

Title	グループとしてのワークショップ：臨床心理学領域におけるワークショップの用例を通して
Sub Title	Workshop as group : based on examples of workshops in clinical psychology
Author	西河, 正行(Nishikawa, Masayuki)
Publisher	慶應義塾大学アート・センター
Publication year	2008
Jtitle	Booklet Vol.16, (2008.) ,p.89- 99
JaLC DOI	
Abstract	
Notes	Workshop Now 3
Genre	Journal Article
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AA11893297-00000016-0089

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the Keio Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

グループとしてのワークショップ

—— 臨床心理学領域におけるワークショップの用例を通して

西河 正行

1. はじめに

筆者は臨床心理学を専攻し本塾の学生相談でグループを担当しているが、本企画ではその経験からワークショップについて書くようにと依頼を受けた。まさにそのような折に、筆者はこの夏、アイルランドの自然国立公園を訪れ、たまたま民族音楽のworkshopを体験しワークショップについてさまざまに考える機会を得たので、はじめにその体験について触れたい。

筆者の体験したワークショップは、アイルランド固有の縦笛の講習とアイルランド古謡を歌うプログラムであり、ちょうどアイルランド古謡の時間であった。それは、国立公園内の古城の一角にある、子どもたち向けの自然保護学習センターの部屋で開催されていた。筆者ははじめアイルランドの歌が聞けるのではないかと期待して入ったのであるが、アイルランド古謡を歌うワークショップのグループに参加してしまったことに気づいた。

はじめに筆者が挨拶をした人はこのワークショップのマネジメントをしている人のようで、本当にこのワークショップに出るのかと念を押された。講師と思しき人はデイパックを背負った内気な感じの若者で、マネジメントの人が教師席にいるのに対して生徒の席の最前列に座っていた。参加者は作業台のある小さい教室の思い思いの場所に腰をかけていた。周囲には、アイルランド古謡に関心を持っている中年の女性と、小学生の姉妹、中年の観光客の夫婦と筆者ら夫婦がいた。他に2,3組の夫婦が顔を覗かせたが、雰囲気を感じてすぐに部屋を出て行った。

ワークショップはマネジメントの人の司会で始まり、すぐに講師に引き渡された。講師は古謡の印刷されたコピーの中からぶつぶつ言いながら一つを選び、司会がみなにコピーを配布した。どの曲を選ぶか、何か思いがあるようであった。配布された楽譜はアイルランドの古謡か、ゲール語とも違うようであったが、で書かれており、講師が非常にはにかみながら、いろいろな思いを交えつつ解説を始めた。そしてしばらくしてから、司会に促されてやっとなら歌を歌った。その調べは沖縄の古謡のようでもあり、ア

イヌの単調なリズムを思わせるようなものもあった。筆者は、これは伝承音楽であるという印象を持った。

歌が終わった後、講師は独り言のように解説を始めたが、それを補うように司会は講師にこの言葉の意味は何かと尋ねたり、参加者に古語を知っているかと質問し、講師と参加者を橋渡ししようと話し始めた。また司会は講師に大意を訳するように促したが、講師ははじめ「これは詩なので訳せない」と難色を示したものの、結局折れて説明を加えてくれた。

その後、皆で講師について歌う場面になった。講師の指導は、音楽の教師がするように、節に分けて、生徒が歌いやすく覚えやすいように指導するのではなかった。詩のまとまりごとに彼が歌い、それに唱和する女性もいた。彼の後、皆で歌うと、次のまとまりに進むと言う具合であり、どうもアイルランド古謡を覚える機会というわけでもないようであった。

一曲目の詩の内容は、息子と父親が湖に来て、荷物を一杯に船に載せるために、人は一人しか乗れず、息子が乗り、父親は歩いて湖の反対岸に向かうことになった。ところが船は湖に沈んでしまい、息子は死んでしまった。父親は息子に再会できず、それを知った母親と妹が嘆き悲しむという悲話であった。

