

## グループワークの心理的効果についての一考察

—— 構成的グループ・エンカウンターとインプロヴィゼーションの比較から ——

正保春彦\*

(2012年9月15日受理)

A Study on the Psychological Effect of Group Work

Based on Comparisons between Structured Group Encounters and Improvisation

Haruhiko SHOBO

キーワード: 構成的グループ・エンカウンター、インプロ、グループワーク

構成的グループ・エンカウンターとインプロを軸に高等学校で人間関係論の授業で行い、そこでの参加者の体験をアンケート内容から分析したところ、自分にとってどちらが意味があったかという問いに対しては「決められない」という回答が多かった。参加者が構成的グループ・エンカウンターとインプロから得たものをそれぞれに比較したところ、構成的グループ・エンカウンターでは「自分との出会い」という回答が多く、インプロでは表現はさまざまであるが最終的には「人間関係」に集約されるのではないかと考えられた。これらのことから、構成的グループ・エンカウンターとインプロの両者は、それぞれ参加者の異なる心理的側面に働きかける効果を持ち、優劣をつけるのにそぐわないと受け止められたと考えられた。現在の教育現場では、児童生徒の人間関係がさまざまな面で問題となっているが、インプロはそれらの問題に対する新たな可能性を有していることが示唆された。

### はじめに

現代の学校教育において、児童生徒の人間関係が持つ重要性は年ごとに増しつつある。学校現場からは、生徒の人間関係力が十分に育っていない、人間関係をうまく結べない児童生徒が増えている、友人関係・思いやり等、人間関係から来る不安がある生徒が多い、という声が頻繁に聞こえてくる。そして、子どもたちの人間関係をどう育て、発展させるかということが大きな課題となっていると言われる。実際、筆者にも子どもたちの人間関係を改善・発展する研修会を開いて欲しいと

---

\*茨城大学大学院教育学研究科

いう要望がしばしば寄せられる。

文部科学省は『生徒指導提要』(2010)において、教育相談の新たな展開としてグループエンカウンター、ピアサポート活動、ソーシャルスキルトレーニングなど8つの活動を教育相談に必要な人間関係を養う手法として紹介している。同じく文部科学省は2010年よりコミュニケーション教育推進会議を開催し、変化する現代社会の中で子どもたちに求められる能力としてコミュニケーション能力の育成を重要課題として取り上げている。また横浜市教育委員会は2007年より「子どもの社会的スキル横浜プログラム」を開始して、子どもの社会的スキル育成に組織的・計画的に取り組んでいる。

小林(1999)はこのような子どもたちの変化の背景として(1)産業の発展と人口の流動化により地域の結びつきが失われ、自然発生的な異年齢による集団遊びが減少した、(2)少子化によりきょうだいの数が減少し、核家族化が進行した、(3)若者文化が変化し、自分の周囲の生活範囲内でささやかな幸せを手に入れようとする私事化が進行した、と指摘しているが、さらにその後の携帯電話やインターネットの発達によるコミュニケーション手段の変化などもそれらの要因に加えることができるかもしれない。

このような社会の変化に伴い、子どもたちの人間関係のあり方は大きく変化しているのだが、それに対して学校・教師の側が子どもたちに対して組織的にとりうる対応は今のところ限定的であると言わざるをえない。

このような状況の中で、現在の所、学校現場で比較的広範囲に取り入れられている人間関係力育成活動として構成的グループ・エンカウンター(SGE)がある。

SGEとは1970年代に國分康孝が提唱した方法で、予め用意された課題に対する取り組みを通して、他者に出会い、その他者との出会いを通して自分自身と向き合う活動である(國分、1971など)。内容的には、自己理解・他者理解・自己主張・感受性・信頼体験・自己受容の6つの機能が主要構成要素となっている。このSGEはすでにさまざまな局面において教育現場に取り入れられ、多くのエクササイズが蓄積・共有されている。

