

参画型の半構成的グループ・エンカウンターが
自己と他者に対する態度変容に与える効果 (1)
—効果測定のための尺度構成と信頼性および妥当性の検討—

浅井千秋

Effects of Participational Semi-structured Group Encounter
on Attitudes toward Self and Others (1):
Development of the Scales and Evaluation of their Reliability and Validity

ASAI Chiaki

Abstract

The purpose of this study was to develop scales to measure the effects of participational semi-structured group encounter on attitudes toward self and others, and to evaluate their reliability and validity. Six scales (internal self-disclosure, understanding and acceptance of others, self-inquiry and understanding, sense of acceptance by others, self-affirmation and acceptance, and expectancy of growth and contribution) were developed. 43 participants were asked to rate them just before the sessions. Principal component analysis identified one component for each scale, and the scales' reliability as shown by Cronbach's α was sufficiently high. Furthermore, constructive validity was demonstrated by the correlation patterns among the scales.

問 題

1. 大学教育における心理教育と構成的グループ・エンカウンター

青年期にいる大学生は、自己を確立する心理社会的発達段階にあり、様々な他者との関係を築き、自己を探求し理解した上で将来の方向を決定することが課題となる時期である (Erikson, 1968)。しかし、親密な友人関係の形成ができず、大学において心理的な居場所がないといった問題を抱える学生 (八木, 2016; 石本, 2010) や、自己の特性を明確にできず、大学生活や将来の職業への意欲を喪失している学生 (下山, 1995; 下坂, 2001; 松井・中村・田中, 2010; 古市, 2012) の存在が指摘されている。

こうした中、大学教育において、自己理解や自己肯定感の向上 (水野, 2010; 水野・嶋原・田積・

新美・興津,2013;武蔵・河村,2009)、友人関係形成の促進やコミュニケーション能力の育成(青野,2010;入江・菅原・開・清水,2008;亀ヶ谷,2017)、精神的な問題の予防(亀山・及川・坂本,2016;清水・児玉,2001;堀・島津,2007)などを目的として、様々な心理教育的実践が行われるようになってきている。また、看護、教職、保健福祉職、心理専門職といったヒューマン・サービスの分野の職業を志望する学生や大学院生に対して、職業で必要となるコミュニケーション能力の育成などを目的としたプログラムも行われている(小坂・永易,2011;長田・松尾・古賀・土作,2001;田中,2013;長谷川・小澤・森川・松森・沖・島谷,2012;竜崎・阿部,2014)。

このような心理教育のために広く実践されている代表的な方法の1つが、構成的グループ・エンカウンター(structured group encounter : 以下SGEと表記)である(水野,2014)。片野(2003)や河村(2001)に基づいて定義すれば、SGEとは、参加者の特徴やニーズ、人数や時間などの条件の下で、心理教育的な目的を持って設定された課題をリーダーが提示し、これに沿ってグループ・メンバーが自己の内的探求や感情表現を伴う交流を中心とした活動を行うグループ・アプローチである。SGEの心理教育的効果については、片野(2007)、押江(2011)、武蔵(2013)、水野(2014)など多くの研究で実証されている。

2. 参画型の半構成的グループ・エンカウンター

SGEのルーツの1つであるベーシック・エンカウンター・グループ(basic encounter group : 以下BEGと表記)は、Rogers(1970)によって、カウンセラーの養成のための集中的グループ体験の成功から発展したが、筆者もスクール・カウンセラーなど臨床心理分野の職業を志望する大学院生を対象に、通常の授業と合宿においてSGEを中心とした心理教育プログラムを実施してきた。

通常の授業は春学期(4月～7月)に週1回×15回で行われ、グループ・アプローチをテーマに、SGEなどのグループ体験を用いた心理教育についての解説、筆者がファシリテーターとなって行うエクササイズへの参加、フォーカシング(Gendlin,1978)を用いた感情の気づき、受講する大学院生によるエクササイズの開発、ファシリテーションのための傾聴練習が行われる。そして、通常授業終了後の夏季休業期間に、2泊3日のグループ・エンカウンター合宿が実施される。合宿では、エクササイズを開発した大学院生がリーダーとしてエクササイズを進行し、リーダー以外の大学院生は参加者となる。

エクササイズを設計した者がリーダーとなってエクササイズを進行すると共に、他のエクササイズでは参加者となるというグループ・エンカウンターは、山本(2001)によって開発された参画型SGEの方法である。参画型SGEには、メンバーの参画度と動機づけが高いなどの効果があるという(上久保・田中・樋口・山本,2000;河野・田中・奥野・山本,2007)。

また、エクササイズの進行中に、参加者の内的な体験過程を促進できるような場面で、筆者が適宜介入を行っている。その結果、しばしば当初の課題にない内的な体験過程やメンバー間の自由な交流が生まれる点で、半構成的エンカウンター・グループ(semi-structured encounter group)の特徴も持っている。半構成的エンカウンター・グループは、テーマが設定され、メンバー全員が発言するといった構成はあるが、グループの進め方はその展開によって

柔軟に変更されるようなグループ体験の方法である(森園・野島,2006)。一般的なSGEと比べて、半構成的エンカウンター・グループの実践や効果の検討は、森園・野島(2006)や篠原・野島(2007)など極めて少ない。

そこで本稿では、参加者がエクササイズを設計し、そのリーダー役を担うと共に、グループの展開に合わせて柔軟な進行を行うようなグループ・アプローチを、参画型の半構成的グループ・エンカウンター(participational semi-structured group encounter : 以下、PSGEと表記)と呼び、その体験が参加者にもたらす心理教育的効果を明らかにする研究の一環として、まず、PSGEの効果指標となる個人の態度要因を特定した上で、これらの傾向を測定する尺度を構成し、その信頼性と妥当性を検討する。

3.参画型の半構成的グループ・エンカウンターの効果に関する要因

BEGやSGEの実践の多くは、後述するように、自己の開示や探求、自己の肯定や受容、他者の理解や受容など、自己と他者に対する態度の肯定的な変容を主な目的として行われ、その効果を検討する際にも、こうした態度を測定する心理尺度が用いられてきた。本研究においてもまず、PSGEの効果として期待される自己と他者に対する態度の要因を明確にしていこう。

(1) 内面的な自己開示

Rogers(1942;1970)は、人間中心のカウンセリングやBEGにおいて、自己の個人的な経験や感情を表現することが、パーソナリティに肯定的な変容をもたらすことを示した。自己開示には、自己を明確化する機能があり(安藤,1986)、ストレスの低減など精神的な適応とも関連している(Jourard,1971;榎本,1997;福岡,2008)。また自己開示は、親密な対人関係を築く際に重要な役割を果たしている(Altman,1973;Won-Doornink,1979;岡田,2008)。

SGEにおいても、自己の価値観や性格の傾向、過去の経験や現在の感情など、自己の内面に関わる情報について自己開示を行うエクササイズが多く行われ、参加者の自己発見や感情表現の交流を促進する上で中心的な役割を果たしている(國分・片野,2001)。こうしたことから、平山(1993)や水野ら(2013)は、自己開示をSGEの効果測定する尺度やその項目として取り上げている。

そこで本研究では、否定的な面を含めて自己の考えや感情を他者に伝えていることを内面的な自己開示と呼び、PSGEの効果測定する尺度の1つとして取り上げる。

(2) 他者の理解受容

グループの中で参加者が自己開示を行ったとしても、メンバーがそれをどのような態度で聴くかによって、その効果は大きく異なってくるだろう。Rogers(1942;1958)は、カウンセラーの受容的な態度が、クライアントの自由な自己表現を促進するという。BEGにおいても、聴き手が相手を尊重する態度で傾聴し、共感的に理解しながら支援することが、話し手の自己探求や自己開示を促す心理的に安全な雰囲気を作るという(Rogers,1970;安部,2010)。福岡(2008)や山田・及川(2016)も、自己開示に対する他者からの受容が、開示者の肯定的な感情変化や問題の再解釈を促すことを明らかにしている。

