（研究ノート）　研究紀要第 79 号

学生相談室企画としての構成的グループエンカウンター実施についての考察
―テキストマイニングによる感想の分析―

織田幸美*

A Study on Structured Group Encounters in a Student Counseling Office Project
―Analysis of participants' impressions by text mining―

Yukimi Oda

要約

学生相談室企画として,「構成的グループエンカウンター」のワークショップを実施し,参加学生の意識の変化を分析した。学生生活への不適応に対する予防的・開発的な心理教育プログラムとして，学生たちの自己理解や他者理解を促し，信頼体験を積むことでコミュニケーション能力を高めていくことを目的としている。多くの学生にとって参加動機は積極的なものではなかったが，2 日間のセッションを終了した後は他者に受容され，自己に向き合うことができたと推測され，当初の目的はある程度達成されたと考えられる。しかし，参加者の多様化や心理的負担の軽減などに対する工夫が必要であり，今後の検討課題となった。

キーワード：構成的グループエンカウンター　学生相談室　自己理解　他者理解

Abstract

As a project of the Student Counseling Office, a workshop called "Structured Group Encounters" was held and analyzed the changes in the consciousness of participating students. As a preventive and developmental psychoeducation program for maladjustment to student life, the aim was to promote self-understanding and understanding of others, and to improve communication skills by gaining trust experiences. For many students, their motivation for participating was not positive, but after the two-day session, it was presumed that they were accepted by others and were able to face themselves, and it is thought that the initial purpose was achieved to some extent. However, it was necessary to devise ways to diversify the number of participants and reduce the psychological burden, and this became an issue for future consideration.

Keywords: Structured Group Encounter, Student Counseling Office, Self-understanding, Understanding Others

---

受理年月日　2022 年 11 月 30 日　※高松大学発達科学部講師

1. 問題と目的

「大学における学生生活の充実方策について（報告）―学生の立場に立った大学づくりを―」（文部科学省,2000）は，学生相談について「学生相談の機能を学生の人間形成を促すものとして捉えなおし，大学教育の一環として位置づける必要がある。」としている。大学・短大進学率が 50 パーセントを超えた現在，キャンパスにはきわめて多様な能力や個性を有する学生が存在する。また，日本学生支援機構（2007）は学生相談機関にカウンセリングや助言等の直接的な援助活動だけではなく，心理教育的プログラムの実施やコミュニティ活動等の予防的・開発的な視点からの活動を求めている。

高松大学・高松短期大学学生相談室は相談室員（教員）5 名及び非常勤カウンセラー(臨床心理士)1 名で構成されている。2021 年度，学生相談室を利用した学生は 28 人，延べ利用回数は 76 回であった。いずれもカウンセリング等の個別面談である。また，今年度も継続的にカウンセラー等に相談する学生も少なくない。また，学生相談室を利用するまで至らずとも，対人関係についての相談はゼミナール担当教員のもとに届いており，こうした学生に何らかの対応が必要であると考えられる。学生相談室では，昨年度，対人関係に問題を抱える，もしくは抱えうる学生の気付きを促すとともに学生生活への不適応に対する 1 次予防や 2 次予防として機能することを目指し，グループ療法の一種であるファンタジーグループの実践を行った。参加学生からは通常の生活では気づかなかった「自分」に気づけた等の声があり，ある程度の効果は得られたと考えられた。

そこで，本年度は学生生活への不適応に対する予防的・開発的な心理教育プログラムとして，学生たちの自己理解や他者理解を促し，信頼体験を積むことでコミュニケーション能力を高めていくことを目的とし，「構成的グループエンカウンター」のワークショップを企画した。

構成的グループエンカウンター（Structured　Group　Encounter：以下 SGE と表記する）は集団を活用した心理教育的援助の一つである。哲学的には実存主義やプラグマティズム，理論的にはゲシュタルト療法をはじめとしたカウンセリングの主要理論を背景にもち，ふれあい（本音と本音の交流）と自他発見（自他の固有性・独自性・かけがえのなさの発見）を目標とし，個人の行動変容（自己変容，人間的成長）を目的としている（國分，1981）。また，國分はその目標を①自己理解，②他者理解，③自己受容，④感受性，⑤信頼体験，⑥役割遂行に大別している。

SGE はジェネリック SGE とスペシフィック SGE に大別される。ジェネリック SGE は，参加者の行動変容を目的とし，リーダーやスタッフにはカウンセリングの素養が必要とされる。一方，スペシフィック SGE は，ふれあいと自他発見を目標として学習者の教育課題（心の居場所づくり，心の教育など）の達成を目的にしている。