これに対して前述の『生徒指導提要』には取り上げられていないが、人間関係形成・改善に大きな効果・影響力を持つ活動としてインプロ(improvisation)がある。インプロとは即興演劇であり、イエス・アンドを大原則とし、その場の状況や相手のオファーに柔軟に反応し、今の瞬間を生き活きと生きながら、仲間と共通のストーリーを作っていく活動である(絹川、2002)。イエス・アンドとは自分への他者の働きかけ(オファー)をポジティブに受け取り(イエス)、それに自分のアイデアを付け加えて相手に返す(アンド)にかかわりのことである。このようなインプロが育成するのは今を生き、他者を受け入れる心であると言える。このインプロには俳優のトレーニングのためのさまざまなエクササイズ<sup>\*1</sup>があるが、それらはどれも人間関係の質を高め、発展させることを主目的としており、近年ビジネス界や教育現場などへも徐々に浸透しつつある。

このSGEとインプロの両者は、その成り立ちは異なるが、共に他者との相互作用を基本的な前提とし、そこでのかかわりからさまざまな気づきを得ていくという点で通底している。茨城県教育委員会では2008・2009年度の教育相談に関する研究事業「好ましい人間関係をつくる予防的・開発的教育相談の在り方の研究」においてSGE、SSTに加えてインプロを取り上げている(茨城県教育委員会、2009)。

他方、この両者はそれぞれ全く異なる原理に基づいて構成され、両者は一部で類似したエクササイズ

を共有する反面、それぞれ独自のエクササイズを多数有しており、その形態も少なからず異なっている。例えば SGE では言語的なやりとりによる個人の内面性を深めるエクササイズが多いのに対し、インプロでは身体的で表現的な活動が多い。SGE はエクササイズの構成度が高いが、インプロはどちらかと言えば低い。さらに SGE では一つのエクササイズの所要時間は 30～40 分間程度であるものが多いのに対し、インプロでは数分間から 10 数分間程度のものが多い。またそれらの実践フィールドも SGE が主に教育現場であるのに対し、インプロのそれは演劇界の他ビジネス界などであり、少なくとも現在の所、両者の間には相互の影響作用などはほとんどないのが現状である。

ところで筆者は 2009 年よりある高等学校で「人間関係論」を教える機会を得た。授業はいわゆる知識伝授よりも実際の人間関係能力向上を主目的としており、このため授業は体験中心に進められ、毎回の授業は生徒たち自身が直接参加する SGE とインプロのエクササイズで構成されている。これは生徒の人間関係力を多面的かつ総合的に捉えつつ、将来職業人として社会に巣立つ生徒たちの現実を考慮してのことである。実際に指導を行った手応えとしては総体的に十分な効果を感じられる。他方、既に述べたように、両者は異なる原理によって構成されている活動であり、それらは異なった側面・内容において生徒に影響を与えていることが推測される。そこで今回、実際に授業を受けた生徒たちの感想から、生徒たちはこれらの SGE とインプロの体験をどのように受け止め、そこからそれぞれ何を受け取っていたのかを明らかにしたいと考えた。

## 方法

- 1.対象:A 県内 B 高等学校看護科 5 年生 29 名(すべて女性)。
- 2.実施期間:2011 年 8 月～2011 年 12 月。
- 3.授業回数:13 日間、計 30 時間。1 日 2 時間の授業日と 3 時間の授業日があった。
- 4.授業内容:SGE とインプロのエクササイズを中心とした演習。エクササイズ終了後適宜講義・解説を行った。実施した具体的なエクササイズについては表 1 を参照のこと。なお、インプロにおいては同じエクササイズを複数回実施している場合があるが、重複分がすべてが記載されているとは限らない。  
実施した SGE エクササイズの機能・概要については表 2 を、実施したインプロエクササイズの機能・概要については表 3 をそれぞれ参照のこと。所要時間は SGE では短いもの(WANTED!)で 10 分間程度、長いもの(スゴロクトークン)で 45 分間程度であった。インプロは概ね数分間から 10 数分間で、長いもの(秘密のセリフなど)でも 30 分間程度であった。
- 5.調査:授業最終回にアンケートを実施した。SGE とインプロそれぞれについて印象に残ったエクササイズとその理由、SGE においては活動を通じて出会った自分について、インプロにおいてはインプロを体験することが生活にもたらした変化について自由記述することを求めた。さらに SGE とインプロを比較し、自分にとってどちらが意味があったかを、「SGE・インプロ・決められない」の 3 つの選択肢から 1 つを選ぶ形で回答し、その理由の自由記述を求めた。

