

自助グループの個性と構造

井原文子 (兵庫)

科学には二通りの方法があるだけです。還元主義的方法と構造主義的方法です。

— クロード・レヴィ=ストロース —

要旨

キーワード :

1. はじめに

2007 年の第 24 回日本アドラー心理学会総会における宿題研究発表のため、私は各地の自助グループを訪問させていただきました。そしてどの自助グループにも、アドラー心理学の理論と思想が深く浸透していると感じました。自分の課題を他人のせいにしたたり、原因探しに陥ったりすることがなく、参加者全員が協力してアドラー心理学を学習している明るいグループばかりでした。

しかし同時に、グループにはそれぞれ個性があり、雰囲気の違いもあることがわかりました。あるグループではゆっくりと時間が流れ、あるグループではてきぱきと進みます。メンバーが自由奔放に発言するグループもあれば、リーダーの存在感の強いグループもあり、またアドラー心理学を正しく学ぼうという意欲の強いグループもあれば、それよりも仲間意識を育てることを大切にするグループもあります。解決に向かう進め方もさまざまで、『パセージ』テキストに必ず立ち返って点検するグループとテキストはあまり使わないグループ、ロールプレイをするグループとしないグループ、早期回想を扱うグループと扱わないグループなどがあります。また話題に入る前のウォーミングアップのやり方にも、『パセージ』のどこかを読んでから始める、『パセージ』以外の本の読み合わせをする、最近の話題から入る、などの違いがありました。このように、訪問した自助グループには、すべてのグループに共通していることと、個別に特徴的であることが混在しているようでした。

本論文は、予測や仮説がまずあって現場を論ずる還元主義的方法ではなく、現場に赴いて観察した出来事の中から法則を見つけ出す構造主義的方法を試みています。構造主義的な研究方法とは、1) 現場にでかけて観察する、2) 観察したものの中に共通する構造を見つけ出す、3) 見つけ出した結果を絶対視しない、ことだといえます。これらをできるだけ遵守しながら、以下、研究対象、研究方法、結果、考察の項に分け、順に話を進めていきます。

2. 研究対象

親教育プログラム『パセージ』のフォローアップ・グループは、現在、日本各地で広範囲にわたり開催されています。それぞれ月に1回程度例会が開かれているようですが、グループのリーダーのほとんどは非専門家です。『パセージ』のトレーニングを受けた「パセージリーダー」は比較的多いのですが、アドラー心理学会認定のカウンセラー・トレーニングの修了者は少数です。

実際にはアドラー心理学の自助グループのほとんどは、『パセージ』のフォローアップグループです。本論では、アドラー心理学の専門家を、指導者・講師・心理療法士のいずれかでありかつ援助専門職についている者と定義し、それ以外を非専門家と呼ぶことにします。そしてアドラー心理学の自助グループとは、非専門家たちが専門家を交えずに自分たちだけでアドラー心理学を学び合うグループを指すこととします。

自助グループにはさまざまな形態があります。参加者の話題を扱わず文献を読んで学習するグループ、参加者のエピソードを取り出さずレポートのまま考えていくグループ、参加者の話題の解決を目標とせず、言いつばなし聞きつばなしで終わるグループなどです。しかし今回私が訪問したグループはすべて、参加者に日常生活上の話題を出していただいて、その解決をめざして全員が参加するという点で一致していました。よって本論の研究対象は、このようなタイプのアドラー心理学の自助グループに限定します。

3. 研究方法

a. 何を扱うか

「自助グループについて」というテーマをいただいてまず私がしたことは、近畿以外にある複数の自助グループを訪問して、参加させていただくことでした。構造人類学の祖レヴィ・ストロースに倣い、人類学者が未知の民族の土地を初めて訪れるときのように、できるだけ予断をもたず、その地域の日常のグループを体験するように努めました。また、必ず世話役ないしは司会者（リーダー）にインタビューをして、グループの歴史や運営方法、参加者の年齢層、話題の種類などについて、聴き取り調査を行いました。そして全国各地にさまざまなグループがあり、それぞれに固有の動かし方と多様な雰囲気のあることがわかりました。しかしこれらを、どうすれば科学的な研究にまとめることができるのでしょうか。

もしも人類学者が生まれて初めて自助グループを訪問したなら、グループ内で起こっていることのすべてを、できるだけ客観的にデータに記録しようと努めるでしょう。グループ内の動きでもっとも大きな比重を占めているのは言葉のやりとりです。現象の全てを扱うことはできないので、本研究では分析対象の中心に会話を据えてみてはどうかと考えました。またリーダーや参加者の緊張を考えると、録音による音声記録とノートへの観察記録が妥当と思われました。そこで、自助グループで行われている全会話を録音し分析するという方法論を使ってみることにしました。

会話を対象にするとすると、どのような結論を得るか予測のないまま、各地の自助グループからあらためてデータを集め、膨大な量の会話を分析することになります。当初はためらいや迷いもありましたが、何かが見つかることを信じて、覚悟を決めてやってみることにしました。

b. 会話分析

そのころ、日本心身医学会発行『心身医学』に、石川ひろの他の「患者—医師間コミュニケー

セッションにおける EBM と NBM : Roter Interaction Analysis System を用いたアプローチ^[1]という資料論文が掲載されました。外来の癌診療場面における「患者—医師間の相互作用を明らかにし、患者—医師間のコミュニケーションと患者満足感との関連を検討する」ことを目的とした研究でした。

Roter Interaction Analysis System は、アメリカの Debra Roter によって開発された分析システムで、「医療場面での医師、患者それぞれの会話を、その機能と内容によってカテゴリーに分類し、定量化するためのシステムである」とあります。ここでは、医師や患者の会話をまず「発話」と呼ばれる「区切ることができ、分類が可能な最少の単位」に区切り、これらの「発話」を約 40 あるカテゴリーのいずれかに分類します。分類項目は、「開放型の質問、閉鎖型の質問、情報提供、医師の助言、患者の感情表現、医師の情緒的対応、促し、肯定的・否定的応答、医師の方向づけ、社交的会話」などです。最終的に、医師・患者それぞれが各カテゴリーを使用した回数から、その診療での会話の特徴を示す指標を算出します。またこれには、全体的な情緒面の評価項目もありました。