さて一曲目で帰る参加者も出てきて、それを意識してか、二曲目の講師の説明は少し丁寧になった。司会は途中で退席して大分してから戻ってきたが、司会が中継ぎ役をするのではないかと考えていた筆者は、その行為に少し戸惑いを持った。二曲目は軽いタッチの歌で、貧しい出稼ぎ労働者の若者があちこちを旅する途中で、何度も村の娘に恋をしては振られるという面白おかしい内容で、放浪の苦しみや孤独をユーモラスに笑い飛ばすものであった。

2曲目が終わった後、小学生姉妹の姉が、学校で習っている歌のノートを講師に示した。それはアイルランド古謡を英語で歌うものらしく、講師に促されて彼女の歌が始まった。歌の調べはそれまでの歌と似ていたが、歌詞は英語であるので、ところどころ意味が分かりながら聞いていった。歌声は素直で、心にしみるように率直で、思わず涙がにじみ出てくるようであった。それが終わると一斉に拍手が沸き起こり、講師の歌よりも参加者一同、心打たれたようであった。歌詞はアイルランドの体験した戦争の悲惨さを歌ったもので、彼女ら若い人々、後世にその体験を語り継ぐという趣きがあった。その後、三曲目を講師が歌い、説明の後、講師に合わせて皆で歌い、それで講習は終わった。特に司会からの最後の挨拶はなかった。

筆者は本ワークショップに参加して、次のような感想を得た。本来、古謡は生活の中で歌われ伝承されてきたものであろう。歌の内容は古来の伝承もあれば、近い過去の伝承もあった。おそらくは古来の伝承は、親子の死別の悲しみを語り継ぎ、人生の中で同じような悲しみを体験する人々がそれを歌うことによって癒されるようなもののように思われた。近い過去

の伝承も、その悲しみを忘れないように人々に語り継ぎ、民族の体験した出来事を後世に語り伝える役目をしているようであった。勿論、楽しさ、軽さ、そこはかたない悲しさも含む軽妙な歌もあり、それらは日々の苦勞を慰め、生活を豊かにしているのであろう。

ところで農耕、狩猟、衣食住など生活に関わるさまざまな技術は、人々がともに生活する中で親の世代から子の世代へと受け継がれる。歌も生活の中で生み出され、世代を通して伝承されることは、歌がさまざまな生活の技(術)に類似したある種の「知」であることを意味していると思われる。すなわち歌や生活の技術、さらに言えば「生活の技」「生きる知恵」は、本来は生活の中で労働「ワーク」を通して口伝えにまた観察を通して(例えば「技は盗んで覚えろ」とよく言われるように)伝達されるものであると考えられる。従って「生活の技」「生きる知恵」が日々の労働や生活を離れた場合、その種の知は「ワーク」ショップの形式によって伝達されるしかなくなるのではない。

さて本稿における筆者の課題は、臨床心理学およびグループの観点からワークショップについて検討を加えることである。そこで、以下2章で、主に臨床心理学の領域ではワークショップという言葉がどのような意味合いで使われているか(具体的にはWeb上に公開されている臨床心理学関連の“ワークショップ”)を検討する。また3章では、筆者の中でのワークショップという概念がどのようなものであるかを明確にする。そして最後に4章で、それらを踏まえて、筆者のワークショップ観を述べたいと思う。

2. 臨床心理学領域におけるWeb上の“ワークショップ”とその特徴について

1) “ワークショップ”の実例

臨床心理学の領域でどのような“ワークショップ”があるかをインターネットで検索すると、次のようなものが見られた。少し煩雑ではあるが、実際の紹介文をできるだけ忠実に採録し、何がテーマになっているかをコメントする(下線部は筆者)。

a) 治療法のワークショップ

(i) 認知行動療法の動向(丹野, 2007)

「本書は、イギリスのサルコフスキス教授とバーチウッド教授による認知行動療法について駒場ワークショップを紹介したものです。……東京大学駒場キャンパスにおいて、それぞれ3時間のワークショップを開きました。1章. 認知行動療法の動向-駒場ワークショップの意義/2章. サルコフスキスはどのような臨床研究をしているか/3章. 不安障害の認知行動療法-サルコフスキスのワークショップ/4章. バーチウッドはどのような臨床研究をしているか/5章. 精神分裂病の認知行動療法:バーチウッドのワークショップ/6章. 精神分裂病治療における認知行動療法の実際」

