという程暗さを知り、その暗さをくぐり抜け病から癒された故に、獲得した明るさであることを読みとるべきでしょう。「地球大のシャーマンになる」ことを著者は読者に呼び掛けていますが、しばしばシャーマンはシャーマンになる前に荒野を彷徨し飢え、死と闇を経験しなければならぬのですが、著者にもそんな荒野での時期があったように思われます。

著者は私たちの世界が「何かおかしいんじゃない？」と問いかけます。私たち自身の「いのち」、私たちを取り囲む地球の「いのち」がいま病み、危機に瀕しているのです。この危機は何によってもたらされているのか、そしてこの危機をどうやって乗り越えていけばいいのか。その解答は「私」の中にあるのだと著者は言います。「私たちの『私』は、実は私たちが本当に望むものを邪魔するような『私』でもあるのです。そして、そんな『私』のあり方といまの世界の危機的状況は鏡のこちら側と向こう側のようにびったり重なっています。「いのち」を痛めつける暴力

の根源は、世界のシステムの中にあるのと同様、「私」自身の中にもあるのです。「殻をかぶった自我」(アラン・ワッツ)そして「殻をかぶった集団」。著者は世界的危機状況へのアタックの糸口としてスリランカの悪魔祓いを選びます。

その悪魔祓いの儀式は、おどろおどろしいものと思いきや、実はものすごく活気に溢れた一大パフォーマンスです。患者の家の庭で行われる徹夜の悪魔祓いには親戚や近所の人が百人以上もつめかけて見守ります。激しい太鼓のリズムに乗って、カラフルで華麗な装束をまとったシャーマンは歌い踊り、悪魔を呼びます。患者によっては悪魔が乗り移り、シャーマンはその悪魔と対話をして、患者から去ることを約束させます。そして面白いのは朝方のお笑い漫才大会。滑稽な仮面をかぶって出てきた悪魔が太鼓叩きとの間で駄洒落あり、下ネタあり、流行歌の替え歌ありのギャグの連発。思わず患者も笑いだし、周りの家族と村人と一緒に腹の底から笑いあっているうちに夜が明けて、何と不思議なことに昨夜まで元気の無かった患者には元気が満ち溢れてきて、体の不調も治って行くのです。

この「悪魔祓い」に著者が見出した論理はこうです。悪魔憑きになるとひとは村人や

シャーマンによれば「孤独な人」です。つまりひとがお互いに眼差し眼差されあって温かい輪の中にいれば悪魔は来ないけれど、その輪から外れていると悪魔が来てしまうのです。だからその人を癒すにはもう一回私たちの輪の中に迎え入れなければなりません。それが悪魔祓いなのです。そこには「いのち」はつながりの中にあり、他のいのちとつながっているときには元気でつながりが失われると生命力が弱まってくるという、「いのち」をあくまで個々別々のものとする近代的な考えとは根本的に違う考えがあります。

著者は自分の参加体験から、殻を脱ぎ捨ててひととひとが出会い、温かいひとのネットワークが生まれるセラピーの場、たとえば「サイコドラマ」や「エンカウンター・グループ」にまず「現代の悪魔祓い」を見ます。「誰もが『悪魔』を少なからず抱えている……世界を分断し、ひとりが孤独な殻の中に閉じ込められているこの世の中では、悪魔がどんどん生み出されています。私たちの『生き生き』を取り戻すためにはその悪魔を祓ってあげなければなりません」と。

そして一度気づけば自分の「生き生き」の源に出会う場はいろいろなところにあるのです。現在世界のいたる所で、教育、福祉、国際協力、医療、フェミニズム、エコロジー、

そして私たちの暮らし、それぞれの現場で、様々な形で進行している運動は「私」に気づき、「私」と世界のつながりに気づき、そして「私」と世界を同時に変革していく運動、生き生きした「私」を取り戻しながら、現実には深く関わり、生き生きした世界を取り戻していく運動だと著者は言います。この新しい流れには「闘志が瞑想し、聖者が山が降りてくる」ような、これまで分裂しがちだった社会運動と精神世界の出会いがあります。「自分の内側をとことん見てみることから世界が見えてくる。世界に対して逃げずにとことん関わっていくことから自分が見えてくる」のです。