スペシフィック SGE は教育界に積極的に取り入れられ，生徒指導提要（文部科学省，2010）には「教育相談でも活用できる新たな手法等」のひとつとして SGE が取り上げられている。人間関係づくりと自己発見・他者理解を通じての人間的成長を図る技法として，小・中・高等学校でさまざまな実践が報告されてきた（河村,2001；山口他,2017；遠藤他，2021；木村・苅間澤,2013 など）。また，大学生に対しても多様な形での実践がされてき

ている（平山他,1994；林,1996）。水野・田積（2012）は，授業として週に 1 セッションずつ実践され，参加者によっては私的自己意識や他人への信頼感が高まった事例を報告し，武蔵・河村（2006）は 3 日間の集中セッションを実施し，親和動機の視点で感想を分類した。また，水野（2010）は授業で SGE を実施する場合，参加者が実習内容に肯定的であれば効果は十分に期待できることを指摘している。

しかし，一般的に小中高の教育現場で語られるとき，活動内容であるエクササイズ部分だけ取り上げられ，仲間との感情の分かち合い（シェアリング）を通してふれあいや自己発見を目指す本質的なものではなく，「学級で使える楽しいゲーム」「アイスブレーキング」と混同されることが多い。筆者が知る限り，教職を目指す本学発達科学部の学生の認識も「楽しいゲーム」というものに近い。

そこで，本研究では，予防的・開発的な心理教育プログラムとして，集中的な 2 日間のセッションを実施し，「本音の交流」を体験することで，個人の行動変容を目的とした本来の SGE に対する参加学生の理解と意識の変化を明らかにすることを目的とした。

2. 方法

2.1 準備

SGE は発達科学部の一部の学生を除いてほとんどなじみがない。そこで，事前周知としてワークショップの概要を知らせ，参加を呼びかけるポスターを作製し，学生課の許可を得て学内掲示板と学生相談室前に掲示した。

また，学生相談室員である教職員に周知し，すべての学部・学科の学生に情報が行き渡るように依頼した。また，対象はすべての学生としているが，日常の学生生活上，周囲とのコミュニケーションがうまくいかない等で，学生生活上「苦戦」しがちな学生に声かけを依頼するとともに，学生相談室を利用する学生やカウンセリングや心理学に興味をもつ学生に筆者が個人的に声をかけ，参加を促した。前々日の時点では大学発達科学部と 18 名と短期大学保育科 2 名の申し込みがあったが，直前にコロナ感染または濃厚接触者となり，発達科学部 4 名と短期大学保育科 2 名のキャンセルがあった。

2.2 日程

1 日目：2022 年 8 月 11 日 13：00～17：00

2 日目：2022 年 8 月 12 日 10：00～16：00

2 日間参加を原則としたが，募集の際に強制はしていない。

2.3 参加者

学生：1 日目　14 名（4 年生 4 名，3 年生 3 名，2 年生 7 名　いずれも発達科学部）

2 日目　1 日目参加者のうち 8 名（3 年生 2 名，2 年生 6 名）

教員：筆者（公認心理師・臨床心理士・NPO 日本教育カウンセラー協会認定上級教育カウンセラー）※オブザーバーとしての参加

外部指導者(SGE リーダー)：NPO 日本教育カウンセラー協会認定スペシフィック SGE

アドバイザー　2名

2.4 プログラム

エクササイズの選定やプログラム策定はSGEリーダーの2名により提案され，筆者も入れた 3 名で検討し決定された。表1に各エクササイズのプログラムとねらいを示す。参加者のリレーションづくりや他者理解のエクササイズから徐々に信頼体験を経て自己理解や自己受容のエクササイズへとつなぐ構成となっている。

表 1　SGE 実践プログラム

	時刻	事項及びプログラム	ねらい
1日目	13:00	集合、出席確認、事務連絡	感染防止対策についての確認などを含む
		事前アンケート(参加の動機) 記入	
	13:15	ショートレクチャー	SGEについて理解する
	《セッション1》		
	13:30	ペンネーム	役割装着・自己理解
	13:15	自由歩行・エア握手	アイスブレーキング・人間関係作り
		〇人組・じゃんけん	役割遂行・質問技法
		質問ジャンケン	自己開示・他者理解
		バースデーチェーン	自己開示・非言語コミュニケーション
		シェアリング	自己理解・他者理解
		エンジェルハート1	役割遂行・感受性・質問技法
		休憩	
	《セッション2》		
	15:00	行ってみたいところ	他者理解・非言語コミュニケーション・傾聴技法
		二者択一	他者理解・自己理解
		われら〇〇チーム	他者理解
		無人島SOS	自己理解・他者理解
		全体シェアリング	自己理解・他者理解
	16:45	1日目振り返り記入	
2日目	10:00	リチュアル（儀式）	役割遂行
	《セッション3》		
	10:10	全体シェアリング（一日たって）	自己理解・他者理解
		みんなでリフレーミング	自己受容
		トラストフォール	信頼体験
		トラストウォーク	信頼体験
		スゴロクトーキング	自己理解・自己受容・他者理解
		休憩	
	《セッション4》		
	13:00	共同絵画	感受性・他者理解
		四面鏡	自己理解
		シェアリング	他者理解・自己理解
		エンジェルハート2	感受性
		忘れえぬ人	自己理解
		ライフライン	自己理解・自己受容
		全体シェアリング	他者理解・自己理解
		別れの花束	自己理解・自己受容
	15:50	全体の振り返り記入	
	16:00	解散	