*テーマは、認知行動療法の臨床研究と治療の実際の紹介である。

(ii) 短期研修会：ワークショップ（山王教育研究所，2007）

①内的物語を生き抜いた心理療法 ―夢・箱庭・描画を通した事例から「10歳代後半の女性の10年にわたる心理療法の経過を、夢、箱庭、描画を通して詳細に解説していく。このクライアントは心理療法を通して自らの内面で展開する数々の物語（内的現実）を生き抜いたことで、現実にも立っていった。そこには彼女独自の内的世界とそこで生き抜いた経験が、彼女を外の世界へと導き解放してくれた。このような彼女にとって無意識の世界との出会いを心理療法過程にそってレクチャーしたいと思う。」

*テーマは、事例の詳細な紹介による心理療法の解説である。

②夢の読み方——夢の細部と全体 「心理療法の中で重視されるイメージ（たとえば、箱庭や描画など）の中でも夢はある意味『極地』的な位置にあるものだと思っています。それゆえか、夢はひじょうに治療的な力をもっていると同時に、それにどのように接していけばいいのかむずかしいと敬遠されがちでもあるようです。本セミナーでは、他のイメージ（箱庭や風景構成法）と比べて夢はどのような特徴をもっているのかを検討しつつ、夢を「読む」際のポイントをいくつか考えていきたいと思います。事例検討もする予定です。事例はまずその中で出てきた夢を2つ、3つ先に取り上げれば念に検討したあとに、全体の流れを発表していただいで検討するスタイルを考えています。」

*テーマは、夢の読み方について、夢の特徴、読むポイントを解説し、事例検討を行う。

(iii) <自分を生きる>人間性心理学体験ワークショップ（人間関係研究会，2007）

『自分らしく生きるための心理学』—— どの誰でもない匿名の存在でしかなかった私が、かけがえのない交換不可能な“私”に、ほかの誰でもない個性的なその人自身になっていく変化のプロセスを援助するのが人間性心理学です。このワークショップでは、アブラハム・マズローの自己実現、カール・ロジャーズのカウンセリング、ジェンドリンのフォーカシングなどの基礎を体験的に理解し、自分のうちなる心の声に耳を傾けながら、さらなる“自己成長”、人生における大切な何かへの“気づき”について学びます。自分が本来持っている可能性の発揮を目指す方、人生の意味や自己実現に関心のある方、カウンセリング学習者・初心者、におすすめのワークショップです。」（2日間）

*テーマは、体験学習を通して、人間性心理学について理解し、気づきについて学ぶ。

b) 自己啓発のワークショップ

(i) 構成的グループエンカウンター体験ワークショップ（埼玉県教育カウンセラー協会，2007）

「國分康孝・國分久子両教授から直々に教を受けているリーダーが、エクササイズや全体シェアリングを展開します。自然で無理のないプログラムにそって、参加者は感情交流をし、親密な人間関係を作り、自他の発見をめざします。参加資格、構成的グループエンカウンターを体験したい、教育活動に生かしたいと思っている人。」(5時間)

(ii) ベイシック・エンカウンターグループ (人間関係研究会, 2007)

「心を開いて語り合う真実な心の出会いは、日々の精神的健康を維持するためにも、また人間関係をスムーズに保つためにも必要です。」(2日間)

*上記 (1)、(2) のテーマは、感情交流や自他の発見、真実な心の出会いなどのようで、自らが実際に体験することに主眼が置かれている。

c) その他

「スーパービジョンの仕方」ワークショップのお知らせ (西尾和美, 2007)

「精神療法家 (サイコセラピスト) やカウンセラーになるための臨床心理実習やインターンシップの機会が増えていますが、そのためには有能なスーパーバイザーが必要です。日本では、スーパーバイザーになるための訓練が義務付けられておらず、スーパービジョンの仕方がわからないスーパーバイザーは多くいます。又スーパーバイザーを頼まれても、どうしていいのかわからず、受け入れるのを躊躇する人も多いと思われます。このワークショップは、日本では少ない臨床心理スーパービジョンの仕方を学ぶ機会を提供します。1日目は、理論で、2日目は実践です。2日目の実践では、参加者各自が抱えているクライアントの問題について、個人そしてグループでのスーパービジョンのスキルをプラクティスします (プライバシーを守るため名前は出さず、クライアントから許可を取っておくこと)。1日だけの参加も可能ですが、2日間とも参加するのを勧めます。参加者の対象は、臨床心理、教育、福祉関係専門家、インターン、将来実習を考えている学生などです。」

