

## 集団の心を扱う臨床的センス

教育実践総合センター・夏野良司

<ねらい>

家族や学校や企業組織、地域コミュニティ等、心の問題は増大する一方であり、支援にもグループ・アプローチが重要になってきている。授業において、仲間や学級の集団を単位とする心理的援助活動を取り上げ、グループ演習を取り入れた活動によって、集団を扱うことのできる専門家の力量の研鑽を図ることをねらいとする。

<方法・対象等>

（対象）授業は、臨床心理士一種指定を受けている学校臨床心理専攻臨床心理学コースの必須科目に当たり、受講生は臨床心理学コースM1全員13名である。

（授業・教材）本年度は、学校の学級もしくは小集団の単位で実施できる、グループ・アプローチを4つを取り上げた。3,4名の班に分け、ひとつの班にひとつのアプローチを担当して、理論学習と実技演習の組み合わせで進めた。

具体的な授業構成と内容は、以下の通りである。

- 1 オリエンテーション
- 2 サクセスセルフグループ
- 3 自己表現グループワーク
- 4 構成エンカウンターグループ（理論）
- 5 構成エンカウンターグループ（演習）
- 6 ピアサポート（理論）
- 7 ピアサポート（演習）
- 8 社会的スキル教育（理論）
- 9 社会的スキル教育（演習）
- 10 ストレス・マネジメント（理論）
- 11 ストレス・マネジメント（演習）
- 12 病院におけるSSTの実践例
- 13 まとめ・アンケート

授業時間は演習によって、90分を越える場合

がある。

<結果>

最終授業後に実施した学生へのアンケートと授業時の発言、意見を参考資料として結果を整理すると以下ようになる。

1)演習について：

- ・非言語的アプローチは非常に興味深かった
- ・エクササイズは他の授業ではあまりないのでとても楽しかった
- ・発表時はかなり緊張してかなり焦った
- ・毎時間のエクササイズは充実し楽しかった

2)理論と演習の組み合わせ：

- ・理論解説の後に演習をする組み合わせで、理論が体験的に理解しやすかった。
- ・理論とエクササイズ両方するというのは初めてだったので興味深かった。

3)授業の場所：

- ・プログラムによっては身体を動かすエクササイズがあったので、もっと広い教室があったらよいと思った。

4)授業の準備：

- ・準備に時間が必要だったが、時間外の自由時間を使ってやれたのでそんなに苦ではなかった

5)授業時間：

- ・各回により時間設定に長短があり困った。
- ・時間内に収めるのが難しかったので、終了の時間を気にしないでできたらと思った。

6)使用教材、資料：

- ・先生から文献や資料を提供してもらえたので、準備が進めやすかった。
- ・ビデオ視聴を通してソーシャルスキル教育の現場での実際を見て、その応用の広さに驚いた。
- ・病院におけるSSTDVD教材は大変興味深かった

・もっと視聴覚教材があれば、現場の実際がよくわかってよかったと思う。

#### 7)デモンストレーション：

・最初にM2にデモをみせてもらえたのがその後の進め方にとっても参考になりよかった。

#### 8)トレーナーの疑似体験：

・トレーナー役として授業形態で50分のエデュケーショナルな授業をするという体験そのものが斬新だった

・ファシリテーターの具体的な働きかけ方についていもっと知りたいと思った

・すごく楽しめた。始めて合う人と行ったらどのようなものになるのか興味が湧いた

#### 9)グループ体験と関係づくり

・グループ学習をすることで友人との関係性も深まりよかった

・グループアプローチは幅広いが故に難しいなと感じた。

・先生も参加されて全員で楽しく学べたことも良かったと思う。

#### 10)応用性、有用性

・ピアサポートは、いじめ問題の解決に役に立つと感じた。

・子どもたち自身の力を重視するアプローチは学校限でもっと扱われるべきだと思った。

・ピアサポートは今すぐにでも実践に取り入れられそうだった。

・ストレスマネジメントは、日常的に活用できると思った。

・ピアサポートは”支え合う”精神や方法を学べ、新たな発見も多々ありとても勉強になった。

・自分を知ることと他者を知ることとはどんな年齢の人にも共通するテーマだと思う。それを扱うアプローチを身につけることは今後いろんな場で役に立つだろうと感じた

#### 11)自己への気づき：

・自分の日常的な社会的スキルについても考えさせられる体験学習だった。

・エクササイズ後のシェアリングの重要性がよくわかった

・以前から関心のあったストレス自己コントロール法について体験できて嬉しかった

・自律訓練は半信半疑だったが、自分の身体の変化を感じてとても不思議な気がした。

・自律訓練法は、自分で体感して気づくことが多かった

#### <まとめ>

今回は受講者が13名と例年より多いために、4つのアプローチを取り上げた。当初、多過ぎるのではないかと心配したが、学生の反応は意外とよく、まだ知らない色んなグループアプローチの理論と技法に触れることで新鮮であったようである。また、受講者になり、仕事としてだけでなく、自分自身のメンタルヘルス、ストレス解消の手法としても、今回取り上げたアプローチは受け容れられたようである。

授業の進め方として、理論と実践の組み合わせは好評価であり、体験学習を入れることで理論がよくわかるという意見が多い。また、エクササイズの遊び的要素と人との交流の緊張と心地よさは、臨床心理の学習動機づけを高めるものであると思われる。

特に、学生にとり、授業者(トレーナー、ファシリテーター)役割をとっての授業での演習は、かなりストレスのかかるが、その分手応えと達成感が得られるものようである。

資料教材の面では、ビデオなど実践の具体を映した映像教材を要望する声大きい。先輩によるデモンストレーションは高評価である。演習の時間に関しては、討議をいれると一回2時間で実施するのが適当かもしれない。場所はもう少し広い教室が望ましい。