この本はいま様々な場所で広がっている、深層の共同性を実現する「地球大のシャーマン」になる運動、人々を目覚めさせる、その目覚めつつある「覚醒のネットワーク」、そんな新しいムーブメントへの、ひとりのシャーマンからのあなたの魅力的なそして危険な呼び掛けなのです。

☆書店注文は、地方・小出版流通センター扱いのカタツムリ社の「覚醒のネットワーク」と指定する必要があります。

出版 案内

松井紀和編著

『小集団体験（Group Dynamics）』

―出会いと交流のプロセス―

（牧野出版、3000円）

本書は、松井紀和（山梨大学教授）が中心になって実践を行なっている（グループ・ダイナミックス・セミナー）と呼ばれる小集団体験（集中的グループ経験）についての関係者によるまとめである。集団活動を個人のために活用するということからこの名称が誕生している。

その構成は、「グループ・ダイナミックスをグループ・プロセスという視点から捉えることを一貫した目標」にして、19名の執筆者がそれぞれの体験を基礎に書いている。集団の発生と発展、小集団での実践を通して、小集団の発展に影響する因子、リーダーシップ、行動学的研究、集団精神療法に向けて、の6章から成っている。

本書が出版された意義は、とても大き

いように思われる。先ずは同セミナー関係者にとっては、自分達の体験の意識化・文字化がなされた。グループ臨床専門家にとっては、その実践は前から知られていたが、文献的には殆ど公にされていなかったGDセミナーがまとめられたことで、刺激を受けたり、比較考察ができるようになった。

本書が広く読まれ、わが国のグループ臨床に大きなインパクトを与えることを期待したい。

野島一彦

村山正治・見藤隆子
野島一彦・渡辺 忠 編著

『エンカウンター・グループ
から学ぶ

―新しい人間関係の探究―

（九州大学出版会、2575円）

本書は、当人間関係研究会の20周年記念として出版されたものです。日本におけるエンカウンター・グループの歴史や現状、将来への展望などE・Gに関心を持つ人にお勧めします。平木典子先生から次のメッセージをいただきました。

グループ・アプローチについて長年グループのファシリテーターをしていた人達が書かれた初めての体験的、実践的な著書です。是非、御一読をお勧めします。

平木典子

わが国の「集団精神療法」に関する

文献リスト（1989）

わが国の「集中的グループ経験」と「集団精神療法」に関する文献リスト・シリーズを作成しておりますが、この度これまでのものに漏れておりました後者の1989年までのリストができました。『そのⅠ』は単行本、研究論文を、『そのⅡ』は学会発表、翻訳、書評、海外文献紹介を収録しています。

ご希望の方は、ご連絡下さい。また、リストの作成にあたっては、かなりの努力をしましたが、もれている文献もまだまだあるように思います。御存知の方はご一報下さい。

野島一彦

▼問い合わせ先

〒814-01 福岡市城南区七隈8-19-1

福岡大学文学部 野島一彦

☎092-871-6631

一九九一年度人間関係研究会

ワークショップの御案内

今年度も残り少なくなりましたが、これから全国各地で三プログラムが開催されます。

神奈川県足柄で「学生のためのエンカウンター・グループ（定員二十名）、滋賀県高島で「琵琶湖畔プログラム」（定員四十名）、東京都八王子で「自己開発研修会」（定員十五名）と比較的規模の大きいプログラムが用意されています。どうぞご参加ください。

92年度プログラムは、三月にできます。過去二年間の参加者には研究会から送付しますが、宛先不明で返送が多くあります。住所など変更された方はお知らせください。プログラム御希望の方は、72円切手を同封の上、左記までお申し込みください。