目標：

1. スーパービジョン、コンサルテーション、サイコセラピー、メンタリングとの違いを知る。
2. スーパービジョンの幾つかのモデルを学ぶ。
3. スーパービジョンの要素を学ぶ。
4. 効果的なスーパービジョンと、効果的でないスーパービジョンの違いを知る。
5. スーパービジョンの中で起こる問題に対処する方法を学ぶ。
6. スーパービジョンの仕方をプラクティスする。

スケジュール (1日目)：

9：30 チェックイン 10：00 - 12：00 スーパービジョンの理論
12：00 - 13：30 昼食 13：30 - 17：00 スーパービジョンの理論

スケジュール (2日目)：

9:30 チェックイン 10:00-12:00 モデルと実践

12:00-13:30 昼食 13:30-17:00 実践とまとめ

*テーマはスーパービジョンの仕方であり、理論学習に5.5時間、モデルと実践に2時間、実践とまとめに3.5時間を割り当て、合計、理論とスキルの学習にそれぞれ5.5時間ずつ当てている。

2) 臨床心理学領域におけるワークショップの特徴

上に紹介した“ワークショップ”は、臨床心理学領域におけるワークショップの用例の多様さを明らかにするために、いろいろなタイプを紹介するべく恣意的に抜き出したものである。それらは、大きく治療法、自己啓発、その他に分類された。

治療法の“ワークショップ”は、治療法の紹介、解説、学習を中心にしたもの、それに加えて事例検討や体験学習による学習などで構成されていた。また自己啓発の“ワークショップ”は、自己理解、他者理解を目的とした体験中心のものであった。その他の用例は、スーパービジョンについて理論学習と体験を組み合わせたものであった。

3. 筆者のワークショップ概念

既述のように、筆者は臨床心理学を専攻し、特にエンカウンター・グループ、サイコドラマなどの成長促進的グループを学生相談の場で、また集団精神療法などの治療的グループを精神科クリニックで実施してきた。筆者は成長促進的グループや心理療法を、これまでワークショップと呼んだことはない。そこで筆者がワークショップという用語に、どのようなイメージを抱いているかを具体例に即して明確にしたい。ここでは学生相談でグループを行う場合を取り上げる。

これまで学生相談では、2泊3日の合宿や通いの形式でエンカウンター・グループやサイコドラマを行ってきた。いずれも自己理解や他者理解を促進することを目的としており、従って自らが心理的あるいは対人的な問題意識を持っている学生を対象とした。その際の呼びかけは、エンカウンター・グループについては、「人と出会い、語り合いつつ、自分を見つめる合宿セミナーへのお誘い」、サイコドラマでは「劇の形式を借りて心の世界を表現し、それを通して自分自身をよりよく知ろうという試み」であった。つまりグループは、限られたメンバーで、時には日常から離れた場所で、心理的に安全な空間の中で自己開示を行い、メンバー同士の相互作用を通して自らの問題に取り組む場となる。筆者にとって、このような形式のグループはワークショップとは呼ばない。

しかし近年、学生の意識が変化し、合宿形式など比較的長時間にわたるグループへの参加者が減少し、やむをえず1回限りの講義のような形式のグループワークを行うようになった。その場合、「20年前の大学生を見てもみませんか——エンカウンター・グループ入門」「サイコドラマって何?—

—サイコドラマの世界で、自分のことや相手のことについて一緒に考えましょう」のように呼びかけ、随意に参加した学生にグループを紹介するとともに、理解を促進するために簡単な体験を導入した。筆者はエンカウンター・グループやサイコドラマに限らず、「仮面をつけてみませんか? —— 身体表現入門」「ビデオを撮りませんか? —— 主役は『あなた』、テーマは『歩く』」のようなグループも行った。