この論文を読んで、これに倣った形で会話分析をしてはどうだろうかと思いました。自助グループ内の会話を録音した上で、話の内容でなく言語学的な側面にだけ焦点をあて、文型・機能・話題・あて先（誰に向かって発言されたか）・つながり（ある発言の次に誰の発言が起こるか）を、「発話」単位で分析するというものです。こうやって会話を分析していく中で、一見多様に思えるさまざまなグループのあいだに共通の構造があることが、必ず明らかになってくるでしょう。さらにグループが個別にもっている特徴も、科学的な言葉で説明できるようになるかもしれません。

c. データ採取

それから1ヶ月ほどかけて、あらためて複数の自助グループのお世話役たちに、1) セッション内の全会話を録音させていただくこと、2) 観察者（私）がセッションに加わらず外から観察させていただくこと、について、お願いを重ねました。グループによっては目標の一致に時間をかけられ、この件に関しての話し合いをもった上で、お断りの返答をいただく場合もありました。最終的には、了解いただいた4グループを2007年4月から9月にかけて訪問し、そこから9セッションのデータを採取することができました。録音させていただいたグループもさせていただけなかったグループも、等しく学会の研究活動にご協力いただいたことに、心から感謝します。

この時期に行ったものを第二期調査、以前に行った訪問調査を第一期調査と呼ぶことにします。本論では第二期調査で得たデータを扱いますが、第一期調査の内容についても、いつかなんらかの形で発表することができるかもしれません。

第二期調査では、観察者の存在がグループに与える影響を最小限にし、できるだけ自然な状態を記録するようにこころがけました。私はグループに参加しませんが、全体の流れや印象などを知るために現場に居ることが必要です。それらを人類学者必携のフィールドノートに記録していきました。会話のあて先や参加者のボディランゲージなどは、データブックに記録していきました。また変数をできるだけ小さくするために、記録を取らせていただくための説明を、セッション開始前にいつも同じ文書と口頭とで行い、録音を開始すると同時に参加者たちの輪の外に退出し、発言を一切せずに観察し記録するという方法を一定にしました。

d. 基礎データ

| No. | Speaker | Address | Speech | Style | Function | Topic | Remarks |
|-----|---------|---------|---------------------------|------------|----------|-------|-----------|
| 1 | Leader | All | こんにちは。何かお話のある方いらっしゃいますか？ | Meta | | | 話題提供者を決める |
| 2 | Client | Leader | 子どものことで困ってるんですけど | Statement | 話題を出す | | |
| 3 | Leader | Client | はい、どうぞお話しください | Imperative | 促す | | |
| 4 | Client | All | 中学2年生の男の子ですが、ちっとも勉強しないんです | Statement | レポート | | |
| 5 | Leader | Client | 最近なにかありましたか？ | Meta | | | エピソードを聞く |
| 6 | Client | Leader | 昨夜も～いいかげんに勉強しなさいって言って～ | Statement | エピソード | | |
| 7 | Leader | Client | それからどうになりました？ | Open Q | エピソードを聞く | | |
| 8 | Client | All | 「うるさいわ！」とテレビを消して部屋に入って～ | Statement | エピソード | | |
| 9 | Member | Client | いつも息子さんはそんな感じなんですか？ | Closed Q | 説明を求める | 状況 | |
| 10 | Client | Member | 普段はこんな子じゃないんですけど、最近なんだか～ | Statement | レポート | | |

表1 基礎データ表の例

こうして採取した全発言データを、1セッションにつき1個のエクセルの表にまとめ、これを基礎データとしました。ここで1セッションというのは話題提供者が決まってからその話題が終了するまでをいいます。1回のグループで1つだけ話題を扱うなら1セッション、2つ話題を扱うなら2セッションのデータが得られます。1グループの司会はずねに同じリーダーにお願いしました。1セッションの総発言数は短いもので200、長いもので600ほどになりました。

表1は私の創作した架空のセッションの一部です。まず一行目を左から右へ説明します。Speakerはこの台詞を話した人。Addressは、それが誰にむかって話されているか、発話のあて先。Speechは台詞の出だし部分。Styleは文型。Functionはこの台詞がどんな役割で機能しているか。Topicは話題。Remarksにはメタ・メッセージの働きを記入しています。

次に各欄を上から下へ説明します。SpeakerとAddress欄の、Leaderは司会者、Clientはそのセッションの話題提供者、Memberは話題提供者以外の全ての参加者を示します。何人いても特定せずに全てMemberと記入しています。Allは、リーダー以外の全員です。

Speechは、どれだけ長い話でも、間に他の人の発言が入らなければ1つとカウントしました。たとえば、表1の1の台詞はリーダーから全員に向かって発せられたものです。

Styleについては、Metaメタ・メッセージ、Statement平叙文、Imperative命令文、Open Q開いた質問、Closed Q閉じた質問、その他に分類しています。メタ・メッセージという分類項目は最初はなかったのですが、リーダーの発言を詳しく検討していく過程で追加しました。

Functionには、「促す」「レポート（を聞く）」「エピソード（を聞く）」「説明を求める」などさまざまな働きがあります。Topicは「状況についての質問」などのように、Functionを補うものです。

全ての基礎データをまとめ終えたのが9月半ば。この集計が終わったのが9月30日で、総会発表はあと2ヶ月に迫っていました。

4. 結果

a. 集計結果の全体像

集計結果は、録音させていただいた4グループから得られた9セッションそれぞれについて、次の6つの部分から成っています。

結果1：リーダー、メンバー、話題提供者それぞれの発言数、及び総発言数に占める発言割合

結果2：リーダーのメタ・メッセージ、開いた質問、閉じた質問、平叙文、命令文などの発言の、リーダーの全発言数に占める文型別発言割合

結果3：リーダーの発言の次に実際に誰が発言したかから算出した、リーダーの発言のあて先

結果4：リーダーが誰の方を向いて発言したか、現場での観察に基づいて算出した、リーダーの発言のあて先

結果5：メンバーだけで発言が連続する場合の、メンバーの発言の数

結果6：5つの尺度（後述）にもとづくローズグラフ

結果7：すべてのメタ・メッセージからメタ・メッセージまでの間の、リーダー、メンバー、話題提供者それぞれの発言数、及びその間の全発言数に占める発言割合

本論では、このうち結果1（発言数と割合）と結果6（5つの尺度によるローズグラフ）についてだけを扱いました。他の集計結果、特に結果2（リーダーの発言の文型）に関しては、いずれ稿を改めてまとめる機会があることを願っています。

b. 発言割合

全9セッションの中から、4つのグループおのおのの特徴を最もよく表している1セッションずつを取り上げ、これらをA、B、C、Dと呼ぶことにします。

まず、各グループのセッションについて、それぞれの総発言数と、リーダーの全発言数・話題提供者の全発言数・メンバーたちの全発言数をカウントし、リーダー(Leader)・話題提供者