### ・調査項目

- (1)SGE で印象に残っているエクササイズを挙げてください(複数回答可)。その理由も述べてください。

(2)SGE とは「出会いの体験」を促す活動ですが、あなたは SGE での他者とのどのような出会いを通して、どのような自分と出会いましたか。具体的な例を挙げた上で、関連づけながら述べてください。

(3)インプロで印象に残っているエクササイズを挙げてください(複数回答可)。その理由も述べてください。

(4)インプロは「今に生きる」ことを促す活動ですが、インプロを知り、体験することは、あなたの生活にどのような変化(または意味)をもたらしましたか。具体的な例を挙げた上で、関連づけながら述べてください。

(5)あなたにとって SGE とインプロはどちらが意味があったと思いますか。その理由は何ですか。

表 1.平成 23 年度「人間関係論」授業内容

回	時間	内容(実施エクササイズ・ゲーム)
構成的グループ・エンカウンター(SGE)		
1	2	数字合わせ、WANTED!、AKB48
2	2	スゴロクトーキング、人間コピー機
3	2	結婚の条件
4	2	電話で SOS、はやぶさ殺人事件
5	3	あなたはきっと、マイ・プロフィール
6	3	握手当て、トラストフォール、トラストサークル、キャッチミー、私は実は
インプロ		
7	3	エレファント他、ボールゲーム、ゾンビゲーム、ウインクキラー、拍手回し、1-7
8	3	お助けオニ、拍手回し、私あなた、ボールゲーム、そうそう、ワンワード、ナイフとフォーク、何やってるの?、私は木です
9	2	イス取りゲーム、お助けオニ、ナイフとフォーク、シェアードストーリー、プレゼントゲーム、テレビショッピング
10	2	お助けオニ、動物ジェスチャー、私は有名人、あなたは主人公
11	2	何やってるの?、スピットファイアー、ペーパーズ
12	2	トランプステイタス、言わせたい言葉、秘密のセリフ
13	2	総まとめ講義・試験

※斜体字はグループワーク・トレーニング(GWT)である。実際の授業の実施においては、授業開始当初に生徒の授業参加意欲育成等を目的としてグループワーク・トレーニング(GWT)を計 3 件実施したが、回数が少ないため今回の調査の対象からは除外した。

表 2.実施した SGE エクササイズと機能および概要

機能	エクササイズ	概要
自己理解:自分の盲点を理解する	WANTED!	二人一組で予め用意された項目に基づいて相手に質問をすることを通して、自分のイメージに出会う
他者理解:他者の未知の側面を知る	スゴロクトーキング	スゴロクをしながら指定された話題について話すことを通して、相互理解を深める
	マイプロフィール	匿名で作成したプロフィールを見て、誰のものかを当てる
自己主張:自分の本音を語る	結婚の条件	結婚相手に関する条件についてグループで討議してコンセンサスを得る
感受性:心の感度を高める	数字合わせ	数字に基づくイメージを相互に吟味することを通して互いの内的価値観を知る
	電話で SOS	凶形を言葉で伝えることを通して、言語的伝達の難しさに気づく
	握手当て	目を閉じて握手して自分のパートナーを探す
信頼体験:他者を信頼する	トラストワーク他	身体の安全を他者に預けることを通して他者への信頼を体験する
自己受容:ありのままの自分を受け入れる	私は実は	協力しながら短所を長所に読み替えることを通して、ありのままの自分を受け入れる

## 結果と考察

本研究においては、SGE とインプロの相互比較の観点から、調査項目(5)の「SGE とインプロのどちらが意味があったか」の結果をはじめに検討し、その後SGEおよびインプロのそれぞれが生徒にとってどのような意味を持ったかについて検討する。