参加者に対しては事前に「参加の動機」を，1日目と2日目のセッション終了後にはそれぞれ「振り返り」としてそれぞれ Google Forms により自由記述で回答を求めた。

3.　結果と考察

3.1 事前

1 日目参加者 14 名の参加動機をユーザーローカル AI テキストマイニングツール（https://textmining. userlocal.jp/）を利用してテキストマイニングすることで，可視化・定量化を試みた。ユーザーローカル AI テキストマイニングは，ビッグデータ分析システムの研究開発・運営を行う株式会社ユーザーローカルが無料で公開しているクラウド型のマイニングツールである。ワードクラウドや単語出現頻度，情報検索ロジック（tf-idf）から求めた単語のスコア，共起キーワード，係り受け解析などを行うことができる。本稿ではワードクラウド及び単語出現頻度及び共起キーワードを求め，分析を行った。単語ごとに表示されているスコアの大きさは，算出され与えられた文書の中でその単語がどれだけ特徴的であるかを表している。通常はその単語の出現回数が多いほどスコアが高くなるが，どの文書にもよく現れる単語についてはスコアが低めになる。「参加の動機」における単語出現頻度を図 1 に，単語出現頻度とスコアをもとにしたワードクラウドの表現を図 2 に示す。ワードクラウドはスコアが高い単語を複数選び出し，その値に応じた大きさで図示している。 単語の色は品詞の種類で異なり，青色が名詞，赤色が動詞，緑色が形容詞，灰色が感動詞を表す。

名詞	スコア	出現頻度
ゼミナール	38.04	6
活動	0.46	4
将来	0.49	3
参加	0.09	3
教職	4.29	2
日々	0.15	2
今後	0.09	2
興味	0.06	2
学校	0.03	2
教育相談	2.50	1
教育実習	1.79	1
張り紙	1.00	1
ワークショップ	0.68	1
大切なこと	0.65	1
学び	0.59	1

動詞	スコア	出現頻度
思う	0.01	5
役立つ	1.69	3
役立てる	3.82	2
目指す	0.10	2
学べる	0.41	1
募る	0.15	1
気づく	0.01	1
持つ	0.00	1
考える	0.00	1
知る	0.00	1
入る	0.00	1
わかる	0.00	1
---	---	---
---	---	---
---	---	---

形容詞	スコア	出現頻度
おもしろい	0.50	4
楽しい	0.01	2
---	---	---

感動詞	スコア	出現頻度
---	---	---
---	---	---
---	---	---

図 1　「参加の動機」単語出現頻度

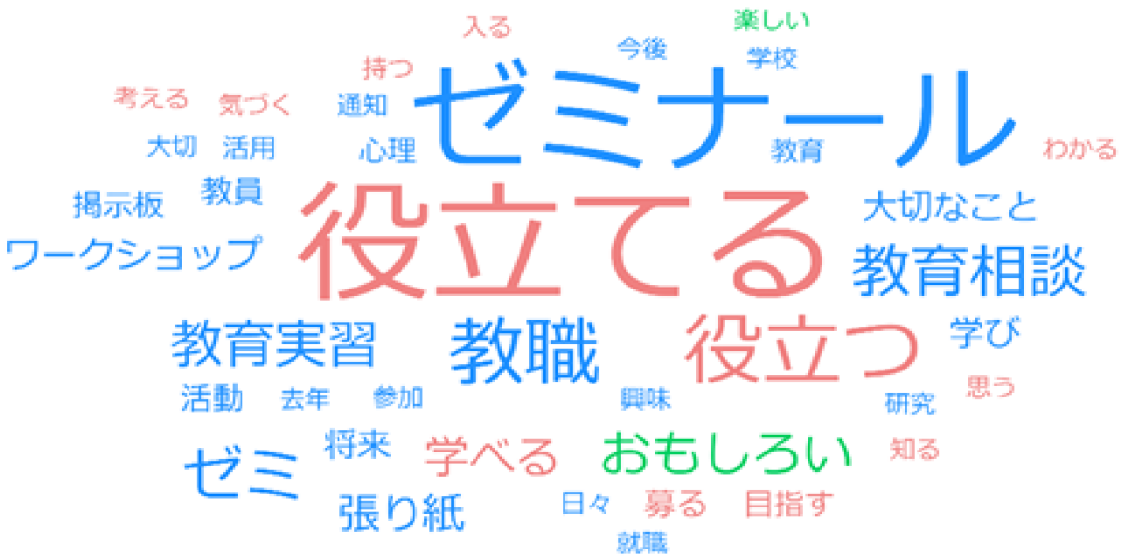

図 2　「参加の動機」ワードクラウド

共起キーワードは文章中に出現する単語の出現パターンが似たものを線で結び表現したものである。出現数が多い語ほど大きく，また共起の程度が強いほど太い線で描画される。「参加の動機」における共起キーワードを図 3 に示す。