また、他者を尊重する態度で理解し受容するという情緒的な支援行動は、自己開示の聴き手にとっても、親密な対人関係を築くために役立つだけでなく(Alberti & Emmons,1970;伊藤,2003)、臨床心理や看護などヒューマン・サービスの専門職を志望する者にとって不可欠なスキルでもある(Rogers,1986;永野,2004)。他者の理解と受容は、S G E がもたらす成果の1つとして取り上げられており(片野,1994;武蔵 2013)、S G E の効果を測定する尺度としても用いられている(平山,1993;水野ら,2013)。

そこで本研究では、他者の考えや感情を尊重して理解し受容するなどの情緒的な支援をしていることを他者への理解受容と呼び、P S G E の効果を測定する尺度として取り上げる。

(3) 自己の探求理解

Rogers(1942;1959;1970)は、受容的なセラピーやB E G の中で、自己の感情などの内面を探求し理解しながら、自己実現が促されることを示した。S G E においても、自己への気づきによる行動変容が重要な目的の1つとされている(片野,2003)。本研究が取り上げるP S G E の合宿でも、受容的な雰囲気の中で、グループのメンバーが自己の内面や行動について振り返り、理解していくと同時に、こうして得られた気づきをお互いに表現し理解し合う交流に多くの時間が使われる。この中で参加者は、否定的に思われるものも含め、安心して自己の内面を探求し、自己理解を深めていくことができる(Rogers,1970;國分・片野,2001)。

また、自己の探求や理解の具体的な行動といえる自己への内省やフォーカシング的な自己注意は、自己の受容と信頼(高野・坂本・丹野,2012;河崎,2010)や、うつ傾向の低さなど精神的な適応(伊藤,2000;高沢・伊藤,2009;福盛・森川,2003;田淵・及川,2018)と関連があり、自己理解の深化には、自己受容や自己実現的態度を引き出す効果があることも示されている(青木,2009)。

こうした自己の探求と理解は、自己を確立していく時期にいる学生に限らず、臨床心理の専門職を志望する者にとっても重要な経験といえ(竜崎・阿部,2014)、自己発見や自己理解は、B E G やS G E の効果を測定する尺度やその項目になっている(平山,1993;水野ら,2013)。

そこで本研究では、否定的な面を含めて自己の心理やその傾向を探求し理解していることを自己の探求理解と呼び、P S G E の効果を測定する尺度として取り上げる。

(4) 他者からの受容感

B E G やS G E の中で、否定的な面を含めて自己開示し、それがメンバーから理解され受容されるという経験は、他者から自己を理解され受容されている感覚を生む(Rogers,1970;水野,2012;武蔵,2013)。Rogers(1942;1958)によれば、周囲の人からの理解や受容は、さらなる自己の探求と開示を促し、こうした過程を通して、自己の統合などパーソナリティの肯定的な変化が可能になるという。

他者からの受容感は、自己の肯定や受容(Leary,Haupt,Strausser,& Chokel,1998;原澤,2017)だけでなく、うつ傾向の低さのような精神的な適応(杉山,2002;諸井・坂上・野島・岡本,2015)や、社会的スキルの高さなどの社会的な適応(鈴木・小川,2007;徳永・稲畑・原田・境,2013)とも関連がある。片野(2007)は、S G E での他者からの受容体験が自尊感情を高めると述べており、藤田・西川(2002)は、他者からの受容感をS G E の効果を測定する尺度として用いている。

そこで本研究では、否定的な面を含めて自己の心理やその傾向を他者から理解され受容され

ていると感じていることを他者からの受容感と呼び、PSGEの効果測定する尺度として取り上げる。

(5) 自己の肯定受容

否定的な面を含めて自己を内省し理解する経験や、自己を他者から理解され受容される経験は、自分自身の性格や経験などについて否定的な面を含めて肯定し受容する態度を生み出すという(Rogers,1980;高野ら,2012)。

自己の肯定と受容は、自己開示傾向(高野ら,2012)や自己の内省および明確性(亀田,2003;Campbell,Trapnell,Heine,Katz,Lavallee,& Lehman,1996;高橋・伊藤,2014)と関連があると同時に、主観的幸福感のような精神的な適応(牧野・田上,1998;高坂,2011;伊藤・小玉,2005)や、他者への共感と受容、利他的性格、対人関係への満足などの社会的な適応(板津,2006;沢崎,1985;原田,1992;赤川・下田・石津,2016)との関連も示されている。

またBEGにおいて、自己の肯定や受容は、自己を統合していく過程における重要な局面とされている(Rogers,1942;1970)。押江(2011)、高田・坂田(1997)、水野(2010)、本田・大島・木嶋・内榕(2008)は、BEGやSGEによって自尊感情や自己受容が高まることを明らかにしており、これらはSGEの効果測定する尺度としても用いられている(水野,2012;水野ら,2013)。

そこで本研究では、否定的な面を含めて自己の特性や存在を肯定し受け入れていることを自己の肯定受容と呼び、PSGEの効果測定する尺度として取り上げる。

(6) 成長貢献への期待

Rogers(1970)や片野(2003;2007)は、BEGやSGEのようなグループ体験が心理的成長をもたらすとしていると共に、自己の肯定や受容を心理的成長の重要な側面の1つと考えている。水野(2016)は、SGEによる心理的成長の具体的内容として、この他に自己の発見や表現、他者への信頼感や受容を挙げている。そして、磯野・飛永(2012)、信野(2008)、亀田・相良(2011)、有馬(2010)、Park,Cohen,& Murch(1996)は、自己開示、自己の内省や理解、自己肯定や受容、他者への支援が自己成長感を高めることを示している。PSGE体験を通して、自己の内面を探求し理解しながら、それを開示できた者や、それを他者から受容され、自己を肯定し受容するようになった者、他者を理解し受容するなどの情緒的な支援ができるようになった者は、自分が心理的に成長し、他者にも貢献できたと思うだろう。

こうした自己や他者に対する態度変容が集中的なグループ体験の中のみで終わってしまうならば、その意義は限定的となるが、Rogers(1970)が例証しているように、こうした変化はグループ体験で終結するものではなく、その後の日常生活の中でも継続していく。武蔵(2013)は、日常生活でも自己の態度を変容させるように動機づけることをSGEの目的として挙げており、参加者が集中的なグループ体験後も、自己の成長や他者への貢献に動機づけられることが望ましいだろう。

Bandura(1977)のように、持続的な動機づけを効力期待によって説明する理論に基づけば、自己の成長や他者への貢献が可能であるという効力期待が、グループ体験後の自己成長や他者貢献への動機づけを高めると考えられる。しかし、様々な経験の結果として生じる成長感に関する研究(Park, *et al.*, 1996; 信野, 2008; 磯野・飛永, 2012)や、現在の他者への貢献感に関する研究

(野田,1998;高坂,2011)は行われているが、今後も成長や貢献が可能であるという効力期待については、細川・津田・松本(1993)がBEG参加者の記述として挙げている自己変化への期待や、Robitschek, Ashton, Sperring, Geiger, Byers, Schotts, & Thoen(2012)が自己成長の主体性の項目として取り挙げている自己成長への効力感の他、金子(2003)や藤里・小玉(2011)の研究に関連する質問項目が散見されるのみである。