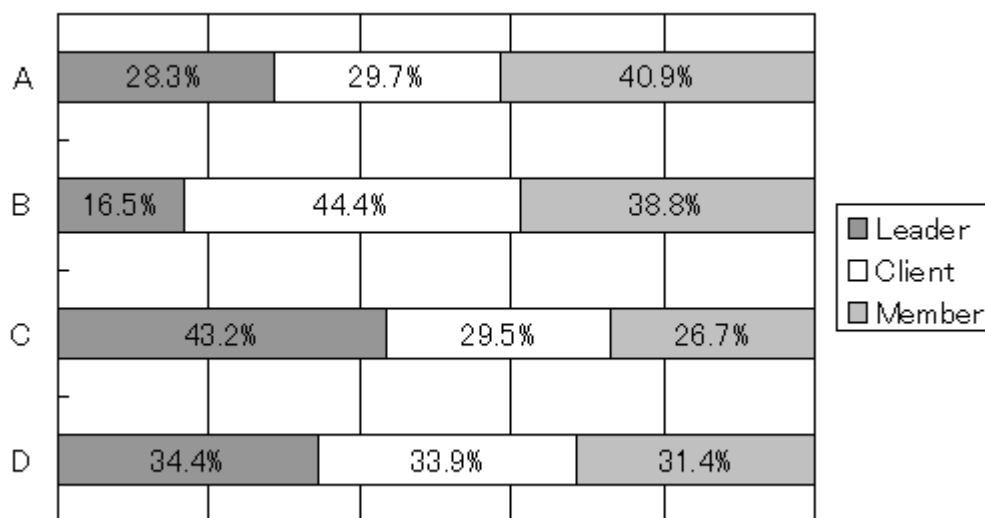


図1 4つのグループの発言割合

(Client)・メンバー(Member)の発言の、総発言数に対する割合をグラフにしたものが図1です。

たとえばBは、リーダーの発言割合が16.5%と少なく、話題提供者の発言割合が44.4%と多いことがわかります。それに比べると、C、Dのリーダーは多弁であるようです。リーダーの発言が少ないとリーダー以外の参加者の発言は増えますが、話題提供者とメンバーとが同程度発言するとは限りません。しかしこのグラフだけでは、訪問して観察したグループの特徴を十分に説明しているとはいえません。

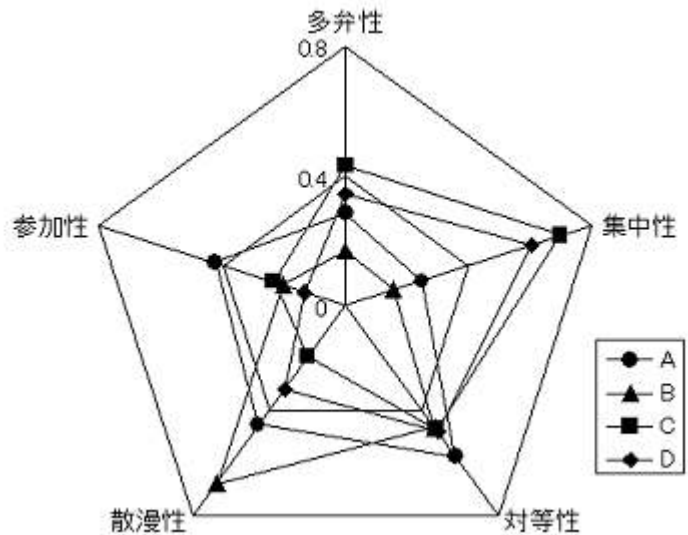


図2 4つのグループの特徴

c. ローズグラフ

そこで、4つのグループの特徴をさらにわかりやすく表すため、次に述べる5つの尺度を用いることにしました。図2に、各グループの特徴をもっともよく表しているセッションを、それら5つの尺度を使って分析したものを示します。それぞれが違った値を示しています。

5つの尺度を順に説明します。まず、発言数に注目したのが、<多弁性>と<対等性>です。<多弁性>は「リーダーの発言の多さ」を表し、 $\{\text{リーダーの全発言数} \div \text{総発言数}\}$ で導きました。<対等性>は、メンバーがどれぐらい発言したかを、話題提供者の発言と比較した数字です。 $\{\text{メンバーたちの全発言数} \div (\text{話題提供者} + \text{メンバー}) \text{の全発言数}\}$ として導いています。「話題提供者とメンバーがどれぐらい対等に発言したか」を表すもので、これが高いとメンバーたちが話題提供者よりも多く発言したことになります。

次に注目したのが、セッション内の発言の順序、つまり会話のつながり方です。まず、リーダーと話題提供者1対1の対話の多いグループがあった場合、その特徴を表すにはどうすればよいかを考えました。そして $\{(\text{リーダー} \rightarrow \text{話題提供者} \rightarrow \text{リーダー}) \text{と対話が連続する数} \div \text{話題提供者の全発言数}\}$ として導いた尺度を、「リーダーと話題提供者がふたりだけで集中的に話をする度合い」という意味で、<集中性>と呼ぶことにしました。

逆に、リーダー以外の参加者同士の会話が長く、話題の広がっていくグループもあります。それで $\{(\text{メンバー} \rightarrow \text{話題提供者}) \text{と会話が連続する数} \div \text{総発言数}\}$ を<散漫性>としました。これは「話題提供者とメンバーがリーダーぬきで会話を続ける度合い」です。

最後に、<参加性>という尺度を考えました。 $\{(\text{話題提供者} \rightarrow \text{リーダー} \rightarrow \text{メンバー}) \text{と会話が連続する数} \div (\text{話題提供者} \rightarrow \text{リーダー}) \text{と対話が連続する数}\}$ で、「リーダーと話題提供者が話しているところに、メンバーがどれぐらい入ったか」を表します。リーダー側からいうと、話題提供者以外の参加者にどの程度参加してもらったか、メンバー側からいうと、どれぐらい発言しやすかったかを表すといえます。

以上の計算方法を、表2に簡単にまとめておきます。

表3に、すべてのセッションについての計算結果を示します。A#1はグループAのセッション1、B#2はグループBのセッション2、というように表しています。

多弁性(リーダーの発言の多さ)
 =リーダーの全発言数÷総発言数

対等性(話題提供者とメンバーがどれぐらい対等に発言したか)
 =メンバーの全発言数÷(話題提供者+メンバー)の全発言数

集中性(リーダーと話題提供者がふたりだけで話を続ける度合い)
 =(リーダー→話題提供者→リーダー)÷話題提供者の全発言数

散漫性(話題提供者とメンバーがリーダーぬきで話を続ける度合い)
 =(メンバー→話題提供者)÷総発言数

参加性(リーダーと話題提供者の話にメンバーが入る度合い)
 =(話題提供者→リーダー→メンバー)÷(話題提供者→リーダー)