単語の出現頻度は，名詞では「ゼミナール」が 4 回で最も多く，「活動」,「将来」,「参加」が各 3 回，動詞ではスコアの低い「思う」を除くと「役立つ」3 回,「役立てる」2 回,「目指す」2 回などであった。形容詞では「おもしろい」が 4 回であった。共起キーワードでは「教職」「今後」「活動」「目指す」および「将来」「役立てる」の共起回数が多かったことが

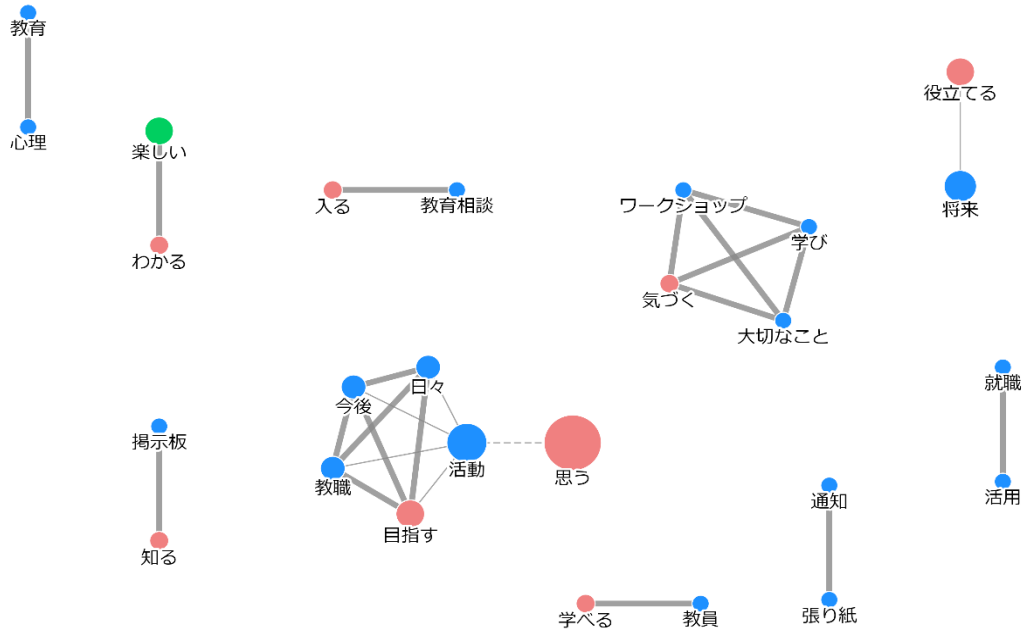

図 3　「参加の動機」共起キーワード

読み取れる。これらは，参加者が筆者の所属する発達科学部の学生であり，その中でも平常時から関わることが多い教育相談ゼミナールや児童教育ゼミナールの学生が中心になっていることと関係すると考えられる。SGE は特に児童教育コースの学生にとって，前述したように「子どもの人間関係をよくする楽しいゲーム」という認識があり，自分が教職についた後，実践できるようになりたい，という思いのもとに参加している学生が多かったためと考えられる。

3.2　1 日目（第 2 セッション）終了後

「1 日目振り返り」に対する回答の単語出現頻度を図 4，ワードクラウドを図 5，共起キーワードを図 6 に示す。

単語の出現頻度は名詞では「緊張」が 7 回で最も多く，「相手」5 回であった。動詞では「できる」14 回，「話す」13 回であった。形容詞では「楽しい」「良い」が 7 回，「おもしろい」が 3 回とポジティブな言葉が多数であった。出現回数は少ないが，「ほぐれる」という単語のスコアが大きくなり，知らない者同士がグループワークをすることへの大きな緊張感がセッションを通して薄れつつあることが分かる。また，「アイヅチ」や「アイコンタクト」の単語が「聞き上手」の単語と共起されることが多く，それらの単語は「大切」「意識」「態度」等の言葉と共起されている。このことからセッションの初期に質問や傾聴のスキルを取り入れたスペシフィックなエクササイズを取り入れたことが自然な相互交流を生むことに効果を及ぼしたと考えられる。

名詞	スコア	出現頻度
緊張	1.39	7
相手	0.23	5
最初	0.13	4
意見	0.29	3
違い	0.21	3
学年	0.66	2
態度	0.30	2
活動	0.12	2
上手	0.11	2
初め	0.11	2
意識	0.10	2
大切	0.09	2
経験	0.09	2
今後	0.09	2
理由	0.06	2