そこで本研究では、自己を心理的に成長させ、他者に貢献できるようになるという将来に対する期待を成長貢献への期待と呼び、PSGEの効果を測定する尺度として取り上げる。

以上の検討から本研究では、PSGEの効果に関連する要因として、内面的な自己開示、他者の理解受容、自己の探求理解、他者からの受容感、自己の肯定受容、成長貢献への期待の6つを取り上げる。そして、これら6要因の測定尺度を構成した上で、内的整合性の指標によって尺度の信頼性を検討し、最後に、各尺度間の相関関係に基づいて基準関連妥当性を検討する。

方 法

1. 参画型の半構成的グループ・エンカウンター合宿の実施概要

PSGE合宿は2006年～2016年の毎年9月に行われた。参加者は各回7名～14名で、参加者は合宿前の春学期にグループ・アプローチの授業を受講した大学院生である。

合宿は2006年のみ3泊4日で、他の7回は2泊3日で行われ、最初に筆者によるオリエンテーションと導入エクササイズを行った後、大学院生が開発したエクササイズを5～7セッション実施し、最後に筆者による振り返りのエクササイズを行って終了した。各エクササイズの所要時間は1時間～3時間程度である。合宿で実施されたエクササイズの例を表1に記す。

2. 調査の時期と対象

PSGE合宿の参加者に対して、合宿の1か月前、開始直前、終了直後、1か月後の4つの時点で同一の質問紙を配布し回答を求めた。また参加者には、研究の趣旨と調査内容を説明し、調査結果は匿名化して分析され発表されること、研究への協力は自由意志で決められることを伝え、全員の同意を得た上で調査を実施した。

実施時間が少なかった2007年と全時点で調査が実施されなかった2009年と2010年を除く8回の合宿参加者、計43名を対象とし、開始直前の回答データを用いて、尺度の信頼性と妥当性を検討した。参加者の構成は、男性が19名(44.2%)、女性が24名(55.8%)、年齢は21歳～51歳で、大学卒業後に大学院に進学した者が33名(76.7%)、就業経験後に大学院に進学した者が24名(23.3%)である。

3. 調査項目

内面的な自己開示、他者への理解受容、自己の探求理解、他者からの受容感、自己の肯定受容、成長貢献への期待の6つの要因に関する質問項目を、Rogers(1970)、細川・津田・松本(1993)、

参画型の半構成的グループ・エンカウンターが自己と他者に対する態度変容に与える影響（1）

平山(1993)、松浦・坂原・清水(2005)、杉山(2002)、沢崎(1993)、金子(2003)を参考に新たに作成した。各要因の質問項目を表2～表7に示す。表中の(R)は逆転項目を表している。すべての項目は、”まったく当てはまらない”から”かなり当てはまる”までの7段階評定尺度である。

| 表1 グループ・エンカウンター合宿で実施されたエクササイズの例 |
|---|
| 1.身体的な表現や動作を行う課題 |
| (1)指示役と目隠しやマスク(話さない)をして作業する役に分かれ、新聞紙を積んで高さを競う。 |
| (2)ペアになって目を閉じて手をつなぎ、メンバーへの気持ちや感謝を手の動きで伝える。 |
| 2.ゲームの中で自己表現を行う課題 |
| (1)フルーツ・バスケットでオニが性格を表す言葉を伝え、該当する人が立って椅子を移動する。 |
| (2)ジェスチャーゲームで、自分を動物に例えてそれを動作で表現し、メンバーが当てる。 |
| 3.仮想的設定で創作や演技を行う課題 |
| (1)提示された物語の中の主人公になり、魔法で願いが叶うなら何を願うかを答える。 |
| (2)葛藤する選択がある場面を提示し、自分やメンバーならどうするかと理由を考えて説明する。 |
| 4.絵や造形物で自己表現を行う課題 |
| (1)提示された状況での自分の内面を色や形で表現し、本人が説明してメンバーが印象を伝える。 |
| (2)自分の特徴を色や形で画用紙に表現し、自分の好きな面と嫌いな面を記入して説明する。 |
| 5.提示した設定に沿って自己開示する課題 |
| (1)自分を表す色のカードを選んで説明する。メンバーもその人を表す色のカードを選んで説明する。 |
| (2)動物、色、音楽、天気などの選択肢から、自分の性格を表すものを選んで表現し説明する。 |
| 6.紙面上で自己開示の内容を記述・配置する課題 |
| (1)自分を紹介するパンフレット(性格や物事への好み、価値観などの項目)を作成して説明する。 |
| (2)自分の性格を表す11枚のカードを選び、サッカーチームのメンバーのように配置し説明する。 |
| 7.ゲーム等でテーマを指定して自己開示する課題 |
| (1)テーマが記されたすごろくで、止まった場所のテーマについて自己開示する。 |
| (2)袋に入ったカードを取り出し、記されたテーマについて自己開示する。 |
| 8.否定的な認知や感情の転換を図る課題 |
| (1)自己の否定的な面を受容した上で、肯定的な観点を探したり、リフレーミングを行う。 |
| (2)怒り・恐怖・悲しみ等の感情経験を紙面に記入し説明して、その紙を丸めて箱に投げ入れる。 |
| 9.コミュニケーション・スキルの練習を行う課題 |
| (1)人間関係での不快体験を開示し、その感情を感じた上で、アサーティブな伝え方を考える。 |
| (2)大切・苦手なこと等のテーマで、Aが話しBが傾聴しCが観察した後で、振りかえりを行う。 |
| 10.メンバーのフィードバックから自己理解を図る課題 |
| (1)メンバーと本人が性格や志向、動物等による比喩を紙面に記し、比較して発見を話し合う。 |
| (2)メンバーの良い点・魅力・合宿中の影響・感謝を紙面に記し、本人が受け取り感想を話し合う。 |

4.分析方法

まず、内的整合性に基づいた尺度の信頼性を検討するため、各尺度の質問項目に対する回答

に対してそれぞれ主成分分析を行い、尺度の一次元性を確認した上で、信頼性係数(α 係数)を算出した。

次に、基準関連妥当性を検討するため、各尺度の質問項目に対する回答の合計を尺度得点とし、全尺度間の相関係数を算出した。一般に基準関連妥当性は、対象となる尺度について、それらと関連が強いと予測される外的要因の尺度との相関関係に基づいて検討される。しかし本研究では、6つの要因をそれぞれ独立した態度として定義した上で尺度化しており、その関係性が多くの研究で取り上げられ十分に検討されていることや、P S G E合宿の実施における時間的な制約上、効果測定のため尺度以外に質問項目を設定することが難しかったことから、上記6要因の尺度間に示された相関関係から、各尺度の妥当性を検討することとした。

結 果

本研究で取り上げた6要因の尺度得点に対して、それぞれに行った主成分分析の結果と信頼性係数を表2～表7に記す。各尺度とも、すべての質問項目が第1主成分に対して高い負荷量を示した。