表2 5つの尺度の計算方法

| | 多弁性 | 集中性 | 対等性 | 散漫性 | 参加性 |
|-----|------|------|------|------|------|
| A#1 | 0.23 | 0.24 | 0.50 | 0.55 | 0.25 |
| A#2 | 0.28 | 0.25 | 0.58 | 0.46 | 0.42 |
| A#3 | 0.20 | 0.24 | 0.53 | 0.61 | 0.34 |
| B#1 | 0.26 | 0.25 | 0.45 | 0.49 | 0.25 |
| B#2 | 0.17 | 0.16 | 0.47 | 0.68 | 0.20 |
| C#1 | 0.43 | 0.70 | 0.48 | 0.20 | 0.23 |
| C#2 | 0.39 | 0.59 | 0.41 | 0.26 | 0.15 |
| D#1 | 0.34 | 0.61 | 0.48 | 0.32 | 0.13 |
| D#2 | 0.40 | 0.63 | 0.41 | 0.22 | 0.23 |

表3 5つの尺度の計算結果

集計した結果と現場での観察とが、どのように対応しているか見ていきます。図3は、先の図2からBグループとCグループだけを抜き出したものです。＜対等性＞についてはB#2は0.47、C#1は0.48、＜参加性＞についてはB#2は0.20、C#1は0.23と、ほぼ同程度です。しかし＜多弁性＞はB#2は0.17、C#1は0.43、＜集中性＞はB#2は0.16、C#1は0.70、＜散漫性＞はB#2は0.68、C#1は0.20と、対照的です。＜多弁性＞の低いBグループは＜散漫性＞がより高く、＜多弁性＞の高いCグループは＜集中性＞がより高いです。

観察した印象では、Bでは話題提供者とメンバーが自由に発言し、セッションの流れを決めているのは、リーダーというより参加者たちのように感じました。Cでは、

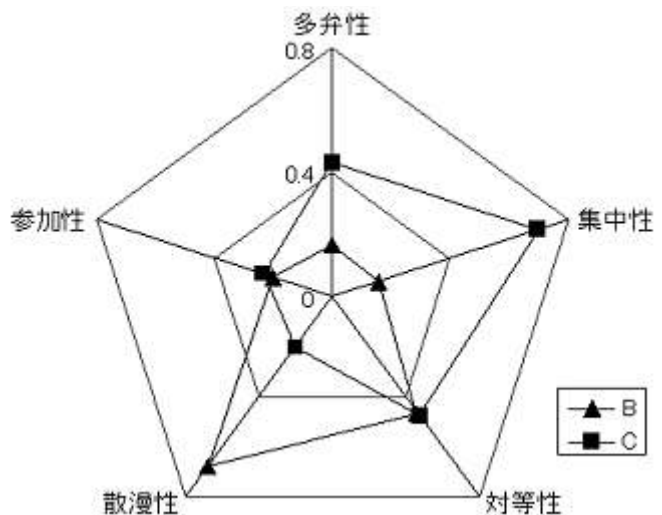


図3 BグループとCグループ

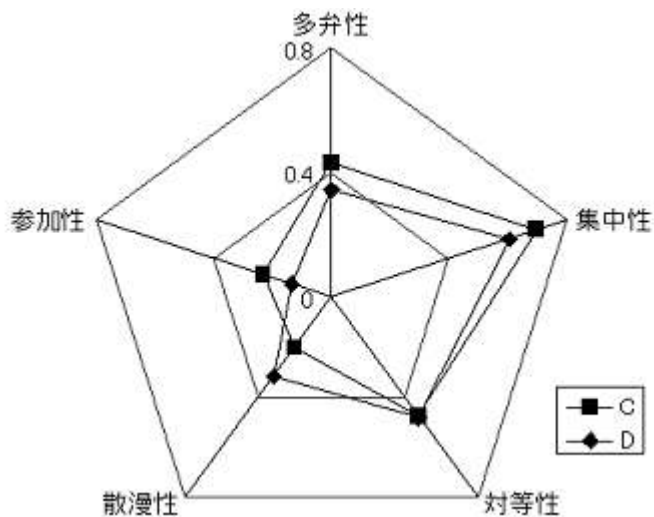


図4 CグループとDグループ

が 0.70、D#1 が 0.61 と、どちらもCがDより少し高いです。Cのリーダーの方が、話題提供者と1対1の対話を続ける傾向の強かったことがわかります。ところが＜参加性＞も、C#1は0.23、D#1が0.13と、CがDより高いのです。すなわち、Cではリーダーと話題提供者が連続して対話をするのが多いのに、Dよりもメンバーが会話に加わりやすかったということがわかります。たしかにCのリーダーは、話題提供者への質問を全員に向かって問いかけるなど発言のあて先を工夫して、メンバーの発言を促していました。このように、私の観察したグループの特徴は、発言の数と順序に基づいた分析によって、かなり忠実に数字で表すことができました。

d. グループの個性を決めるもの

図5～図8は、A B C D各グループの複数のセッションのデータを、グループごとに重ねて表示したものです。参加したメンバーと扱った話題はそのつど違うのに、各グループはよく似た形を描き、ほぼ同じ特徴を示しています。

図9は、Bグループで、Bのリーダーが行ったセッション(B)と、別の日に清野雅子さんが宿題研究のためにリーダーをしたときのセッション(M)とを、重ねて表示したものです。同じ場に集まるグループでも、「同一のリーダーによる司会」という条件を取り除くと、グループは違った個性を見せることがわかります。これらのことから、グループの特徴はリーダーに左右されており、グループの個性はリーダーの個性によって決まると結論づけることができそうです。

e. メタ・メッセージ：グループの共通性

本研究は、話題提供者の話の内容に関しては一切取り扱いませんでした。しかしリーダーはセッションを進行させるためにメッセージを発信しますので、リーダーの発言の内容に関しては詳細に検討しました。その結果、リーダーの発言の中には、セッションの進行上特別な働きをもつものがあることがわかりました。

たとえば「そのときどこに居ましたか?」「何を考えていましたか?」などのリーダーの発言は、問いかけた相手からの返答を期待して発せられるものです。これに対して「最近、印象的なできごとは何かありましたか?」「それについてロールプレイをしてみましょう」「今日は何を

