

## グループによる支えと学び

教育実践総合センター・夏野良司

はじめに

家族、学校、病院、企業、地域コミュニティ等、心の問題は増大する一方であり、支援にもグループ単位でのアプローチのニーズが高まっている。

本授業では、仲間や学級の集団を単位とする心理的支援を取り上げ、グループワークを取り入れた模擬授業を通して、集団を扱うことのできる心理臨床家の力量形成を図る。

### 【方法・対象】

（対象）授業は、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の11名。

（授業・教材）4種類のグループアプローチを取り上げた。学生はグループを組んで、その中から一つを選択して、理論学習と演習の連続二コマの模擬授業を行う。

- 1.オリエンテーション
- 2.心理教育とアセスメント1
- 3.心理教育とアセスメント2
- 4.認知行動療法と SST
- 5.アサーショントレーニング（理論）
- 6.アサーショントレーニング（演習）
- 7.ソーシャルスキル教育（理論）
- 8.ソーシャルスキル教育（演習）
- 9.構成エンカウンター（理論）
- 10.構成エンカウンター（演習）
- 11.ストレスマネジメント教育（理論）
- 12.ストレスマネジメント教育（演習）
- 13.インシデント法による校内研修
- 14.まとめ・アンケート

### 【結果】

回答者11名、自由記述式によるアンケート結果の分析。

（授業内容）

・様々なグループアプローチについて学ぶことが出来てよかった・一人ではこれほど多くのことはなかなか勉強できない・お互いが自慢料理を持ち寄ってパーティを盛り上げた感じ・毎回、担当者が工夫してくれるので、よく分かるし楽しみながら学べた・知らない内容だったので、勉強になった・演習があることで、実践上の課題が見えてきた・演習の中で理論的な意義を確認しながら進めることが出来てよかった・四通りのアプローチはいずれも実践的に応用可能なものでよかった。

・アサーションははじめての体験でとてもよかった・プレゼン形式の授業は初体験で大変そうにおもったが、やってみると良い勉強になった

（使用テキスト、教材、資料等）

・毎回、パワーポイント印刷資料を配布してくれるのでわかりやすくメモも取りやすかったし、あとで見直しやすかった・テーマに応じて、資料や文献が提示されていた・ビデオは参考になった・用意された文献も資料作りに参考になった・毎回、ワークに必要なプリント類も用意されており、授業展開がスムーズにいた。・精神科ディケアのDVD教材は体験する機会の得にくい活動について学べてとても参考になった。・基礎的な内容から発展的なものまで、取り上げた資料文献であったので、再確認と新しい学習ができた

（授業方法）

・プレゼンの仕方が学べた・アイスブレイクから授業に望む方法は気持ちの切り換えができて素晴らしいと思った・理屈だけでは、ほんとに効果があるか分からなかったが、体験を通すことで、

本から学んだこと以上のものを発見でき理解できた・意見やグループ発表をしやすい雰囲気がよかった・参加型の授業で楽しく学べた・自分で調べたり、授業作りをするのでとても勉強になった・自分で実際にやってみることで理解しやすかった・毎回多様な授業を経験できて充実感があつた・各グループで自分たちの工夫ができる点良かった・自分たちが選んだグループアプローチであったので、自主的に責任を持って計画的に授業の準備が出来た・準備にとっても時間がかかったが、その分、より深く学ぶことが出来た・先生がメンバーとして参加されたので、楽しい授業となった。・各グループ毎に種々の趣向をこらして実践をしてもらったので、生徒になった木で楽しめた・楽しむことで工夫や想像力が養われると思つた

(授業場所、時間、運営方法等)

・机や椅子をワークに合わせて並び替えることが出来て、活動しやすかった・各テーマを2週に分けることで、理論と実践、それぞれに集中することが出来たと思う・場所も一時間半の授業時間も適切だったと思う・前の授業と同一教室であったので、準備する時間がゆっくりとれてよかった。・2回目の授業が復習になり理解が進んだ・2週間連続で授業は大変でしたが、理論を実践を通して理解する意味でよかった・臨床心理の授業が2時間つながっているので準備がしやすくなった

(その他)

・インシデント法は学校現場に適した研修法だと思った。・シンシデント法は、連帯感を深めることが出来る素敵な手法だと思った・カンファレンスもインシデント法的なやり方で行ってみると色々な意見が出ていい解決方法が導き出せるかも知れないと思つた・時間的には黒板に書き出すブレインストーミングやpostit方式を使うと可能かと思つた。・患者会のファシリテータ役割(ピアサポート)も学びたかった・どの年齢層に合わせてワークを選択したらいいか戸惑つた。指示をしてもらった方が良かった。

## 【まとめ】

今回は受講者が11名であるので4種類のアプローチを取り上げた。多過ぎるか心配したが、学生には積極的に評価しており、色々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、受講者によっては、仕事としてだけでなく、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入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を高めるものと思われる。この度の実践で毎回行ったアイスブレイクは、雰囲気作りにとっても便利な小技である。

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、かなりストレスがかかるが、その分手応えと達成感が得られるようである。

資料教材の面では、ビデオなど実際の映像教材を要望する声大きい。演習の時間に関しては、討議をいれて一回1時間半でよいが、準備のために休憩時間30分は必要のようである。