各尺度の信頼性係数は、 $\alpha = .60 \sim \alpha = .86$ の値を示し、他者の理解受容($\alpha = .60$)と自己の探求理解($\alpha = .69$)の信頼性が若干低いものの、他の尺度については、 $\alpha = .78$ 以上の高い信頼性が得られた。

| 表2 内面的な自己開示の主成分分析 | | |
|--|----------------|------|
| 質 問 項 目 | $\alpha = .80$ | I |
| Q20.私は、ありのままの気持ちをうまく表現できないことが多い。(R) | | 0.87 |
| Q21.どう思われるかを考えると、自分のことを人に言えなくなってしまう。(R) | | 0.83 |
| Q18.私は、自分が感じたままを、他者に伝えることができる。 | | 0.74 |
| Q19.親しい人にも、心の内を明かすことは少ない。(R) | | 0.74 |
| Q17.私は親しい人に、自分の悩みや失敗などを話している。 | | 0.69 |
| 固 有 値 | | 3.02 |
| 表3 他者の理解受容の主成分分析 | | |
| 質 問 項 目 | $\alpha = .60$ | I |
| Q29.私は、相手の考えや気持ちを尊重しながら、接している。 | | 0.72 |
| Q30.私は、悩みを抱える人の心の支えになることができる。 | | 0.69 |
| Q31.私は、自分と性格や価値観の合わない人でも、受け入れることができる。 | | 0.68 |
| Q28.私は、他人がどのような気持ちでいるのかうまく察することができない。(R) | | 0.51 |
| Q32.私は、相手に対する評価によって、その人への態度が変わってしまう。(R) | | 0.45 |
| 固 有 値 | | 1.93 |

| 表4 自己の探求理解の主成分分析 | | |
|-------------------------------------|----------------|------|
| 質問項目 | $\alpha = .69$ | I |
| Q12.自分の心の問題に向かい合うのはいやだ。(R) | | 0.80 |
| Q15.私はいつも、自分がどのような気持ちでいるのかわかっている。 | | 0.75 |
| Q14.私は、自分のやりたいことが何なのかわからない。(R) | | 0.67 |
| Q11.いやな面も含めて、自分がどんな人間なのか深く知りたいと思う。 | | 0.62 |
| Q13.私は、自分の性格の長所や欠点について、よく理解している。 | | 0.47 |
| 固有値 | | 2.26 |
| 表5 他者からの受容感の主成分分析 | | |
| 質問項目 | $\alpha = .78$ | I |
| Q25.私の気持ちに心から共感してくれる人が身近にいる。 | | 0.80 |
| Q24.本当に自分のことを理解してくれる人はいないと感じる。(R) | | 0.77 |
| Q26.周りの人は、欠点も含めて私を受け入れてくれると感じる。 | | 0.74 |
| Q22.周囲の人たちは、私のことをよくわかってくれる。 | | 0.70 |
| Q23.他人には、私の考えていることがわからないと思う。(R) | | 0.57 |
| 固有値 | | 2.59 |
| 表6 自己の肯定受容の主成分分析 | | |
| 質問項目 | $\alpha = .78$ | I |
| Q04.私には欠点や失敗もあるが、それでも自分が好きだ。 | | 0.82 |
| Q03.私は、今の自分をありのままに認めることには抵抗がある。(R) | | 0.80 |
| Q01.たとえ人に誇れるものがなくても、自分は価値のある人間だと思う。 | | 0.76 |
| Q05.自分のこれまでの人生について、後悔することが多い。(R) | | 0.74 |
| Q02.私は、性格や外見などの自分の特徴を受け入れている。 | | 0.63 |
| 固有値 | | 2.83 |
| 表7 成長貢献への期待の主成分分析 | | |
| 質問項目 | $\alpha = .86$ | I |
| Q06.私は、魅力的な人間に成長できると思う。 | | 0.84 |
| Q09.私はこの人生で、何か価値あることができる気がする。 | | 0.82 |
| Q10.私は、人の役に立つ人間になれると感じる。 | | 0.80 |
| Q07.私は、自分をより良く変えていくことができると思う。 | | 0.80 |
| Q08.自分の心の問題を解決できるとは思えない。(R) | | 0.69 |
| 固有値 | | 3.15 |

6 要因に関する尺度得点間の相関係数を表 8 に記す。内面的な自己開示と他者への理解受容との間に有意な相関がみられなかったことを除けば、他のすべての要因間には 1%水準で有意な相関があった。

内面的な自己開示と成長貢献への期待との相関が $r = .41$ 、自己の探求理解との相関が $r = .44$ 、他者への理解受容と他者からの受容感との相関が $r = .42$ と比較的弱い相関が示されたのに対

し、自己の肯定受容と成長貢献への期待との相関が $r=.76$ 、自己の肯定受容と自己の探求理解との相関が $r=.72$ 、成長貢献への期待と自己の探求理解との相関が $r=.67$ と比較的強い相関が示された。

表8 参画型の半構成的グループ・エンカウンターの効果に関する要因間相関

| | 内面的な自己開示 | 他者の理解受容 | 自己の探求理解 | 他者からの受容感 | 自己の肯定受容 |
|----------|----------|---------|---------|----------|---------------------|
| 他者の理解受容 | 0.15 | | | | |
| 自己の探求理解 | 0.44 ** | 0.49 ** | | | |
| 他者からの受容感 | 0.55 ** | 0.42 ** | 0.54 ** | | |
| 自己の肯定受容 | 0.56 ** | 0.46 ** | 0.72 ** | 0.63 ** | |
| 成長貢献への期待 | 0.41 ** | 0.53 ** | 0.67 ** | 0.62 ** | 0.76 ** |
| | | | | | ** $p < .01$ $N=43$ |

考 察

1. 尺度の構成概念妥当性

6つの要因はいずれも、BEGやSGEの効果に関する研究に加え、関連する多くの研究知見に基づき、互いに独立した態度としてその意味を明確に定義した。その上で、それらの意味内容を反映した質問項目を設定し、各要因の効果を測定する尺度を構成した。こうした過程を通して、6つの尺度の構成概念妥当性を示すことができたと考える。

2. 尺度の内的整合性と信頼性

6要因の尺度得点それぞれに対して行った主成分分析の結果からは、全尺度ともに一次元性が確認された。また、他者の理解受容と自己の探求理解の信頼性係数は若干低いものの、他の4つの尺度については高い信頼性係数が得られた。全体として、本研究で構成された6つの尺度については、一定の内的整合性が示され、効果測定に必要な信頼性を確保できたといえる。

3. 尺度間の相関関係と基準関連妥当性

6つの尺度得点間の相関分析の結果から、内面的な自己開示と他者の理解受容との間に有意な相関がみられなかったが、それ以外の全要因間に有意な相関が示され、6つの要因が相互に関連し合っていることが示された。

次に、それぞれの要因間の相関関係について過去の研究知見に基づきながら解釈することによって、各尺度の基準関連妥当性を検討していく。

(1) 内面的な自己開示と他の要因との関係

内面的自己開示と他者の理解受容との間には有意な相関がみられなかった。Riggio(1986)は、

伝達と解読を異なる社会的スキルのタイプとして分類しており、藤本(2013)も、表現と解読、自己主張と他者受容をそれぞれ対比させたコミュニケーション・スキルのモデルを提案している。同様に、自己の内面について他者に開示する行動と他者の内面を理解し受容しながら支援する行動も、対比的なコミュニケーション行動といえ、松島(1999)の研究でも、自己開示と他者理解の相関はかなり低いことが示されている。したがって、自己について開示できる者が必ずしも他者を理解し受容できるとは限らないといえる。

一方で、内面的な自己開示には、他者からの受容感や自己の肯定受容との間に比較的強い相関が示された。これらの結果は、自己開示と他者からの受容感との正の相関を示した城(2012)の知見や、自己開示と自尊感情や自己受容との正の相関を示した亀田(2003)および高野ら(2012)の知見と合致する。片山(1996)が指摘しているように、自己開示に対しては他者からの否定的反応も予期されるため、抵抗感も生じうる。しかし、他者からの受容感と自己の肯定受容はいずれも、他者に対する不安を含むシャイネスや評価懸念と負の相関があり(徳永ら,2013;赤川ら,2016;田中・下田,2013)、他者から受容されていると感じていたり、自己を肯定し受容できている者は、周囲の他者から自分が否定される不安が少ないといえる。このため、安心して自己の内面について他者に開示できるのだと思われる。