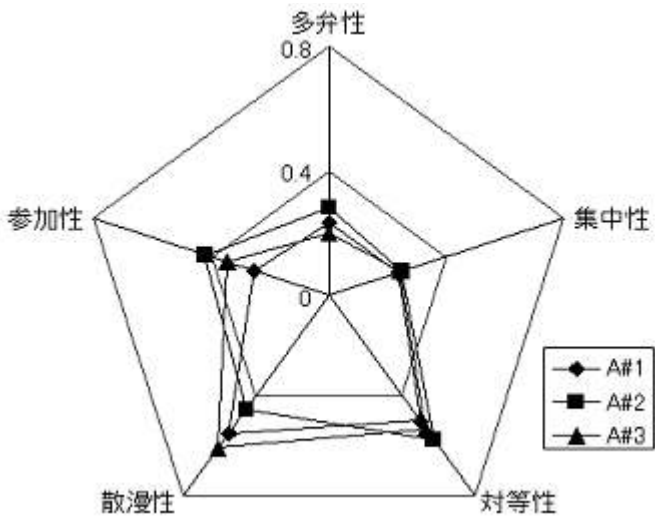


図5 Aグループの特徴

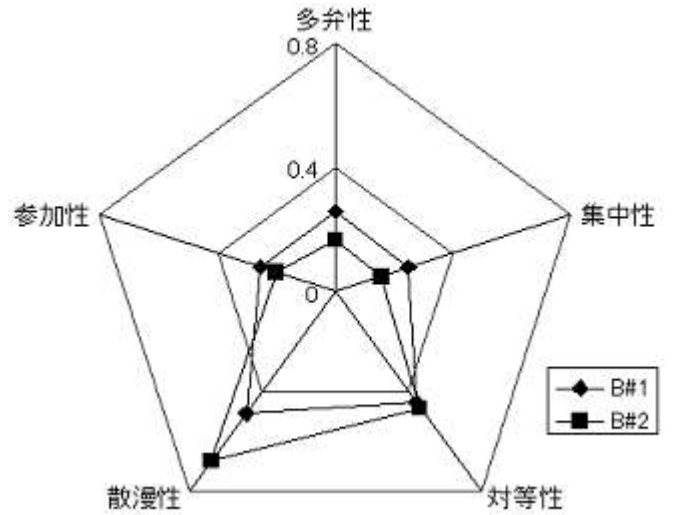


図6 Bグループの特徴

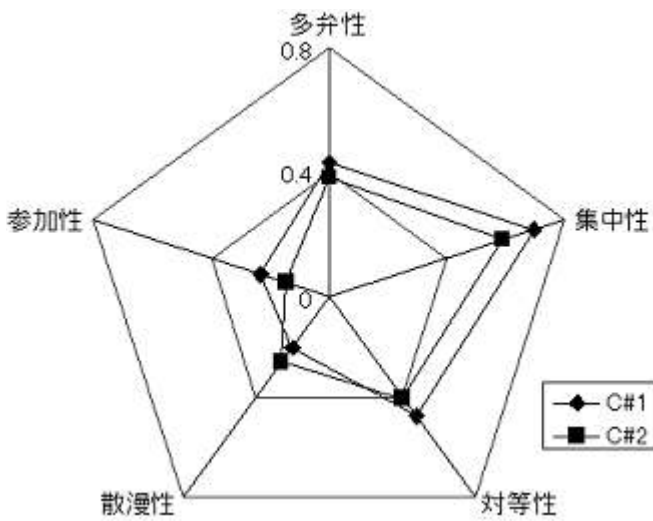


図7 Cグループの特徴

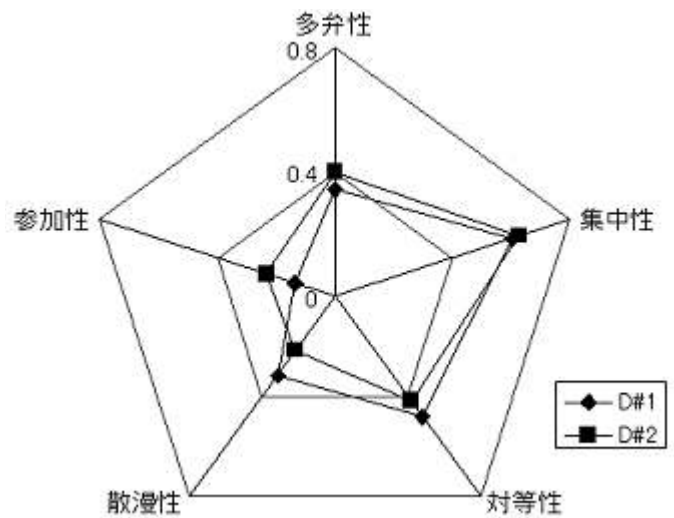


図8 Dグループの特徴

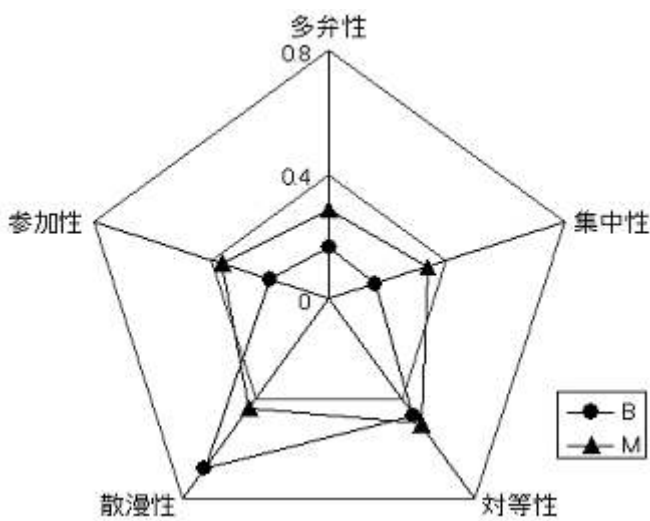


図9 異なるリーダーによるBグループ

学ばれましたか？」などのリーダーの発言は、直後の返答を引き出すだけでなく、その後しばらくの会話の方向性を決めていきます。文型的には「開いた質問」や「命令文」に分類できますが、問いかけた相手への「質問」や「提案」という枠にはおさまりきらない働きもっています。

このようにリーダーの発言には、参加者の次の発言を導くメッセージと、その後しばらくの会話の流れを決めるメッセージと、2種類の発言がありました。後者のような、通常メッセージより上位のランクにあるメッセージを「メタ・メッセージ」と呼びます。

次の引用は、野田先生によるアドラー心理学カウンセリングの中でのメタ・メッセージの定義です。

……その後しばらくのカウンセリングの流れを規定する問いを、メタ・メッセージ(meta-message)と呼ぶことにする。これに対して、……クライアントの直後の発話を規定するだけの問いを、メッセージ(message)と呼んで、メタ・メッセージと区別して考えることにする。メッセージは直後のクライアントの発話を規定することを目的とするカウンセラーの発話、メタ・メッセージは、しばらくの間のクライアントとの対話を規定して、話題の流れを制御するためのカウンセラーの発話である。^[2]

そこで、今回録音した全セッションのリーダーのメタ・メッセージをすべて抜き出し、それがその後しばらくのセッションの流れをどのように規定しているかについて考えてみました。この場合、すべてのリーダーがメタ・メッセージを意識して使っていたわけではないので、台詞や言葉使いはまちまちです。形ではなくセッションの流れへの影響を考慮して、「ここでグループの流れが変わったな」と話題提供者も感じメンバーも感じたであろう部分のリーダーの台詞をメタ・メッセージと判断しました。以下に示す例は、そのうち3グループの1つずつのセッションについて、すべてのメタ・メッセージと、それがその後しばらくのセッションの流れをどのように規定しているかを、時系列に並べたものです。