### 1.SGE とインプロのどちらが意味があったか

SGE の方が意味があったと答えた者は 2 名であり、インプロの方が意味があったと答えた者は 7 名であった。残りの 20 名は決められないと答えた(表 4)。SGE とインプロの 1 対 1 の比較ではインプロの方が意味があったと受け取れるが、「決められない」とした者が 20 名にもものぼることから大局的には両者は優劣をつけ難いと判断されたと言えよう。

表 4.どちらが意味があったか

SGE	2 名
インプロ	7 名
決められない	20 名

表 3.実施したインプロエクササイズと機能および概要

機能	エクササイズ名	概要
相手を見る スキルを育 てる	ボールゲーム	輪になり、互いの目を見ながら架空のボールを投げる
	私あなた	「わたし」と言ってから任意の誰かの目を見ながら「あなた」と指し、これを次々と繰り返す
	ゾンビゲーム	襲ってくるゾンビ役から、アイコンタクトで他者に助けを求める
	ウインクキラー	自由歩行しながらウインクでメンバーを殺すキラーを捜す
今に生きる 力・発想力を 育てる	拍手回し	輪になり、順に拍手を回す
	1-7	輪になり、1～7の数字をアクションと共に回す
	何やってるの？	なんらかのジェスチャーをしている人に「何やってるの？」と尋ねる。尋ねられた者は無関係な行為を答え、尋ねた者がその行為をする。これを交代しながら続ける
	スピットファイヤー	架空の物語を語る話者に随時無関係な言葉を与え、話者はその言葉を取り入れながら話を続ける
	ペーパーズ	予め無意味なセリフを書いたカードを床に数枚撒いておき、随時それを拾ってセリフとして読みながら場面を演じていく
他者を受け 入れる心を 育てる	ワンワード	一人一言ずつ話しながら、集団で架空の物語を創出する
	そうそう	二人一組で架空の対話をする。その際、相手の話を必ず「そうそう」と受け、言葉を続ける
	私は木です	一本の木があると見立て、そこへ数人が順に木に関連するさまざまなアイテムとして加わりイメージを拓げる
	プレゼントゲーム	一方から他方への架空のプレゼントについて相互にイメージを拓げる
	テレビショッピング	二人一組になり掛け合いで架空の商品をテレビ番組で紹介する
伝える力・表 現力を育て る	動物ジェスチャー	動物をジェスチャーで表現する
	私は有名人	有名人をジェスチャーで表現する
状況判断力 を育てる	ナイフとフォーク	二人一組で相談せずに関係のある一対のアイテムを体で表現する
	お助けオニ	オニごっこ。二人で向き合って肩を組んでいれば暫くの間捕まらない
	イス取りゲーム	オニが座ろうとする空いたイスに誰かが座り、イス取りを邪魔する
空気を読む 力を育てる	言わせたい言葉	二人一組で一方が他方に予め設定した言葉を言わせるよう会話をする
	秘密のセリフ	予め設定した言葉を一人にだけ知らせず、相手が言うよう集団で場面を演じる
	トランプステイタス	トランプのカード(13=優位、1=劣位)を自分自身は見えないように頭上に掲げ、自由歩行しながら他者の反応から自分の数字を推測する
	あなたは主人公	一人を物語の主人公に見立て、誰かは知らせずに周囲が即興で場面を演じ、自分が誰かを推測させる

「決められない」と答えた者の多くは、SGE で得たものとインプロで得たものを各々記述し、双方が自分にとって意味があったと述べる形をとっていた。内 12 名は、SGE とインプロで得たものを言わば両論併記の形で対比してそれぞれで得たものについて記述していた。7 名は具体的に対比するというよりは、抽象的・曖昧な形で「どちらも大切」とその共通する重要性・意義を述べていた。1 名は趣旨が不明瞭であった。表 5 に内訳を示す(表現は一部改変してある)。