動詞	スコア	出現頻度
できる	0.25	14
話す	1.21	13
思う	0.04	8
感じる	0.27	7
聞く	0.12	7
いく	0.10	7
知る	0.09	6
ほぐれる	3.85	2
設ける	1.08	2
取り組む	1.02	2
活かす	0.66	2
話せる	0.19	2
楽しめる	0.11	2
なれる	0.04	2
わかる	0.01	2

形容詞	スコア	出現頻度
楽しい	0.11	7
良い	0.07	7
おもしろい	0.50	4
多い	0.03	3
難しい	0.03	2
嬉しい	0.01	2
すごい	0.01	2
話しやすい	0.44	1
深い	0.02	1
上手い	0.01	1
しんどい	0.01	1
悪い	0.00	1

感動詞	スコア	出現頻度
ありがとう	0.00	1
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---

図 4　「1 日目振り返り」単語出現頻度

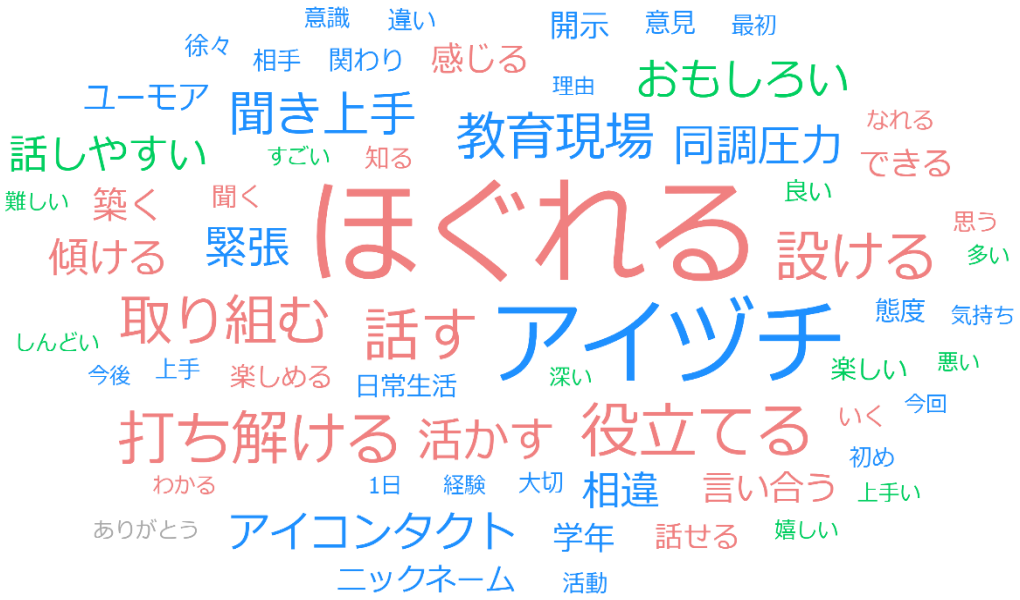

図 5　「1 日目振り返り」ワードクラウド（スコア順）

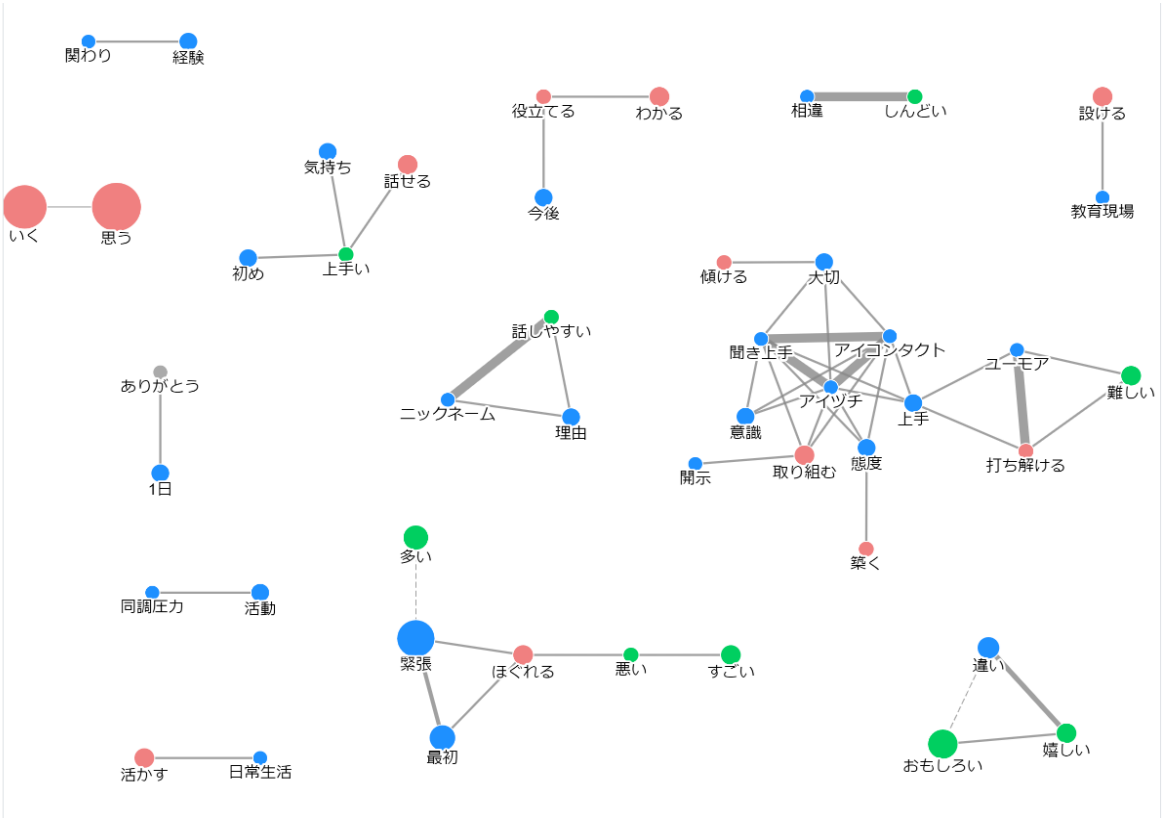

図 6　「1 日目振り返り」共起キーワード

3.3　2 日目（第 4 セッション）終了後「全体の振り返り」についての単語出現頻度を図 7，ワードクラウドを図 8，共起キーワードを図 9 に示す。

名詞	スコア	出現頻度
活動	3.25	11
2日間	0.78	3
体験	0.43	3
自由	0.25	3
普段	0.13	3
今回	0.05	3
様々	0.40	2
充実	0.24	2
経験	0.09	2
理解	0.06	2
参加	0.04	2
リフレクション	2.78	1
エクササイズ	1.26	1
顔見知り	0.88	1
沈黙	0.43	1

動詞	スコア	出現頻度
思う	0.07	11
できる	0.10	9
知る	0.06	5
関わる	0.50	4
感じる	0.09	4
話す	0.07	3
考える	0.03	3
しまう	0.01	3
生かせる	2.96	2
広がる	0.27	2
出来る	0.01	2
言う	0.00	2
生かす	0.18	1
学ぶ	0.05	1
話せる	0.05	1

形容詞	スコア	出現頻度
楽しい	0.08	6
良い	0.02	4
多い	0.01	2
よい	0.01	2
しやすい	0.07	1
難しい	0.01	1
辛い	0.01	1
凄い	0.01	1
強い	0.00	1
悪い	0.00	1
嬉しい	0.00	1
すごい	0.00	1
---	---	---
---	---	---

感動詞	スコア	出現頻度
ありがとう	0.01	2
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---
---	---	---