内面的な自己開示は、自己の探求理解や成長貢献への期待との間にも正の相関を有していた。内面的な自己開示には自己を振り返る内的過程が伴うため、自己理解を促す効果がある(安藤,1986)。したがって、自己の内面について他者に開示する者ほど、自己について振り返り理解している傾向にあるといえる。

また上記のように、自己開示には自己を明確にする機能に加えて、ストレス低減などの効果があり(安藤,1986;福岡,2008)、Jourard(1971)は、自己開示を精神的な健康を獲得する手段であるとしている。さらに Rogers(1942)は、否定的な感情の自己開示が成長への欲求を引き出すと述べており、亀田・相良(2011)も、いじめ経験の自己開示が成長感を高めることを明らかにしている。したがって、自己開示をする者ほど自分が心理的に成長できるという期待も高いのだといえる。一方、自己開示が他者への貢献感を直接高めるとは考えにくい。ただし自己開示には、対人関係の親密化を促す効果があり(Altman,1973;岡田,2008)、親密な関係においては、相手に支援を与える傾向がある(Clark,Ouellette,Powell,& Milberg,1987)。自己開示をする者は、親密な関係を築き、相手への支援を通して他者に役立っていると感じられるため、自分が他者に貢献できるという期待も高いと考えられる。以上のような理由から、内面的な自己開示と成長貢献期待との間に関係がみられたのだろう。

(2) 他者への理解受容と他の要因との関係

他者への理解受容は、成長貢献への期待との間に比較的強い相関が示された。Rogers(1980)は、他者への傾聴を通して自己成長を感じることができると述べており、有馬(2010)や Park, et al.(1996)は、情緒的な支援を行う経験が自己成長感を高めることを示している。他者への理解や受容のような情緒的な支援ができる者は、それによって自己成長を実感できると思われ、成長貢献への期待が高いのだといえる。

他者への理解受容には、自己の探求理解や自己の肯定受容との間にも正の相関がみられた。

Rogers(1959)は、自己への気づきや肯定的配慮が生まれると、他者にも肯定的配慮を持つようになるという。沢崎(1985)や板津(2006)の研究でも、自己の肯定や受容と他者への共感や受容との間に正の相関が示されている。自己の内面を振り返って理解し、自己を肯定し受容できる者は、他者に対しても、その内面を理解して受容しようとするのだと考えられる。一方、山本・堀・大塚(2008)は、他者への支援提供が自尊感情を高めることを示しており、他者への理解や受容のような情緒的な支援を与えることができた経験が、自己への肯定受容を高めるという逆方向の影響過程も存在するかもしれない。

他者への理解受容はまた、他者からの受容感とも正の相関を持っていた。藤原・濱口(2011)や徳永ら(2013)は、他者の理解や傾聴のような社会的スキルの高さと他者からの承認や受容感に正の相関があることを示している。他者を理解し受容できる者は、そうした情緒的な支援を他者に与える結果、相手からも承認や受容を得られるため、他者からの受容感も高くなると考えられる。ただしこの場合も、他者から理解され受容されてきた者が、返報的に他者を理解し受容するようになるという逆方向の因果関係も存在する可能性があるだろう。

(3) 自己の探求理解と他の要因との関係

自己の探求理解には、自己の肯定受容や成長貢献への期待との間にかなり強い相関が示された。先述の通り、自己への内省やフォーカシング的な自己注意のように自己を探求し理解する行動には、自己への受容や信頼との間に正の相関がみられる(高野ら,2012;河崎,2010)。Rogers(1942;1959;1980)によれば、自己を振り返り理解するだけでなく、そうして気づいた自己の側面に対して肯定的配慮ができると、さらに自己を振り返り理解していくようになるという。否定的な面を含めて自己を受容できる者は、自己の内面にある否定的な側面を知ることによって自己を脅かされないため、抵抗なく自己を探求し理解を深めることができるのだろう。こうしたことから、自己の探求理解と自己の肯定受容に強い関係がみられたといえる。

また Rogers(1970;1942)は、自己を振り返り理解することが心理的な成長をもたらすと主張した上で、自己への肯定的な配慮や受容を、BEGで生じる心理的な成長として重視している。先述の通り、自己への内省やフォーカシング的態度は、精神的な適応やその増進(高沢・伊藤,2009;田淵・及川,2018)だけでなく、共感的能力など社会的な適応とも関連することが示されており(Joireman,Parrott,& Hammersla,2002;高沢・伊藤,2009;酒井・河崎・池見,2017)、Rogers(1959)が指摘する通り、自己の理解や受容ができると他者への理解や受容もできるようになると考えられる。したがって、自己を振り返り理解している者は、自己の肯定や受容の態度を築き、精神的な健康度を高めるなどの心理的な成長を果たすだけでなく、他者を理解し受容するといった情緒的な支援もできるようになるといえる。こうした理由から、自己の探求理解と成長貢献への期待との間に強い関係が示されたのだろう。

さらに自己の探求理解は、他者からの受容感との間にも比較的強い相関を有していた。先述のように、Rogers(1958;1970)や國分・片野(2001)は、カウンセリングやBEG、あるいはSGEなどのグループ体験の中で、他者から自己を理解され受容されるような関係性が築かれ、安心して自己を振り返り理解していくことができるとしている。他者からの受容が持つこうした心理的効果は、日常生活においても生じると考えられ、他者との関係の中で受容感を感じてい

る者ほど、自己を探求し理解することもできるのだといえる。

（4）他者からの受容感と他の要因との関係

他者からの受容感には、自己の肯定受容や成長貢献への期待との間に強い相関があった。Rogers(1959;1980)は、他者から肯定的配慮を受けられる関係の中で、自己を受容できるようになるという。周囲の人々からの肯定や受容が自尊感情や自己受容を高めることを示す研究も多い(Leary, *et al.*, 1998; 原澤, 2017; 杉山, 2002; 櫻井, 2014)。こうしたことから、他者からの受容感と自己の肯定受容に強い相関があったといえる。

また他者からの受容感、抑うつや疎外感との間に負の相関が、日常生活における課題遂行への積極性を表す自己投入感や達成動機との間に正の相関があり(杉山, 2002; 諸井ら, 2015; 名取・三輪, 2008)、社会的スキルとの間にも正の相関が示されている(鈴木・小川, 2007; 徳永ら, 2013)。このように他者から理解され受容されている感覚は、自己を肯定し受容する態度を生むだけでなく、精神的な適応や社会的な適応を高めるなど、心理的な成長の土台となる重要な要因である。さらに他者からの受容感、Rogers(1942; 1958; 1959)、鈴木・小川(2007)、滑川・伊藤・横田(2007)、沢崎(1985)、有馬(2010)が示すように、他者への肯定的な配慮や傾聴を含めて情緒的な支援を行う態度も育てる。以上のことから、他者からの受容感が高いほど、今後も自己を成長させ、他者に貢献できるという成長貢献への期待も高いのだと考えられる。

（5）自己の肯定受容と他の要因との関係

自己の肯定受容と成長貢献への期待との間には、本分析の中で最も高い相関が示された。先述のように Rogers(1970)は、自己の肯定や受容を心理的な成長の重要な側面としており、水野(2016)も、自己受容を心理的な成長の具体的内容の1つとして取り上げている。