表5の SGE-インプロ対比型の記述では、特に SGE において「自分や他者と出会った」または「自分や他者に気づいた」という記述が特徴的である。これは SGE が持つ「他者を通しての自分との出会い」という特徴をまさに表していると言えよう。言い換えるならば、SGE は参加者のパーソナリティあるいは内面性により強く働きかけるということが言えよう。これに対してインプロにおいては「コミュニケーション」や「関係」、「かかわり」といった言葉が特徴的である。また「学んだ」「勉強になった」という表現も特徴的である。すなわちインプロは個人のパーソナリティ的側面よりも人間関係の側面に強く働きかけ、参加者に新しい経験をもたらしたと言える。

このように両者はそれぞれ参加者の異なる心理的側面に働きかける存在であり、このことが「決められない」という回答に繋がったのではないかと推測される。

表 5.「決められない」の内訳

SGE-インプロ対比型		12
	SGE について	インプロについて
	相手や自分と出会う	コミュニケーション活動に必要
	新たな自分・他者と出会う	生活に新たな変化をもたらしてくれた
	他者と出会い、新しい自分を見つめる	今を生きる自分と他者の関係を見つめる
	自分の知らない自分と出会った	他者とのかかわりを学んだ
	新しい自分に出会った	(不定)
	自分の新しい一面を見つけた	友だちとの信頼関係やお互いの理解度を深めた
	新たな自分に気づき、自分に向き合う	今、どのように他者と適応していくか考える
	自分や他者の新たな一面に気づく	みんなに目を向けることの大切さを身をもって感じる
	自分がみんなからどう思われているか分かった	今後必要なコミュニケーション技術を学んだ
	自分のことを伝え、相手のことを聞いた	言葉・体を使って相手に伝え、受け取った
	「いう」「きく」が中心	「する」「よむ」が中心
	他者と協力しながら活動して達成	人とかかわることで勉強になった
	「どちらも大切」型	7
	略	
	不明	1

## 2.SGE での体験について

今回の調査での SGE で印象に残っているエクササイズおよび「出会い」の体験についての記述から、生徒が SGE においてどのような体験をし、その体験を受け止めていたのかについて検討する。

## (1)印象に残っているエクササイズ

印象に残っているエクササイズとして記載されたエクササイズを計数し、多い順に並べたものを付随する自由記述内容と共に表 6 に示す。自由記述内容はエクササイズ毎に類似したものが多かったため、代表的な表現のものに集約して記載した。

印象に残っているエクササイズは多い順にスゴロクトーキング(11 件)、結婚の条件(8 件)、私は実は(7 件)、あなたはきっと(6 件)、などであった。エクササイズの機能別に見るとスゴロクトーキング＝他者理解、結婚の条件＝自己主張、私は実は＝自己受容、あなたはきっと＝自己理解であるが、機能による一定の傾向があったかどうかは分からなかった。また、下位に位置する数字合わせ、WANTED!、握手当てはそれぞれ所要時間が 10～20 分間程度のエクササイズであり、所要時間の短さが印象の程度に影響を与えている側面も少なくないと考えられた。自由記述内容はほとんど本来のエクササイズの機能に準じつつ、概ね一定の幅の内に収まるものであり、想定外の印象内容を示しているものはほとんど見受けられなかった。

表 6.印象に残っている SGE のエクササイズと内容

エクササイズ	件数	主な自由記述
スゴロクトーキング	11	自分の知らない他者の一面を知ることができた 今まで一緒にいた友だちの意外な面を発見できた
結婚の条件	8	人それぞれ結婚の見方は違う その人なりの考えがあると知った
私は実は	7	自分の長所を見つけることができた 違う側面からものごとを見ることの大切さを学んだ
あなたはきっと	6	他者から自分がどのように見られているのか知った
電話で SOS	4	自分の思うことと相手の思うことが完全に一致するのは難しい 相手への伝え方には工夫が必要
トラスト系	3	友だちにすべてを委ねた感覚が心地良い
マイ・プロフィール	2	お互いを分かっていることを実感した
数字合わせ	2	自分と周りの価値観が違うことに気付いた
WANTED!	1	自分の新たな一面を知った
握手当て	1	一人一人の手の特徴から誰の手か考えるのが楽しかった