例1

- 1) 話題提供者を決める 「今日はどなたかのロールプレイを～」
- 2) エピソードを聞く 「登場人物は？」
- 3) 差異を聞く 「質問は？」
- 4) ロールプレイ 「じゃあ実際にやってみましょう」
- 5) ロールプレイのシェアリング 「感想を聞かせてください」
- 6) 相談目標 「これはどんなふうになったらいいかと願いますか？」
- 7) 代替案を考える 「みなさん、こう言われているときの動きを何か」
- 8) 代替案のロールプレイ 「今の場面で～」
- 9) ロールプレイのシェアリング 「どうですか？」
- 10) 全体シェアリング 「ありがとうございました。今日の感想などあれば～」

例2

- 1) 話題提供者を決める 「みんなで考えたいことがあります？」
- 2) レポートに戻る 「～と言ったけど、～とかありますか？」
- 3) 情報収集 「どんなふうに暮らしておられる？」
- 4) エピソードを聞く 「最近の一番気になったことがあったら～」
- 5) 差異を聞く 「聞きたいことはないですか？」
- 6) 代替案を考える 「～のために思いつくことあるだろうか？」
- 7) まとめ 「どんなことしてみます？」

例3

- 1) 話題提供者を決める 「そのお話もらっていいですか？」
- 2) レポートに戻る 「なんで～なるのか～」
- 3) エピソードを聞く 「どこでしゃべっているのですか？」

- 4) ロールプレイ 「～役やってもらおうとしたら、誰がいいですか？」
- 5) ロールプレイのシェアリング 「～役の方どうでした？」
- 6) 交代のロールプレイ 「入れ替わって見たらどうか？」
- 7) ロールプレイのシェアリング 「どうですか、～になってみて」
- 8) 代替案を考える 「どうしましょう？」
- 9) 代替案のロールプレイ 「今の場面でやり直すとすれば、どのへんからやってみます？」
- 10) メンバーの感想を聞く 「どうですか？」
- 11) 話題提供者の感想を聞く 「やられてみてどうでした？」
- 12) 終了する 「ありがとうございました」

メタ・メッセージと次のメタ・メッセージとの間の、意味の規定されたひとつのまとまりを、「相」(phase)と呼ぶことにします。ごらんのように、メタ・メッセージはグループを複数の相に分け、それぞれの相の始まりと終わりとを区切っています。例1のグループのセッションは10相、例2は7相、例3は12相から成っています。メタ・メッセージの数が多いとセッションは細かく区切られ、メタ・メッセージの数が少ないとセッションは大きくゆるやかに区切られます。また、「ロールプレイ」相を経て代替案を考えているセッションと、「ロールプレイ」相なしで代替案を考えているセッションとがあります。

このようにセッションによって細部の違いはありますが、「話題提供者を決める」ところから始まり「レポート」、「エピソード」を聞いて「代替案」を考える、という相の並び方はほぼ同じです。すなわち、リーダーはメタ・メッセージの概念を学んでいなくても、無意識的にメタ・メッセージをほぼ一定の順序で発信していることがわかりました。

5. 考察

a. グループの共通構造

アドラー心理学自助グループでは、アドラー心理学の知識や技術を用いながら、話題提供者の問題の解決に向けて参加者全員が協力して、会話を重ねます。このような意味のある会話のつらなりには必ず構造(ルール)があるはずですが、先の結果で見たように、今回対象としたグループのリーダーたちは、データを採取した時点でメタ・メッセージの概念を学んでいなかったにもかかわらず、ほぼ同じ順序でメタ・メッセージを配列していました。対象グループのリーダー全員が、アドラー心理学を熱心に学んできた学会認定有資格者だったからでしょうか。そうすると『パセージ』の動かし方に馴れ親しんでいるリーダーなら、みな無意識的に同じ動き方をするのでしょうか。ひょっとしたら、このことがアドラー心理学のグループの構造について、何か意味しているのかもしれない。

ヒントになったのは、図10に示した野田先生の論文^[3]中の図です。

カウンセリングの流れを説明するこの図は、カウンセラーの動きだけを取り出すと、まるで枝分かれした樹のような形をしています。生物の進化の道筋を枝分かれした樹木のように描いたものを「系統樹」といいますが、生物学だけでなく、言語や歴史など、人間の活動のあらゆる現象が系統樹に書き表せるということです。ならば本研究のテーマである自助グループの構造もまた、系統樹の形で表せるのかもしれない。その先入観をもって、一般的なセッションの進行を考察してみます。

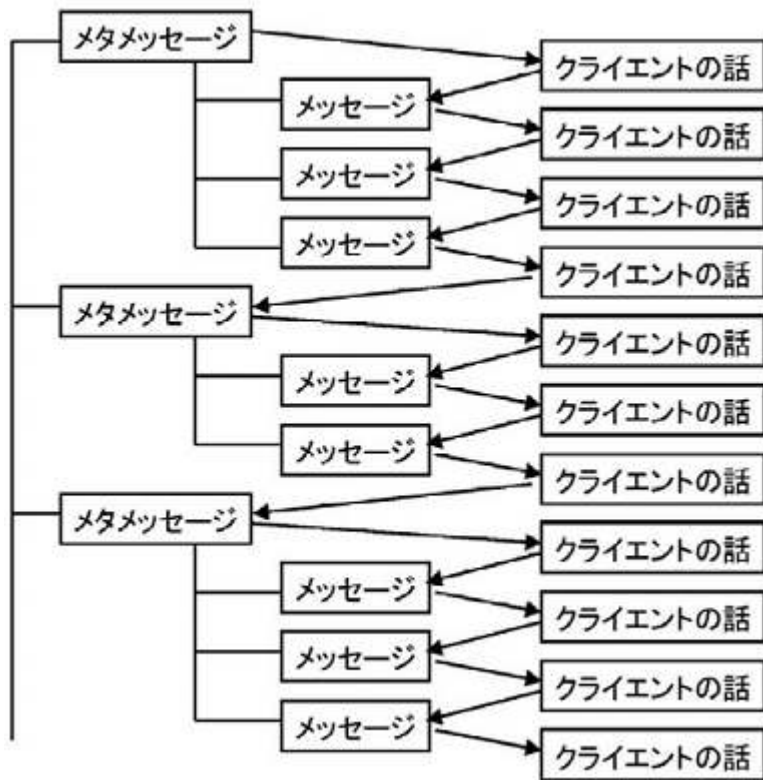


図 カウンセリングの流れ 10

たとえば「今日何かお話のある方はいらっしゃいますか？」というメタ・メッセージは、「その日の話題提供者を決める」相を開始する合図となっています。話題提供者がためらうのをリーダーが促したりメンバー同士が調整したり、さまざまなメッセージが使われながらその相は進行していき、話題提供者が決定した時点で終了します。続く「どんなお話ですか？」というメタ・メッセージによって、「その話題提供者のレポートを聞く」相が始まります。その相もまた、情報を集めたり説明を求めたりなどの、リーダーおよび参加者たちのメッセージによって進みます。次に「最近どんなことがありましたか？」というメタ・メッセージがリーダー