また自己の肯定や受容は、自己成長への積極性や失敗後の心理的成長と関連がある(徳吉・岩崎, 2014; 新延・今野, 2014)だけでなく、他者への共感や受容、社会的な支援の提供、他者への貢献感のような向社会的な態度とも関連がある(板津, 2006; 沢崎, 1985; 住友, 1996; 山本・堀・大塚, 2008; 高坂, 2011)。このように、自己への肯定や受容ができていない者は、日常生活の中で自己の心理的な成長や他者への貢献に対して積極的に行動しそれを実現している。さらに自尊感情の高い者は、自己の将来を肯定的に認知していることから(白井, 1994; 宮本・中田・堀野, 1994)、将来も自己の成長や他者への貢献ができるという期待も高いと考えることができる。こうした理由から、自己の肯定受容と成長貢献への期待との間に強い相関がみられたのだろう。

以上のように、P S G Eの効果指標となる6つの要因を測定するために構成された尺度間の相関関係は、これらの要因間の関係を検討した従来の多くの研究知見とも整合していた。こうした考察から、6つの尺度の基準関連妥当性を示すことができたと考えられる。

4. 本研究の意義と課題

本研究は、P S G Eの合宿体験が、参加者の自己と他者に対する態度変容に与える効果を明らかにするために、まず、従来の研究知見に基づいて、内面的な自己開示、他者の理解受容、自己の探求理解、他者からの受容感、自己の肯定受容、成長貢献への期待という6つの要因を、P S G Eの効果を検証するための指標として特定した。

次に、これらの要因の定義を明確にした上で、その意味内容を反映した測定尺度を構成した。そして、P S G Eの合宿参加者の回答データを用いて、尺度の信頼性と妥当性を検討した結果、2つの尺度については信頼性が若干低いものの、全体として一定の内的整合性が示され、尺度の信頼性が得られた。また、これらの尺度間の相関関係は、従来の多くの関連する研究知見と整合し、基準関連妥当性も示すことができた。

ただし、本研究の分析に用いられた対象者は43名と少なかった。したがって今後は、信頼性の低かった尺度について改善を加えた上で、対象者数を増やし、さらなる検討を加える必要があるだろう。

引用文献

- 安部恒久 (2010) グループアプローチ入門—心理臨床家のためのグループ促進法 誠信書房
- 赤川果奈・下田芳幸・石津憲一郎 (2016) 中学生の友人関係,自尊心及び学校適応感の相互影響性 富山大学人間発達科学部紀要,10(2),1-10.
- Alberti,R.E. & Emmons,M.L. (1970) *Your Perfect Right*. California:Impact Publishers. 菅沼憲治・ミラー・ハーシャル(訳) 自己主張トレーニング 東京書籍
- Altman,I. (1973) Reciprocity of interpersonal exchange. *Journal for the Theory of Social Behavior*,3,249-261.
- 青木万里 (2009) 自己理解に関する文献研究 埼玉純真短期大学研究論文集,2, 11)5.
- 青野明子 (2010) 大学生を対象としたコミュニケーションスキルトレーニング—カウンセリング技法教育による対人関係能力向上への取り組み— 近畿大学臨床心理センター紀要,3,61-84.
- 有馬比呂志 (2010) 中学生における自発的ピア・サポートが自己成長に及ぼす効果 学校メンタルヘルス,13(1),35-40.
- 安藤清志 (1986) 対人関係における自己開示の機能 東京女子大学紀要論集,36(2),167-199.
- Bandura,A. (1977) Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*,84,191-215.
- Campbell,J.D.,Trapnell,P.D.,Heine,S.J.,Katz,L.M.,Lavalley,L.F.,& Lehman,D.R. (1996) Self-concept clarity: Measurement,personality correlates,and cultural boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*,70,141-156.
- Clark,M.S., Ouellette,R.,Powell,M.C.,& Milberg,S. (1987) Recipient's mood, relationship type, and helping. *Journal of Personality and Social Psychology*,53,94-103.
- 榎本博明 (1997) 自己開示の心理学研究 北大路書房
- Erikson,E.H. (1968) *Identity: Youth and Crisis*. NewYork:Norton. 岩瀬庸理(訳) (1973) アイデンティティー—青年と危機— 金沢文庫
- 藤本学 (2013) コミュニケーション・スキルの実践的研究に向けた ENDCORE モデルの実証的・概念的検討 パーソナリティ研究,22(2),156-167.
- 藤里紘子・小玉正博 (2011) 首尾一貫感覚が就職活動に伴うストレスおよび成長感に及ぼす影

- 響 教育心理学研究,59,295-305.
- 藤田正・西川潔 (2002) 構成的グループ・エンカウンター導入による他者からの受容感の変容
奈良教育大学教育実践総合センター研究紀要,11,69-73.
- 藤原健志・濱口佳和 (2011) 高校生の聴くスキル尺度作成ならびに親和動機・学校生活満足感
との関連の検討—「聴く」スキルと「話す」スキルの対人関係における役割とは?— カウンセ
リング研究,44(4),299-312.
- 福盛英明・森川友子 (2003) 青年期における「フォーカシング態度」と精神的健康度との関連
—「体験過程尊重尺度」(The Focusing Manner Scale:FMS)作成の試み 心理臨床学研
究,20(6),580-587.
- 福岡欣治 (2008) 日常ストレス状況での友人への自己開示とソーシャル・サポート(4)—開示に
対する友人の受容的反応とサポートが気分状態に及ぼす効果 静岡文化芸術大学研究紀
要,9,15-23.
- Gendlin,E.T. (1978) *Focusing*. NewYork:Bantam Books,Inc. 村山正治・都留春夫・村瀬孝雄
(訳) (1982) フォーカシング 福村出版
- 原田純治 (1992) 援助行動 遠藤辰雄・井上祥治・蘭千尋(編) セルフエスティームの心理学第
15章 ナカニシヤ出版
- 原澤奈美 (2017) 女子大生の自己受容および本来感と周囲の他者からの被受容感の関連 日本
女子大学大学院人間社会研究科紀要(23),117-138.
- 長谷川純・小澤由嗣・森川早苗・松森直美・沖貞明・島谷康司 (2012) 保健福祉職をめざす学
生を対象としたコミュニケーション講座の効果 県立広島大学保健福祉学部誌,12(1),79-90.
- 平山栄治 (1993) エンカウンターグループにおける参加者の個人過程測定尺度とその検討 心
理学研究,63(6),419-424.
- 本田優子・大島レイカ・木嶋真代・内柁明美 (2008) 高校生における成人キャリア支援のため
の構成的グループエンカウターの試み 熊本大学教育学部紀要自然科学(57),83-92.
- 堀匡・島津明人 (2007) 大学生を対象としたストレスマネジメントプログラムの効果 心理学研
究,78(3),284-289.
- 細川順子・津田紀子・松本比佐江 (1993) エンカウンター・グループの過程と効果に関する検
討 神大学医短紀要,9,177-185.
- 古市裕一 (2012) 大学生の職業忌避の傾向と自己効力感および就業不安 岡山大学大学院教育
学研究科研究集録,151,43-50.
- 入江詩子・菅原良子・開浩一・清水隆司 (2008) 大学におけるアサーティブ・トレーニングの
教育効果に関する考察—自己信頼感の獲得を中心にして— 現代社会学部紀要(長崎ウエスレ
ヤン大学),6(1),1-12.
- 石本雄真 (2010) こころの居場所としての個人的居場所と社会的居場所—精神的健康および本
来感、自己有用感との関連から— カウンセリング研究,43,72-78.
- 磯野誠・飛永佳代 (2012) 大学教育成果としての学生自己成長感 九州共立大学研究紀
要,2(2),25-38.