図 7　「全体の振り返り」単語出現頻度

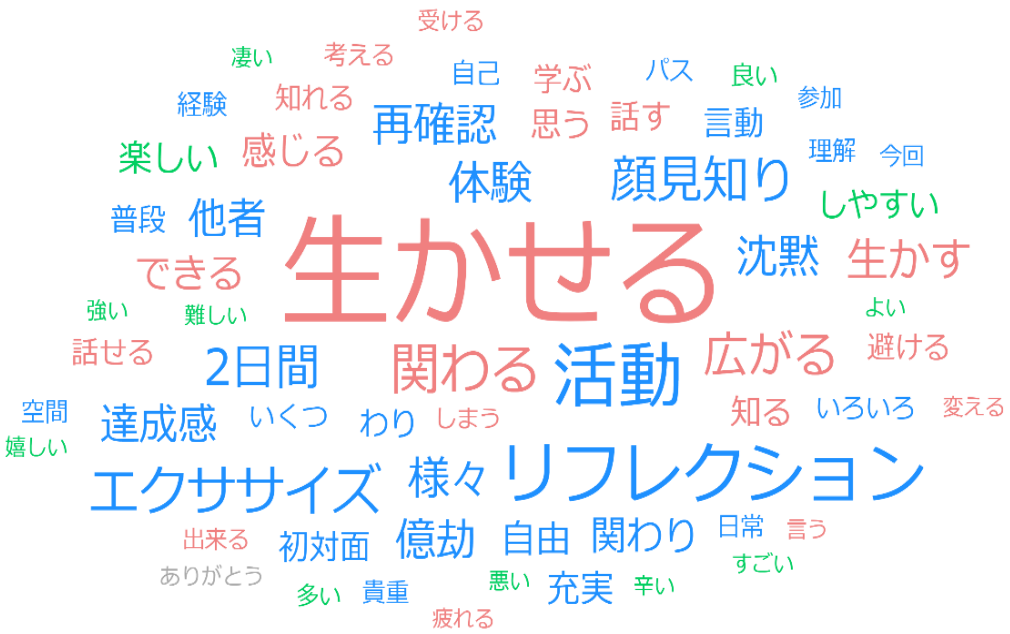

図 8　「全体の振り返り」ワードクラウド

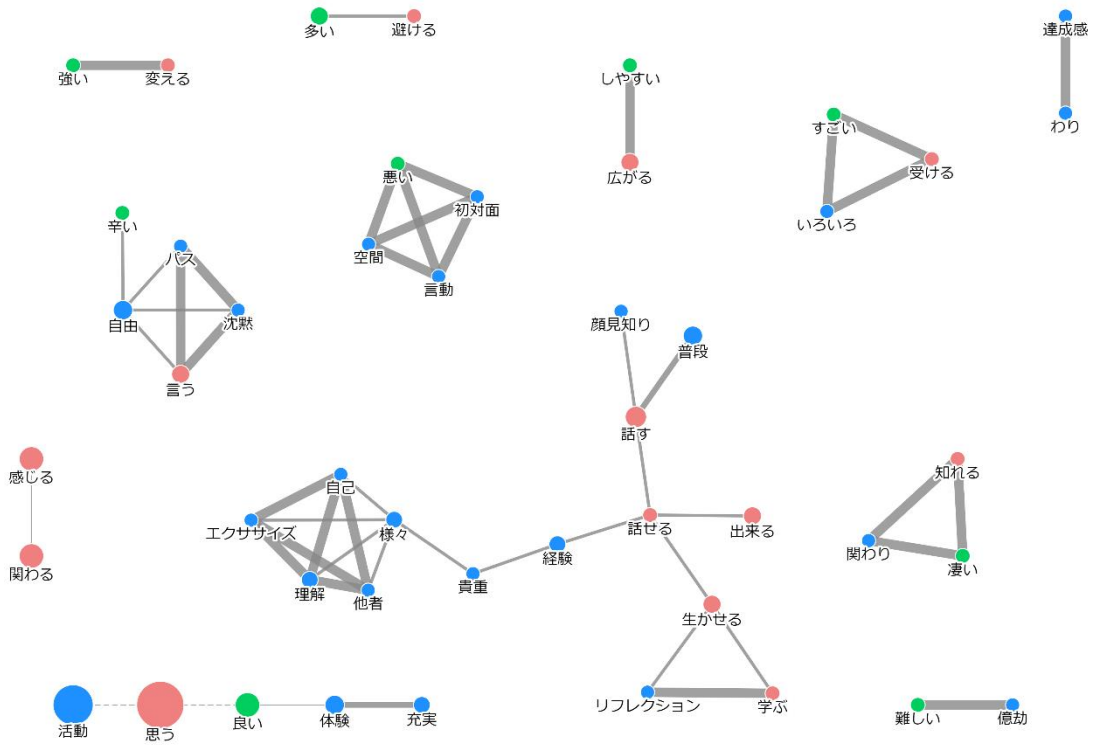

図 9　「全体の振り返り」共起キーワード

第 4 セッション終了後の「全体の振り返り」における単語出現頻度は「活動」11 回,「思う」11 回,「できる」9 回,「楽しい」6 回,「知る」5 回,「関わる」4 回,「感じる」4 回,「良い」4 回などであった。また,「生かせる」「リフレクション」「関わる」という単語のスコアが高くなると同時に，共起キーワードにおいては「自己」「他者」「理解」「エクササイズ」の単語が強く共起されている。このことは人との関わりを自己との関係の中で思考している学生が複数存在することを示している。参加理由の記述に頻出していた「将来」や「教職」「教育」の単語は出現せず，SGE を「学級を盛り上げる楽しいゲーム」と認識していた学生も，自ら体験することで他者に受容され，自己に向き合うことの貴重さを学んでいた。ふれあい（本音と本音の交流）と自他発見（自他の固有性・独自性・かけがえのなさの発見）を目標とし，個人の行動変容を目的とした本来の SGE を体験してほしいという当初のねらいは一定程度達成でき，今回の学生相談室企画が「心理教育的ワークショップ」の役割を果たすことができたと考える。

4.　課題

今回の学生相談室企画は全学的に参加を呼びかけたにもかかわらず，コロナ禍の影響もあり，発達科学部学生に参加が限られた。また，筆者の身近なゼミナールの学生が中心であった。一般の学生にとって「相談」や「カウンセリング」のイメージが一般的な「学生相談