筆者には、このような形式のグループワークは、例えば「サイコドラマのワークショップ」「仮面のワークショップ」と呼ぶことができるように思われる。因みに、「エンカウンター・グループ入門」では、グループのビデオを40分見せて、グループの解説を20分程度行い、ついで参加者に輪になってもらい、ビデオを見ての感想を話し合う擬似的なグループ体験を30分行った。

4. ワークショップ検討の枠組み

ここでワークショップを一つのグループと見て、グループとしての特徴を明らかにしたい。そこでFurr (2000) の検討枠組みを援用する。Furr は心理教育的グループを設計するために、グループの概念について (1) 目的の記述、(2) 目標の確立、(3) 小目標の設定の3段階、とグループ操作について (4) 内容の選択、(5) 体験的活動の設計、(6) 評価の3段階、計6段階に分けて詳述した。その中で、心理教育的グループの内容を決める際に、講義形式didactic、体験的experiential、そしてプロセスprocessという3つの構成要素をどう組み合わせるかを論じた。ここで、心理教育的グループとは、心理教育が個人々の治療や心理的成長・発達に寄与するであろうという仮説に基づいて実施されるグループを言う (西河, 2003)。

講義形式の要素とは、目標を達成するために必要とされる知識を提供することである。体験的な要素とは、知識をメンバーが使えるように促し、実際の場面で知識をよりよく使うことができるようにすることである。ただしメンバーは、各自の個人的成長のニーズのせいで、それぞれに「活動」を異なった形で経験するので、リーダーはプロセスの要素を通してこれらの違いを扱う。従ってプロセスの要素とは、講義形式と体験的活動を実際場面でメンバーが関連づけるのを助けることである。つまり体験的な学習が生じてくると、体験から引き出した結論や体験から生じた疑問を確かめる必要が生まれる。体験を知識と関連づけることによって、より広い生活場面に一般化し、新しい気づきをメンバー自身の概念的枠組みに統合できるようにすることである。体験的要素は各種のエクササイズ—代表的なものには自己評価、認知的再構造化、ロールプレイ、想像、創造的芸術—からなり、それに宿題が加わる。

各構成要素の時間配分は、グループリーダーが扱う次元 (認知的、行動的、感情的、身体的あるいは実存的) によって決まる。一般に認知的、行動的次元は教える側面により多く焦点を当て、練習がそれに伴う。感情的、実存的

次元は体験的活動や広範囲にわたる振り返りがより多く要求される。身体的次元は、振り返りはあまり強調されず、体験的活動への焦点づけが必要となる（例えば、リラクゼーションスキルの学習は、焦点の多くを体験的要素に当てる）。彼女は扱う次元ごとに次のような配分を提案した。認知的次元を焦点にするグループでは、講義形式60%、体験的15%、プロセス25%と配分する。以下、同様に、行動的（講義形式40%、体験的40%、プロセス20%）；感情的（講義形式30%、体験的40%、プロセス30%）；実存的（講義形式20%、体験的40%、プロセス40%）；身体的（講義形式25%、体験的50%、プロセス25%）である。

これは認知的次元を扱う場合は講義形式を60%、身体的次元を扱う場合は体験的要素が50%と多くしたプログラムを構成した方がいいということである。同様に、行動的な次元を扱う場合は講義形式と体験的な要素を40%+40%と多くし、感情的な次元の場合は3つの要素をほぼ均等に入れた方がいいと考えている。さらに実存的な次元を扱うなら、体験してかつ自らの概念的枠組みの中に統合しなければならないので、体験的要素とプロセスの要素をそれぞれ40%+40%と多くする。さらにどの次元を扱うにしても、身についたものにするためにプロセスの要素を20%程度は入れるということであろう。

Furrのモデルでは、リーダーシップ、メンバーシップ、時間調整、スケジューリングなどの構造についてはモデルの中で明示的には取り上げられていない。また3つの構成要素の適切なバランスがないと参加者は十分にグループに関与しない、講義形式の内容は参加者をグループによくひきつけるが体験的な活動やエクササイズは効果的な構造的グループにおける駆動力となると考えている。