## (2)出会いの体験

SGE で出会った自分に関する記述でもっとも言及の多かったエクササイズは「私は実は」であり、「結婚の条件」、「あなたはきっと」がこれに続いた(表 7)。前述の印象に残っているエクササイズで挙げられた



ものと多少順位の入れ替えはあるが基本的には同様の順でエクササイズが挙げられている。

エクササイズ別にみると、「私は実は」においては、自分の長所や視点の転換、自分を受け入れることなどが見受けられた。「結婚の条件」は本来、結婚相手の条件についての自己主張-コンセンサス課題であるが、自己に対するさまざまな気づきが多い。参加者が皆若い女性であったので、そもそも課題自体に興味・関心が強かったためかもしれない。他方、「スゴロクトーキング」は印象に残っているエクササイズでもっとも多く取り上げられていたが、出会った自分に関して見てみるとそれほど多いわけではない。出会いの内容は、自分の気づかなかった側面や見過ごしてきた側面などが多い。また、本来スゴロクトーキングは他者理解を主目的とした課題だが、それでも「話し上手な自分」「他者から見た新しい自分」など自己に対するさまざまな気づきが生じている点は興味深い。

全体としてネガティブな受け止め方は少なく、ネガティブな側面も総体としてポジティブに受け入れている。集団の健全さを示していると言えるかもしれない。

表 7. 出会った自分

エクササイズ	件数	主な「出会った自分・側面」
私は実は	8	相手の嫌なところの見方を変えて、いいところを見つけていこうと思った 自分の短所を周りはどうとらえているか 友だちの言葉を素直に受け入れられない自分 見方を変えれば自分にも良いところがある
結婚の条件	7	相手の考え方をとらえて視野を広げてみようと思った自分 今まであまり考えていなかった想い 自分が知らなかった相手の想いや価値観 興味のない話は真剣に聞いていない自分
あなたはきっと	5	周りの友だちは自分のことをきちんと見てくれているということ クラスみんなが自分をどう思っているか 自分がただのまじめな人とは思われていない
スゴロクトーキング	5	話し上手な自分 他人から見た新しい自分 普段話さない子の意外な一面
マイプロフィール	2	自分の意見を言っていない自分 自分が友人にどう思われているか
WANTED!	1	自分が思っていない自分
トラストサークル他	1	言葉で信用すると言いながら体は違う反応をしている自分
数字合わせ	1	他者と考えを共有することの難しさ

### 3. インプロでの体験について

インプロでの印象に残っているエクササイズと付随する自由記述を表 8 に示す。自由記述内容について

ては類似したものを集約して、表記してある。

表 8.印象に残っているインプロエクササイズと自由記述

機能(件数計)	エクササイズ	件数	自由記述
空気を読む(16)	秘密のセリフ	6	人の気持ちや場の空気を読むことは難しい 空気を読むことの難しさを知った 自分が何をすればいいのか考えるのが楽しかった
	言わせたい言葉	6	いろいろ工夫して、言ってもらえた時はすっきりした お互いに喜びを分かち合うことができた
	あなたは主人公	4	どうしたら読み取ってもらえるか考えた 相手に何を伝えたら分かってもらえるか考えた
伝える力・表現力(9)	私は有名人	6	人それぞれの感じ方があることを学んだ 当ててもらえたうれしさが何とも言えなかった
	動物ジェスチャー	3	とにかく面白かった
相手を見る(8)	私あなた	6	目線を合わせたコミュニケーションの大切さが分かった アイコンタクトが必要で難しかった 相手の目をみて受け渡さなければならない
	ゾンビゲーム	1	目線を合わせることの大切さを学んだ
	ウィンクキラー	1	自分はどう動けばいいか考えながら楽しく活動できた
今に生きる力・発想力(7)	拍手回し	3	クラス全体が一つになった 他者とアイコンタクト、思いを通じ合わせるのが難しかった
	何やってるの？	3	何をしたらいいのかというスリルが楽しかった お互いの気持ちを理解しあうことができた
	スピットファイヤー	1	やってみると瞬発的にできてしまう自分にびっくりした
他者を受け入れる(6)	そうそう	2	相手を否定せずに話をつなげていくのが難しかった なんでも聞いてくれてうなずいてくれるのはとても楽しかった
	私は木です	1	体を使って表現することの楽しさを感じた
	テレビショッピング	2	相手に伝える、興味を持ってもらうという難しさが分かった 友人がとても上手ですごいなと感動した
	プレゼントゲーム	1	次はどんな考えが出るんだろうと相手の発言が楽しみになる
状況判断力(6)	イス取りゲーム	4	相手の動きを読み、協力して行うのが楽しかった 自分が行う側になると思ったようにできずじれったかった。
	ナイフとフォーク	1	協力して作ることで楽しさがあった
	お助けオニ	1	広い視野を持って人を助ける必要性を実感した