▼申し込み先

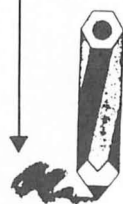
〒145 東京都大田区上池台1-34-26

渡辺方 『人間関係研究会事務局』

☎03-729-3622（20時〜23時）

郵便振替番号・東京9-37428

編集だより



■講読申し込み方法

年間講読料（年二回発行）は、一五〇〇円（送料込み）です。No.15からお申し込みの方は、郵便振替か現金書留にて編集事務局宛お送りください。

単品購入希望の場合、送料および購入方法は下記バックナンバーと同じです。

■バックナンバーの購入方法

No.6、7、8、9、10、11、12、13は残部があります。ご希望の方は、各号の合計代金に郵送料を加えた金額を、郵便振替か現金書留にて編集事務局あてお送りください。

郵送料は、一冊まで250円、三冊まで300円、五冊まで350円、八冊まで400円です。

No.6（1987年12月発行 500円）

No.7（1988年7月発行 600円）

No.8（1989年1月発行 600円）

No.9（1989年7月発行 600円）

No.10（1990年1月発行 600円）

特集・教育とエンカウンター・グループ

No.11（1990年7月発行 600円）

特集・私のエンカウンター・グループ

観とファシリテーション

No.12（1991年1月発行 600円）

人間関係研究会二十周年記念特集号

No.13（1991年7月発行 600円）

特集・中堅グループ臨床家の実際

■次号の案内・一五号は平成四年七月発行予定、四月末が原稿締切です。

E・Gでの体験、研究レポート、本の感想など、各地の活動や会の紹介など、お気軽に編集事務局までお寄せください。また、本誌についてのご意見・感想もお寄せください。

■編集後記・本号では、見藤隆子、広瀬寛子両氏のご協力で見護の特集を組む事ができました。この雑誌も七年間に一四号を送り出すことができました。今後とも魅力的な特集の企画を予定していきたいと思っています。

■14号編集委員・見藤隆子・小柳晴生（編集事務担当）小柳欣子

■講読申し込み先・〒761-01 高松市屋島中町383-3-507『人間関係研究会編集事務局』小柳晴生

☎0878-4316444

▼郵便振替

振替番号・徳島8-36521

加入者名・人間関係研究会編集事務局

ENCOUNTER

出会いの広場 No.14



発行所 人間関係研究会 1992年 1月31日
〒145 東京都大田区上池台1-34-26 (渡辺
方) 編集事務局 〒761-01 高松市屋島中
町383-3・507 (小柳方)
印刷 美巧社 高松市多賀町1-8-10

ENCOUNTER

No.14 1992. 1

CONTENTS

Special Series : The Application of Encounter Group in Nursing

Introduction	Takako Mito
Findings in Group	Tsuruko Ono
My First Group Experience	Hiroko Hirose
Working with Nurses in the Making	Kyoko Konuma
Case Report of Encounter Group with Student Nurses	Kazuhiko Nojima
Nursing and Myself	Reiko Nita
After Effect of Encounter Group	Tomoko Kamiya
Group Experience to Myself	Chie Takahashi
My Personal Meaning of Encounter Group with Nurses	Nobuhiko Nagahara

Research Note

On the Deal with the Conflict between Facilitator and Co-Facilitator in Encounter Group	Momoko Hayashi
--	----------------

Encounter Interview(11)

"Encounter" Blooming in Scotland	Naoko Hatase
Private Letters : The Material as Footstep of Growth	Masayuki Suzuki
Reflecting the Sormy Days in Encounter Group(2)	Shiro Dan
Book Review : Awareness Network	Yasushi Kimura

Information

Edited and Published by

JAPANESE SOCIETY FOR THE PERSON-CENTERED APPROACHES

Central Office : c / o Tadashi Watanabe, 1-34-26, Kamiikedai,
Ohtaku, Tokyo, 145 Japan

Editorial Office : c / o Haruo Oyanagi, 383-3 Suite 507,
Yashima Nakamachi, Takamatsu City, Kagawa Prefecture,
761-01 Japan