から発せられれば、その場にいる参加者全員に「その話題に関わるエピソードを聞く」相が始まったことが伝わります。

セッションの最初の段階では、このように「話題提供者を決める」相、「レポートを聞く」相、「エピソードを聞く」相、「差異を聞く」相、「スピーチを取り出す」相、などの相があると考えられます。そしてこれらの順序は、おそらく不可逆的であり、「エピソード」の前に「スピーチ」を聞いたり、「レポート」の前に「エピソード」を聞いたりすると、セッションがうまく進まないだろうことが予想されます。

うまく問題の所在が明らかになれば、セッションは次の段階に進みます。もしもリーダーが代替案を見つけることを目的としているなら（GD#2）^[4]、この段階には「ロールプレイ」「テキスト参照」「代替案」などの相があると思われます。ここでも、「ロールプレイ」や「テキスト参照」の前に「代替案」を考えることはあまりないので、おおよその順序は決まってくるでしょう。

話題提供者のライフスタイルを扱うことを目的とするなら（GD#1）^[4]、「子ども時代のことで覚えている印象的な出来事がありますか？」というようなメタ・メッセージによって、「早期回想を聞く」相が開始されるでしょう。「その思い出の中であなたはどんな子どもでしたか？」というメタ・メッセージは、「私的意味づけを聞く」相の始まりを告げます。その相の下部には、おそらく感情や思考や行動を尋ねていくさまざまなメッセージがあるでしょう。解決構成モデル（GD#3）^[4]なら「点数づけ」の相が、スピリチュアル・カウンセリング（GD#4）^[4]的なセッションなら「ハートの声を聞く」相があると考えられますが、これらの相の順序も、恣意的に変更することはできないと思われます。

このように、メタ・メッセージを順に配列することによって相が作られ、相が複数集まっていくつかの大きなまとまりをなし、ひとつのセッションを形成していきます。逆に相の下部にはメッセージが多数存在し、系統樹の末端部分を形成しています。メタ・メッセージによる相を中心

としたこの並び方全体が、アドラー心理学自助グループをアドラー心理学自助グループたらしめている基本構造ではないかと、私は考えています。

b. メッセージ：グループの個性

図 11 の N#1 は、本研究で構造やメタ・メッセージに関する考察を得る以前の 2006 年 10 月、福井でグループセラピーをされた野田先生のローズグラフです。クライアントと参加者の方々の了解を得て、同様に会話分析させていただきました。N#2 は、同じく野田先生が、ほぼ 1

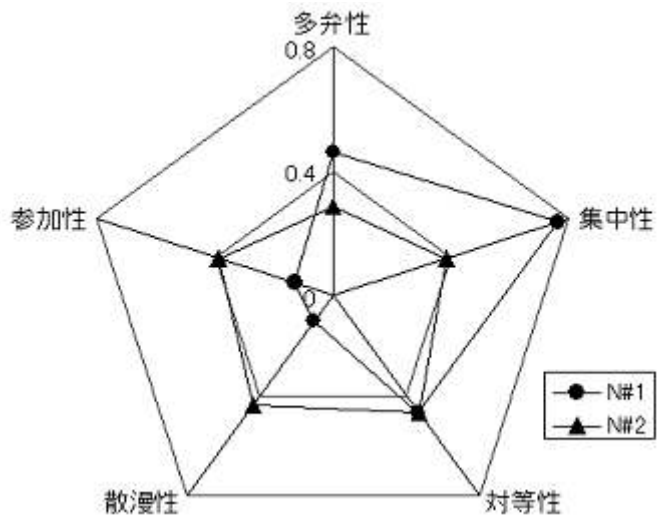


図 11 野田先生のセッション

年後の 2007 年 11 月横浜において、メッセージの数を極力抑え、メタ・メッセージだけでグループセラピーをされたときのグラフです。ご覧のように著しい変化が表れています。話題提供者もメンバーも異なりましたが、リーダーが動きを変え、まったく違った個性でグループを動かしたことがわかります。

しかしながら、N#2 の動かし方が最も良いグループの動かし方だとは野田先生自身も考えていないし、セラピーを行いながら「これは自分ではない」と居心地の悪い思いを味わっていたということです。メタ・メッセージだけでもグループは動くことが証明されましたが、それはある種、人工的・操作的であり、野田リーダー独自の味わいがなかったということでしょう。

すなわち、グループの骨格を作るのはリーダーのメタ・メッセージですが、リーダーそれぞれの持ち味を形成するのは、下部構造にあるそのリーダー固有のメッセージ群ではないでしょうか。構造の範囲内で、セッションは直線的に進んだりあちこちへ寄り道したりするでしょうし、参加者の発言や反応によってさまざまに変化していくでしょう。リーダーは臨機応変にメッセージを駆使することによって、話題や参加者に対応します。それが結果的に 5 つの尺度で分析したローズグラフの形を作り、それを私たちはリーダーの個性と呼びます。すなわち、アドラー心理学自助グループのリーダーの個性とは、そのリーダー固有のメッセージの出し方であると私は考えます。

c. 懇親会的グループと学習会的グループ

ローズグラフの 5 つの尺度は、観察して得た印象をもとにひとつずつ作り上げていったものです。現象をよりわかりやすく表現するための指標をブリコラージュ（手仕事）^[5]的に考えていったものですから、これ以外の尺度も可能です。この 5 つで全てのことが説明できるとも思いませんし、絶対的なものでもありません。しかしこれらの尺度は、少なくとも私という観察者の得た印象に関しては、とてもうまく説明をしてくれました。

本研究の対象については、＜散漫性＞の高い傾向のあるグループ（A・B）と、＜多弁性＞と＜集中性＞の高い傾向のあるグループ（C・D）と、大きく分けてふたつの個性がありました。仮に＜散漫性＞の高いグループを“懇親会的”、＜集中性＞の高いグループを“学習会的”と呼ぶことにします。総会当日の発表では、架空の事例で両極端のシナリオを創作し、近畿の自助グループのリーダー方に演じていただきました。話題提供者とメンバーがほぼ同じ動きであっても、