5. ワークショップの構成要素

ここで筆者の体験した音楽のワークショップ、臨床心理学領域でのWeb上の“ワークショップ”、筆者のワークショップ概念、のそれぞれについて、構成要素の配分割合を恣意的ではあるが推定して特徴を明確にしたい。

まず筆者の体験した音楽のワークショップは、講師による詠唱と解説があり、質疑応答が終わると、歌ごとに講師に倣って斉唱した。質疑応答では自分の関心を深めたり知識を確認したり、また参加者の一人の少女が古謡を披露していた。従って講義形式（模範演技と解説）40%、体験的（斉唱）40%、プロセス（質疑応答）20%であるとするならば、行動的次元に焦点が置かれていたと言えよう。

臨床心理学領域でのWeb上の“ワークショップ”では、時間配分の明確な「スーパービジョンの仕方」をはじめに取り上げる。そこでは理論学習が5時間半、体験的が2時間、プロセスが3時間半であった。従って講義形式（理論）50%、体験的（モデルと実践）20%、プロセス（実践とまとめ）30%あり、認知的次元に焦点が置かれていると言えよう。次にその他の“ワー

クシヨップ”について検討するが、時間配分については不明である。そこでプログラムの内容から推測すると、治療法の場合は理論・技法の学習、事例検討による学習、体験学習が中心で、認知的な次元に焦点を当てているように思われる。一方、自己啓発の“ワークシヨップ”も「自然で無理のないプログラムにそって、参加者は感情交流をし、親密な人間関係を作り、自他発見をめざします」「心を開いて語り合う真実な心の出会い」などの紹介文から、体験的要素とプロセスの要素が中心のようであり、感情的（講義形式30%、体験的40%、プロセス30%）；実存的（講義形式20%、体験的40%、プロセス40%）な次元を扱おうとしていると思われる。

筆者のワークシヨップ概念としては、「20年前の大学生を見てみませんか－エンカウンター・グループ入門」を例として取り上げよう。これは講義形式（ビデオ鑑賞、解説）70%、体験的（話し合い）20%、プロセス（話し合い）10%と考えると、認知的次元を扱っていたと言える。

6. まとめ

1) グループとしての、臨床心理学領域におけるワークシヨップの構成要素

以上、臨床心理学領域の、Web上の“ワークシヨップ”と筆者のワークシヨップ概念について、グループの観点から一定の枠組みに基づいて整理し特徴を抽出した。その結果、筆者自身の感覚も含めて臨床心理学領域における用語法の特徴として、次のようなことが言えるであろう。

- a) 臨床心理学の領域でワークシヨップと言う場合、基本的には認知的次元を主に扱い、講義形式を柱にそれに体験的要素とプロセスの要素を取り入れることに特徴がある。つまり講義形式で与える知識を、体験学習（体験的要素とプロセスの要素）を通して生き生きと取り入れられるように配慮したプログラムになっている。
- b) しかしa)に当てはまらない用例も見出された。例えば、体験的要素とプロセスの要素から成り立つ構成的グループエンカウンターとエンカウンターグループを、“ワークシヨップ”と呼ぶ場合である。因みに筆者の言語感覚では、これらのグループはワークシヨップとは呼ばない。

2) 筆者のワークシヨップ観

終わりに、これまでの検討を踏まえて筆者のワークシヨップ観を整理する。

前述のように、臨床心理学領域のワークシヨップは認知的次元に焦点を置き、筆者の体験した音楽のワークシヨップは主に行動的次元に焦点が置かれていた。この二つの領域のワークシヨップの事例からあえて推論するならば、ワークシヨップとはプロセスの要素を重視した感情的、実存的な次元を中心的に扱うものではないこと、むしろ知識や行動を重視する認知

的、行動的、身体的な次元を扱うことに特徴があるのではないであろうか。

はじめに、アイルランド古謡を歌う“ワークショップ”の感想を紹介したが、「生活の技」「生きる知恵」は、本来は生活の中で労働（ワーク）を通して伝達されるであろう。そこで労働や生活形態が大きく変化すると過去の「生活の技」「生きる知恵」は伝承されなくなる。伝承音楽のワークショップは、それを伝えるための装置ではないかと考えた。