室」はハードルが高い。また，心理的支援について学ぶ機会の少ない発達科学部や保育学科以外の学生にとっては，企画の参加への意識も低いだろうと推測される。学生生活上の困難が重篤な状態になってからの「カウンセリング」だけではない，「学生相談室」を日常の生活の中に位置づけていくことは，心理的な課題を予防的に解決する有効な一つの方法であり，そのためのワークショップの参加者は幅広くありたい。「学生相談室」の活動を平常からよりオープンにしていくことが重要であると考えられる。

また，１日目のみの参加も可としたことで 2 日目はメンバーが減少し，参加者同士のリレーションはより濃厚なものとなった。そのうえで信頼体験や自己理解・自己受容のエクササイズを実施した体験に対して好意的な反応が多かったが，「全体の振り返り」の回答には「辛い」「難しい」という単語も出現し，参加者によっては，負荷を感じることがあったことが読み取れた。本来 SGE は心理的に深刻な状態にある参加者は対象にしていないが，プログラムは参加者の特性に合わせたもので構成される必要がある。今回は２名の SGE アドバイザーの提案をもとに，ある程度学生の実態を知る筆者との３名で話し合って決めた。また，自己理解を深めることによって混乱状態に陥る学生も現れる可能性もあったため，対応できるように臨床心理士でもある筆者がオブザーバーとして参加した。しかし，２日目に事前予告無しに欠席した学生が１名，心理的に負荷が大きくなり参加を取りやめた学生が１名存在した。ゼミナール担当教員やカウンセラーに連絡を取り，その後フォローをしたが，学生それぞれの心理的負荷について一層の配慮が必要であることを痛感した。リーダーからは初めて本格的な SGE を体験するには 2 日間の日程は参加者にとって負担が大きいのではないかという指摘があった。行事等で 2 日間通しての参加が難しい学生も多く，日程やプログラム構成と合わせて今後の課題であると考えられる。

謝辞

夏休みにもかかわらず，呼びかけに応じて参加してくれた学生の皆さん，また，忙しい中，協力していただいた SGE スペシフィックリーダーの佐藤明子氏，瀧本和代氏に心から感謝の意を表します。

引用文献

・遠藤勇汰・高橋幾・河村茂雄(2021)．特別支援対象児の在籍する学級を対象としたリレーション形成を促す手立ての考察―SGE を取り入れた実践報告―　教育カウンセリング研究,*11*,合併号,65-72.
・林伸一(1996)．内観から自己主張へ　合宿共同授業における構成的グループ・エンカウンター：人間環境論「こころと心の人間関係づくり」実践事例研究　山口大學文學會誌,*47*,1-19.
・平山栄治・高田行重・永野浩二・坂中正義(1994)．研修型エンカウンター・グループにおける困難とファシリテーションについて考える　九州大学心理臨床研究,*13*,121-130.
・河村茂雄(2001)．構成的グループエンカウンターを挿入した学級経営が学級の児童のスクール・モラールに与える効果の研究　カウンセリング研究,*34*,153-159.

・木村佳穂・苅間澤勇人(2013). スクールカウンセラーによる高校新入生の学校適応への支援―構成的グループエンカウンターを活用した援助― 学級経営心理学研究,*2*,74-83.
・國分康孝(1981). エンカウンター 誠信書房
・水野邦夫(2010). 大学の授業への構成的グループエンカウンター導入の試み―自己概念及び適応への影響について― 教育カウンセリング研究, *3*,1-9
・水野邦夫・田積徹(2012). 授業でのグループアプローチの実施が大学生の肯定的自己概念及び信頼感の形成に及ぼす変化―構成的グループ・エンカウンターとレクリエーショナルスポーツを用いた実施― 教育カウンセリング研究,*4*,1-10
・文部科学省(2000). 大学における学生生活の充実方策について(報告) －学生の立場に立った大学づくりを目指して
・文部科学省(2010). 生徒指導提要 教育図書
・武蔵由佳・河村茂雄(2006). 構成的グループエンカウンターに参加した大学生の感想の分類―親和動機の視点から― 教育カウンセリング研究, *1*, 28-35
・日本学生支援機構(2007). 大学における学生相談体制の充実方策について―総合的な学生支援と「専門的な学生相談」の「連携・協働」―
・山口豊一・西野修一郎・市川美咲・関知重美・下村麻衣・高橋美久・野島和彦(2017). 中学生に対する構成的グループエンカウンターの効果に関する研究 跡見学園女子大学文学部紀要,*52*,147-163

SGE エクササイズ参考文献

・國分康孝・國分久子(総編集)(2004). 構成的グループエンカウンター事典 図書文化
・國分康孝(監修)・岡田弘(編集)(1996). エンカウンターで学級が変わる(小学校編) 図書文化
・國分康孝(監修)・國分久子・岡田弘(編集)(1997). エンカウンターで学級が変わる Part Ⅱ(小学校編). 図書文化
・國分康孝(監修)・國分久子(編集)(1999). エンカウンターで学級が変わる―ショートエクササイズ集 図書文化