(1)印象に残ったエクササイズ

印象に残っているインプロのエクササイズを機能別に見てみると、「空気を読む」機能に属するエクササ

イズに関する言及が 16 件と多い。しかし、その他のカテゴリーも 9 件～6 件と一定数の言及があり、それほど大きな偏りはないと言える。他方、ワンワード、ボールゲーム、ペーパーズなど数件のエクササイズについては言及が全くなかった。

「空気を読む」機能に属するエクササイズは、ゲームの具体的な形式はそれぞれ異なるが、二人一組あるいは数人の集団の中で一人が情報(正解)を知らない状態にしておき、周囲からさまざまなヒントを与えながら正解に導く形態をとる。非常にゲーム性が高いエクササイズであり、また参加する双方がリスクを負う課題でもある。自由記述では課題の難しさを指摘する言葉と課題への取り組みを示すと思われる「考えた」という言葉や達成にともなう「すっきりした」「喜びを分かち合う」という言葉が見られ、これらの課題に対する参加者のコミットメントの強さが感じられた。また、これらの課題はいずれも授業期間の後半に集中的に実施された課題である(表 1)。内容的・技術的に比較的高度な課題であるので、初期に実施するのは困難な課題でもあった。言い換えると、それまでにさまざまな課題に対する取り組みを通じて学んだことを総動員して取り組み、達成感を味わったとも言え、それがこの結果に反映されているのかもしれない。

次に「伝える力・表現力」では「うれしさ」「面白かった」という記述が多く、参加者がエクササイズを楽しんでいたことが窺える。表現することに本来伴っている楽しさを味わったといえるのではないだろうか。実際の授業でも、大声をあげて、笑いながら取り組む様子が印象的であった。

「相手を見る」はいずれもさまざまな形態をとりつつ共通してアイコンタクトを主題する課題である。「難しかった」「学んだ」という感想が多く、参加者が課題を「学習すべき」課題と捉えていた傾向が窺える。その他の感想でも、人の目を見ることについての苦手意識を述べているものが多く、参加者がこれらのエクササイズを自らの乗り越えるべき課題と捉えていたと言えよう。見方を変えるならば、本来苦手意識のあるアイコンタクトにエクササイズ形式で積極的に取り組んだ参加者が少なくなかったことを示していると言えよう。

「今に生きる力・発想力」では「クラス全体が一つになった」という一体感が述べられている。また「スリルが楽しかった」と言う積極的なとらえ方も見られる。1 件の感想であるがスピットファイヤーで「自分にびっくりした」という感想は注目に値する。スピットファイヤーは他者から随時与えられる無関係な言葉を取り入れながら、ストーリーを物語っていく課題であり、最初に説明・演示を行った際に尻込みする参加者がしばしば見られるが、やってみると案外できてしまう課題でもあり、そのような自らの隠された能力に気付く側面がある課題でもあるといえるかもしれない。

「他者を受け入れる」課題では、相手を否定しないことに関する困難さやその反対の他者に受け入れられることの嬉しさに関する記述が特徴的である。今回は言語的な課題が多かった。