- 板津裕己 (2006) 自己受容性と共感性との関わりについて 高崎健康福祉大学紀要,5,33-45.
- 伊藤義美 (2000) フォーカシングの空間づくりに関する研究 風間書房
- 伊藤正哉・小玉正博 (2005) 自分らしくある感覚(本来感)と自尊感情が well-being に及ぼす影響の検討 教育心理学研究,53,74-85.
- 伊藤弥生 (2003) 人間性心理学的アサーション・トレーニングの効果の検討 健康心理学研究,16(1),54-59.
- 城佳子 (2012) 大学生の自己開示・ソーシャルサポートが被受容感に及ぼす影響の検討：被開示スキルとの関連を通して 人間科学研究,(34),63-72.
- Joireman,J.A.,Parrott,L.,& Hammersla,J. (2002) Empathy and the self-absorption paradox: Support for the direction between self-rumination and self-reflection. *Self and Identity*,1,53-65.
- Jourard,S.M. (1971) *The Transparent self*. NewYork:D.Van Nostrand. 岡堂哲雄(訳) (1974) 透明なる自己 誠信書房
- 亀田佐和子 (2003) 否定的内容の自己開示と自尊感情および開示抵抗感の関連性 早稲田大学大学院教育学研究科紀要別冊,(10-2),157-168.
- 亀田秀子・相良順子 (2011) 過去のいじめられた体験の影響と自己成長感をもたらす要因の検討—いじめられた体験から自己成長感に至るプロセスの検討— カウンセリング研究,44(4),277-287.
- 亀ヶ谷雅彦 (2017) 構成的グループ・エンカウンター(SGE)がコミュニケーションスキルに及ぼす心理教育的効果—東日本大震災後の短大における実践事例をもとに— 生活文化研究所報告(山形県立米沢女子短期大学),44,29-42.
- 亀山晶子・及川恵・坂本真士 (2016) 女子大学生における抑うつ予防のための改訂版心理教育プログラムの検討 心理学研究,86(6),577-583.
- 上久保美佳・田中順子・樋口志歩・山本銀次 (2000) 参画型グループ・エンカウンターの過程にみる設計・試行・実践の効果 東海大学紀要教育研究所,8,73-94.
- 金子劭榮 (2003) 現代青年の意識構造の分析—友人関係と将来展望を中心に 金沢大学教育学部紀要(教育科学編),52,63-80.
- 片野智治 (1994) 構成的エンカウンター・グループ参加者の体験的事実の検討 カウンセリング研究,27,27-36.
- 片野智治 (2003) 構成的グループ・エンカウンター 駿河台出版.
- 片野智治 (2007) 構成的グループ・エンカウンター研究 SGE が個人の成長におよぼす影響 図書文化社
- 片山美由紀 (1996) 否定的内容の自己開示への抵抗感と自尊心の関連 心理学研究,67(5),351-358.
- 河野麻美・田中朱音・奥野加苗・山本銀次 (2007) 参画型グループ・エンカウンターの追跡調査に見る進行段階の様相(Ⅱ)—実践段階の成果と課題— 東海大学紀要教育研究所,15,77-88.
- 河野茂雄 (2001) 構成的グループ・エンカウンターを導入した学級経営が学級の児童のスクー

参画型の半構成的グループ・エンカウンターが自己と他者に対する態度変容に与える影響 (1)

ル・モラルに与える効果の研究 カウンセリング研究,34,153-159.

河崎俊博 (2010) SEM によるフォーカシングの態度の研究－FMS(体験過程尊重尺度)と信頼感
－ 関西大学心理臨床カウンセリングルーム紀要,(1),29-37.

國分康孝・片野智治 (2001) 構成的グループ・エンカウターの原理と進め方－リーダーのためのガイド 誠信書房

小坂信子・永易裕子 (2011) 構成的グループ・エンカウンターを活用した看護基礎教育における対人関係能力の育成－不快の感情を持つ他者理解－ 日本赤十字秋田短期大学紀要,15,9-15.

Leary,M.R.,Haupt,A.,Strausser,K.,& Chokel,J. (1998) Calibrating the sociometer:The relationship between interpersonal appraisals and state self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*,74,1290-1299.

牧野由美子・田上不二夫 (1998) 主観的幸福感と自己受容の関係 心理学研究,69(2),143-148.

松井洋・中村真・田中裕 (2010) 大学生の大学適応に関する研究 川村学園女子大学研究紀要,21(1),85-94.

松島るみ (1999) シャイネスが自己開示に及ぼす影響:社会的スキルを媒介として 日本教育心理学会総会発表論文集,40(0),357.

松浦光和・坂原明・清水幹夫 (2005) ベーシック・エンカウンター・グループの効果を測定する尺度の作成－3名のファシリテーターの経験に基づいて－ 仙台白百合女子大学紀要,9,39-52.

宮本美沙子・中田美子・堀野緑 (1994) 大学生と高齢者における可能自己と達成関連動機との関係について 発達心理学研究,5(1),22-30.

水野邦夫 (2010) 構成的グループ・エンカウンターが自己概念の変容および個人・グループ過程に及ぼす影響に関する追試的検討 聖泉論叢,18,149-161.

水野邦夫 (2012) 合宿・自発的参加型による集中的グループ体験が大学生の自己概念に及ぼす影響－構成的グループ・エンカウンターによる検討－ 心理臨床科学(同志社大学心理臨床センター),2(1),15-29.

水野邦夫 (2014) 構成的グループ・エンカウンターにおける感情体験が人間的成長に及ぼす影響－継続・研修型の問題点に対する改善のための提言を含めて－ 帝塚山大学心理学部紀要,3,57-66.

水野邦夫 (2016) 単発・研修型による構成的グループ・エンカウターのプロセスに関する研究－感情の変化と心理的成長感をもとに－ 帝塚山大学心理学部紀要,5,11-18.

水野邦夫・嶋原栄子・田積徹・新美秀和・興津真理子 (2013) 合宿・自発参加型の構成的グループ・エンカウンターにおける参加者の感情変動が自己および他者の捉え方の変化に及ぼす影響－自他への信頼・不信および個人・グループ過程の変化について－ 心理臨床科学(同志社大学心理臨床センター),3(1),27-39.

森園絵里奈・野島一彦 (2006) 「半構成方式」による研修型エンカウンター・グループの試み 心理臨床学研究,24,257-268.