同様のことは実は臨床心理学の領域の中でも言えるように思われる。臨床の中に身を置くものであれば誰でも知っていることであるが、臨床の知というものは臨床経験（ワーク）の中でしか身につけられない。しかし、初学者の場合、全くの素人のまま治療者として臨床の現場に立つなどということは倫理的にも許されないので、まず講義で知的に学び、次にワークショップの形式で知的学習に加えて擬似体験をし、またその擬似体験をプロセスすることで理解を深めるしかなく、その上ではじめて実際の現場に出て本物の臨床経験（ワーク）を通して技法（知）に精通していくことになる。

また既述のように、筆者にとってエンカウンター・グループやサイコドラマはワークショップではない。参加者は知的に体験しエンカウンターやサイコドラマを学ぶのではなく、「人と出会う」「心を開いて語り合う」「親密な人間関係を作る」「自分を見つめる」「心の世界を表現する」「自分自身をよりよく知る」「自他の発見をする」。つまり筆者がエンカウンター・グループやサイコドラマをワークショップと呼ばないのは、グループを通してメンバーがよりよく生きることにも目的があり、これは知的に知ることで、擬似体験でもなく、臨床“そのもの”だからである。従って学生相談において、臨床的な成長促進的グループがなかなか成立しづらい現在の状況下では、そのようなグループへの動機づけを図るための準備的、教育的な役割として、ワークショップが重要な意義を持ち始めているということができよう。

以上、筆者の観点からワークショップとは、教室から生活や労働の現場への、知的学習から成長促進への、知（的要素）からプロセス（的要素）への“橋渡し”の場と位置づけることができよう。そこで伝達される対象の特性に合わせて、技（術）であれば講義形式を柱に体験的とプロセスの要素を取り入れた、また歌のような行動であれば講義形式と体験的とを柱とした内容が組まれることになる。

3) 今後の検討課題

本稿では、ワークショップの“グループとしての構造”を論じることができなかった。“構造”とは、次のようなことである。既述した音楽のワークショップは、講師と司会と参加者からなり、時間制限の1回限りの講習という構造であった。講師は歌を教え、参加者も思い思いに歌に関わりを持っていた。司会は当初は参加者と講師の橋渡しの役目を果たしていたが、軌道に乗れば必ずしもそれをし続けるということでもなかった。

一方、筆者の行うグループは、基本的にリーダーである筆者と参加者だけで成り立ち、参加者は心理的な問題を持って参加し、筆者はグループを通して参加者の内的世界に心理的に介入する。そのようなリーダーと参加者が直接に対する構造のグループに対して、この音楽のワークショップは異なる構造を持っていた。臨床心理学領域におけるワークショップがどのような構造の下で行われるか。今後はそのような点について検討を加えることによって、グループとしてのワークショップについてさらに深い理解が得られるのではないかと考える。

引用・参考文献

Furr, S. R., 2000, Structuring the Group Experience : A Format for Designing Psychoeducational Groups, *Journal For Specialists In Group Work*, **25** (1), pp.29-49.

人間関係研究会2007, 「2007年度ワークショップ」

<http://homepage.mac.com/tmatsumt/2004WS/index.html>.

西河正行 2003, 「学生相談室におけるグループ・ワークのあり方——心理教育的グループを巡って」, 『慶應義塾大学学生相談室紀要』, **33**, 44-59頁。

西尾和美2007, 「《スーパービジョンの仕方》ワークショップのお知らせ」

<http://blog.livedoor.jp/nishiokazumi/archives/50432828.html>.

埼玉県教育カウンセラー協会 2007, 「埼玉県構成的グループエンカウンター体験ワークショップのご案内」

<http://www.toshobunka.co.jp/sge/kensyu/07082sgesai.doc>.

山王教育研究所2007, 「セミナーのご紹介」

<http://www.san-no.com/workshop.html>.

丹野義彦2007, 「ワークショップ」

<http://park.itc.u-tokyo.ac.jp/tanno/books.html>.

(にしかわ まさゆき・大妻女子大学人間関係学部教授／臨床心理学)