これに対して「状況判断力」に関する課題はいずれも身体的な課題であった。イス取りゲームに関する言及が多いのは、課題の持つゲーム性によるものではないかと推測される。

## (2)インプロがもたらした意味について

最後にインプロがもたらした意味(変化)として述べられた内容について検討する。類似した記述をまとめ、集計したものを表 9 に示す(複数回答の場合は別個に集計してある)。

インプロがもたらした意味として記述された内容は、表現こそさまざまであるが、その言わんとするところは比較的少数にまとめることができる。

第一にコミュニケーションの重要性・難しさである。自分からサインを出すことや身体を使った表現の重

要性などに関する記述もここにまとめてある。広く他者との間でコミュニケーションをとることの重要性・難しさに改めて気づいた、という感想が最も多かった。またこれによって「日々の生活がとても楽しくなった」という記述や「将来の職業に生かすことができる」という記述も見られた。

次に他者を受け入れること、アイコンタクトの重要性が続く。他者を受け入れることについては、「相手を否定しないこと」という表現も複数含まれている。これに関連して「けんかが減った」「患者さんとの関わりに重要」という記述もあった。アイコンタクトについては「目を見ることの大切さ」「アイコンタクトで気持ちは伝わる」などである。

さらに場の「空気」を読むことがある。「臨床現場で重要」「家族関係や友人関係が改善された」という記述が含まれていた。

ほとんどの記述はこれら上位 4 件までに集約されていた。またこれらの内容は、表 8 に示した個々のエクササイズに関連した自由記述の内容とも関連していると言える。

表9.インプロがもたらした意味

意味	件数
コミュニケーションの重要性・難しさ	7
他者を受け入れることの重要性	6
アイコンタクトの重要性	6
場の空気を読むことの重要性	5
今に生きることの重要性	2
その他(協力すること、傾聴すること、信頼すること、周りに目を向けること)	4 (各 1)

このようにインプロが参加者にもたらした意味はさまざまであるが、これら上位 4 件の気づきは広い意味での人間関係との関連を言い表していると言える。そこで述べられていることはすべて人と人とのかかわりの中に含まれることであり、それらは最終的には「人間関係」に集約されると言える。これは SGE が最終的には「自分との出会い」に集約されるのと好対照をなしているともいえる。すなわちインプロには多くのエクササイズがあり、エクササイズの主なカテゴリーだけでも 6 つある。しかしそこから参加者が受け取る大きな意味は端的に言って「人間関係」に関する効果であると言えよう。

### まとめ

構成的グループ・エンカウンターとインプロを軸に高等学校で人間関係論の授業で行い、そこで参加者が受け取ったものをアンケート内容から分析した。自分にとってどちらが意味があったかという問いに対してはインプロという答えが相対的に多かったが、全体的には「決められない」という回答が多かった。「決められない」という回答の内、両者を対比して記述しているものにおいてその意図するところは、両者は優劣をつけるのにそぐわないという意味に解釈された。

構成的グループ・エンカウンターとインプロをそれぞれに比較したところ、構成的グループ・エンカウンターでは「自分との出会い」という回答が多く、インプロでは表現はさまざまであるが最終的には「人間関係」に集約されるのではないかと考えられた。はじめに述べたように、現在の教育現場では、児童生徒の人間関係がさまざまな局面で問題となっているが、インプロはそれらの問題に対して新たなかかわりの可能性を有している活動と言えるだろう。

## 注

1:インプロにおいては一般に「ゲーム」または「ワーク」という呼び方を用いることが多いが、本論文においては「エクササイズ」と表記することとする。

## 引用文献

- 茨城県教育委員会. 2009. 「好ましい人間関係をつくる予防的・開発的教育相談の在り方の研究」(茨城県教育研修センター).
- 絹川友梨. 2002. 『インプロゲーム 身体表現の即興ワークショップ』(晩成書房).
- 國分康孝. 1971. 『エンカウンター』(誠信書房).
- 小林正幸. 1999. 『ソーシャルスキル教育で子どもが変わる』(図書文化).