- 諸井克英・坂上舞・野島彩・岡本有美子 (2015) 女子大学生における居場所感覚の基底にある心理学的機制的探索—過剰適応傾向,抑うつ傾向,および自尊心との関連 同志社女子大学総合文化研究所紀要,32,71-83.
- 武蔵由佳・河村茂雄 (2009) アイデンティティ形成を促進するための心理教育的援助—構成的グループ・エンカウンターの実践から— カウンセリング研究,42,11-21.
- 武蔵由佳 (2013) 構成的グループ・エンカウンターによる心理教育的援助 風間書房
- 永野ひろ子 (2004) 看護におけるコミュニケーション技術向上のためのカウンセリング的アプローチ—共感的理解によるラポール形成の試み— 静岡県立大学短期大学部研究紀要,18,61-68.
- 滑川瑞穂・伊藤菜穂子・横田正夫 (2007) 日本心理学会大会発表論文集,71(0),1EV027.
- 名取洋典・三輪なつみ (2008) 教員からの被受容感を介する「ほめ言葉」の達成動機への影響—大学生の回想データを用いての検討— 日本心理学会大会発表論文集,72(0),1EV062.
- 新延知美・今野裕之 (2014) 自己注目が失敗からの心理的成長に与える影響—自尊心感情および自己価値の随伴性を媒介として パーソナリティ研究,23(1),57-59.
- 野田俊作 (1998) アドラー心理学トーキングセミナー アニマ 2001
- 岡田涼 (2008) 親密な友人関係の形成・維持過程の動機づけモデルの構築 教育心理学研究,56,575-588.
- 長田京子・松尾典子・古賀美紀・土作幸恵 (2001) 看護学生の対人関係能力の育成をめざした授業の教育効果 島根医科大学紀要,24,21-26.
- 押江隆 (2011) エンカウンターグループの効果研究と今後の課題 メタ分析による研究の統合に向けて 関西大学心理臨床カウンセリングルーム紀要,2,81-89.
- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. L. (1996) Assessment and Prediction of Stress-Related Growth. *Journal of Personality*, 64(1), 71-105.
- Riggio, R. E. (1986) Assessment of basic skills. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 649-660.
- Robitschek, C., Ashton, M. W., Sperring, C. C., Geiger, N., Byers, D., Schotts, G. C., & Thoen, M. A. (2012) Development and psychometric evaluation of the Personal Growth Initiative Scale-II *Journal of Counseling Psychology*, 59, 274-287.
- Rogers, C. R. (1942) *A Newer Psychotherapy, Counseling and Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin. 伊藤博・村山正治(監訳) (2001) より新しいサイコセラピー. ロジャーズ選集(上)第5章 誠信書房
- Rogers, C. R. (1958) The Characteristics of a Helping Relationship. *Personnel and Guidance Journal*, 37, 6-6. 援助関係の特質. 伊藤博・村山正治(監訳) (2001) ロジャーズ選集(上)第8章 誠信書房
- Rogers, C. R. (1959) A Theory of Therapy. Personality and Interpersonal Relationships. As Developed in the Client - Centered Framework. In Koch, S (Ed.) *Psychology: A Study of a Science, Vol. 3. Formulations of Person and the Social Context*. New York: McGraw-Hill. ク

参画型の半構成的グループ・エンカウンターが自己と他者に対する態度変容に与える影響 (1)

- ライエント・センタードの枠組みから発展したセラピー, パーソナリティ, 人間関係の理論
伊藤博・村山正治(監訳)(2001) ロジャーズ選集(上)第17章 誠信書房
- Rogers,C.R. (1970) *Carl Rogers on Encounter Groups*. NewYork: Harper & Row. 島瀬稔・島瀬直子(訳)(1982) エンカウンター・グループー人間信頼の原点を求めてー ダイヤモンド社
- Rogers,C.R. (1980) *A Way of Being*. Houghton Mifflin. 島瀬直子(監訳)(1984) 人間尊重の心理学ーわが人生と思想を語る 創元社
- Rogers,C.R. (1986) A Client-centered / Person-centered Approach to Therapy. In Kutash,I. & Wolf,A (Eds.) *Psychotherapist's Casebook*. Jssy-Bass. クライエント・センタード/パーソン・センタード・アプローチ 伊藤博・村山正治(監訳)(2001) ロジャーズ選集(上)第10章 誠信書房
- 竜崎春佳・阿部宏徳(2014) 臨床心理学専攻大学院生における自己理解の深まりに関する研究 東京成徳大学臨床心理学研究,14,82-89.
- 井久実代・河崎俊博・池見陽(2017) フェルトセンスの象徴化を含めたフォーカシングの態度の測定: 因子構造、性差、および精神的健康の因果モデルによる検討 関西大学臨床心理専門職大学院紀要,7,9-18.
- 櫻井英未(2014) 自尊感情の高さおよび変動性に関する研究 日本女子大学大学院人間社会研究科紀要,20,129-142.
- 沢崎達夫(1985) 自己受容に関する文献的研究-2-自己受容と関連する諸要因について 教育相談研究(23),43-56.
- 沢崎達夫(1993) 自己受容に関する研究-1-新しい自己受容測定尺度の青年期における信頼性と妥当性の検討 カウンセリング研究,26(1),29-37.
- 清水安夫・児玉隆治(2001) エンカウンター・グループを応用した授業形態による大学生のメンタルヘルス促進の効果 学校メンタルヘルス,4,65-71.
- 下坂剛(2001) 青年期の各学校段階における無気力感の検討 教育心理学研究,49,305-313.
- 下山晴彦 1995 男子大学生の無気力の研究 教育心理学研究,43,145-155.
- 信野良太(2008) 自己成長感尺度作成の試み 北星学園大学大学院論集,11,125-136.
- 篠原光代・野島一彦(2007) 看護学生のための「半構成方式」研修型エンカウンター・グループのファシリテーションに関する一考察 九州大学心理学研究,8,155-163.
- 白井利明(1994) 時間的展望体験尺度の作成に関する研究 心理学研究,65(1),54-60.
- 杉山崇(2002) 抑うつにおける「被受容感」の効果とそのモデル化の研究 心理臨床学研究,19(6),589-597.
- 住友育世(1996) 大学生の自己受容に関連する諸要因:愛着と達成動機についての検討 日本教育心理学会総会発表論文集,38(0),235.
- 鈴木真吾・小川俊樹(2007) 自尊心と被受容感による思春期の適応理解の検討ー社会的スキルとの関連からー 筑波大学心理学研究,34,91-99.
- 高田ゆり子・坂田由美子(1997) 構成的グループ・エンカウンターが養護教諭課程学生の自己概念に及ぼす効果の研究 学校保健研究 39(4),347-354.

- 田淵梨絵・及川恵 (2018) 適応的な自己注目に関する文献レビュー：青年期における効果的な介入へ向けて 東京学芸大学紀要総合教育科学系,69(1),237-244.
- 高橋真悠・伊藤宗親 (2014) 自尊感情が否定的内容の自己開示に与える影響 岐阜大学カリキュラム開発研究,31(1),20-25.
- 高野慶輔・坂本真士・丹野義彦 (2012) 機能的・非機能的自己注目と自己受容, 自己開示 パーソナリティ研究,21(1),12-22.
- 高坂康雅 (2011) 共同体感覚尺度の作成 教育心理学研究,59,88-99.
- 高沢佳司・伊藤義美 (2010) フォーカシングの空間づくりが精神的健康に及ぼす効果 カウンセリング研究,42(1),30-37.
- 田中勝則 (2013) 教職志望の大学生に対する集団社会的スキル訓練の効果 弘前大学教育学部紀要,110,123-128.
- 田中沙依・下田芳幸 (2013) 中学生における友人に対する感情に関する研究：自己開示および本来感との相互影響性の検討 富山大学人間発達科学部紀要,8(1),35-45.
- 徳永沙智・稲畑陽子・原田素美礼・境泉洋 (2013) シャイネスと被受容感・被拒絶感が社会的スキルに及ぼす影響 人間科学研究(徳島大学),21,23-34.
- 徳吉陽河・岩崎祥一 (2014) 自己成長主導性尺度Ⅱ(PGIS-Ⅱ)日本語版の開発と心理的測定 心理学研究,85(2),178-187.
- 八木成和 (2016) 男子大学生の大学生活への適応に関する研究－対人関係の困り感と適応感、自尊感情との関連－ 四天王寺大学紀要,62,163-173.
- Won-Doornink, M. (1979) On getting to know you.: The association between the stage of a relationship and reciprocity of self-disclosure. *Journal of Experimental and Social Psychology*,15,229-241.
- 山田詩織・及川恵 (2016) 適切な自己開示方法と聴き手の受容的反応および抑うつとの関連－開示者の再解釈に注目して パーソナリティ研究,24(3),225-227.
- 山本銀次 (2001) エンカウンターによる“心の教育“ふれあいのエクササイズを創る 東海大学出版会
- 山本友美子・堀匡・大塚泰正 (2008) 大学生におけるサポート提供者知覚が精神的健康に及ぼす影響－エスティーム・エンハンスメント理論に基づく縦断的検討－ 広島大学心理学研究,8,147-162.