リーダーの動き方によってグループの雰囲気が大きく異なることを、効果的に示すことができたと思います。

たとえば極端な“懇親会的”グループのリーダーは、全体に遠慮がちに発言し、より元気なメンバーに流れを任せることが多いです。また話がメンバーの体験談や早すぎる代替案の提示へと流れても、あまり介入せずに静観します。そのため話題はあちこちへと広がりますが、参加者には話題提供者の問題解決への貢献感があり、満足度が高いと思われます。参加者同士の親密度も高いことが予想されます。

反対に極端な“学習会的”グループのリーダーは、きっぱりと自信をもって発言し、自ら答えを出し代替案を提示する傾向があります。元気なメンバーがいれば、その動きを制御しようとするかもしれません。問題解決についての方向性を持っており、参加者の発言がそこから逸れると軌道を修正します。解決に向かおうとする意識が強いので話題提供者の満足度は高いと思われますが、ときとして性急になり他の参加者を置き去りにする可能性もあるでしょう。

このふたつの型を、ある尺度の軸における振り子の両端と考えれば、大きな振れ幅の間のどこかに、たくさんの自助グループが位置するのではないかと思います。本研究は、実際の自助グループの姿を観察して分析した人類学的方法による調査研究であり、理想のグループの形を提示しようとするものではありません。さらに、研究結果から知りえたことに優劣・善悪・正邪・好悪などの価値判断を付け加えることも、私のすべきことではないと思っています。アドラー心理学自助グループとは、1) アドラー心理学を学習する場であり、2) 参加者の問題の解決に向けて、3) 全員が参加し貢献していく、という3つの条件を満たしたものだと思います。ですからリーダーや参加者たちが、この3つのどこに力点を置こうとしているかによって、さまざまなバリエーションのメッセージの出し方があり、故にさまざまな個性が存在すると考えます。

学習や問題解決に適したメッセージの出し方、参加者が発言しやすい雰囲気に適したメッセージの出し方など、目的に応じて便利な出し方はあるでしょう。各地の自助グループがそれぞれに、どのような自助グループを目指していくかを話し合い試していくことで、それぞれにとって最もよいあり方が見つかるのではないのでしょうか。同時に、今回示した尺度のどのあたりにそれぞれの自助グループが位置しているのか、各リーダーが意識しておくことは決して無駄ではないと考えています。

d. 人類学的ファンタジー

2007年6月のアドラーネット臨床フォーラムに、「グループの動かし方」と題して、野田先生が次のような文を投稿されました。

グループは、(1) 問題の共有、(2) 援助の本体、(3) シェアリング、の3つのステージからできているのが普通です。……この3つの段階は、古代の神事に似ているなと思っています。第1段階では、神主(=呪術師)が村人の誰かに神さまを降ろし、神さまは村人の口を借りて謎の言葉を語ります。村人たちが神に質問して、謎の言葉の意味をあきらかにしていきます。そうして意味があきらかになると、第1段階は終わります。第2段階では、神の求めることを村人がして、やがて神は満足して去っていきます。それから第3段階で、村人がお祝いの宴会をします。^[6]

この喩えにそって、具体的に自助グループのセッションを考えてみましょう。ほとんどの例会では、ある種のウォーミングアップの後、話題提供者が決まります。話題提供者はその人特有の

意味づけにおいて出来事を語ります。しかし、参加者たちはまだ十分にその言葉（＝出来事）を理解できないでいます。そこで、リーダーとメンバーが話題提供者に質問していくことにより、話題提供者のもつ言葉の意味がしだいに明らかになっていきます。言葉の意味が明らかになり出来事がほぼ理解され、何を解決すればよいかかわかれば、第1段階の「問題の共有」のステージは終わります。

第2段階の「援助の本体」は、早期回想を扱う GD#1、代替案を決める GD#2、解決構成の GD#3、スピリチュアルの GD#4 の4つの場合があります。GD#2 であれば、神の求めること（＝代替案）を話題提供者が見つかるか、あるいは提示された代替案に納得すれば、「神は満足して去っていきます」。

第3段階は、その日のセッションを全員で振り返り、学びを浸透させていくステージだと思います。話題提供者への祝福や感謝の言葉もあるでしょうし、メンバーが自らの学びを語り直すこともあります。神事であれば直会（なおりい）と呼ばれるお祝いの宴会が行われるでしょう。リーダーの全員への感謝の言葉をもって、セッションは終了します。

このように古代の神事から現代の自助グループに至るまで、およそ意味のある人間の話し合いは、グループ間に存在するさまざまな違いを超えて、上記の3つの段階からできていると考えられます。そうであるならば、自助グループの例会は、月に一度のかけがえのない祝祭です。ひとりでは解決できない問題をかかえて、あるいは生活していく上での知恵（『パセージ』あるいはアドラー心理学）を求めて、参加者たちは集います。日常とは違う特別な場で、人々は安心して感情を表現し、ときには笑い、ときには怒ったり泣いたりします。そしてお互いの親睦が深まり、新たな学びと力を得ることができれば、自分や世界とのつながりを少しだけ改善して、生活の場に戻っていきます。自助グループがそれぞれの地域におけるアドラー心理学の神聖な儀式の場であると考えれば、これらが共通の構造をもっているのは当然かもしれません。

6. おわりに

以上、自助グループのセッションにおける会話の分析を手掛かりに、自助グループの個性およびメタ・メッセージと構造について考察しました。私にとって今回の研究は、表面的な差異にまどわされず、その奥にある法則を見つけ出すという得難い学びの場でありました。世界の秩序の一端を知る喜びを味わう貴重な機会を与えていただいたことを深く感謝しております。

もう一度、構造主義人類学の祖レヴィ・ストロースの言葉を引用し、この論を終えることにします。

私の問題は、この外見上の無秩序の背後に、ある種の秩序があるのではないかと探ってみること、ただそれだけでした。…秩序がなければ意味を理解することは絶対に不可能だと私は思います。^[7]

謝辞

多大なご協力をいただきました全国の自助グループのみなさまにお礼申しあげます。野田先生には、特に集計計算ならびに計算結果の解釈に関しまして全面的にお世話になりました。未知の領域に思い切って飛び込む勇気を与えてくださり、辛抱強くご指導くださった先生に、篤くお礼

申し上げます。また、貴重な学会費から研究助成金を出してくださいました学会員のみなさまに、心よりお礼申し上げます。

文献

- [1] 石川ひろの・他：患者－医師間コミュニケーションにおける EBM と NBM : Roter Interaction Analysis System を用いたアプローチ. 心身医学 47(3): 201-209, 2007.
- [2] 野田俊作：ライフスタイル分析の新しい方法（1）現在の問題の語りなおし. アドレリアン 21(1): 1, 2007.
- [3] 同上：p.2.
- [4] 野田俊作：アドレリアン・セラピーとは何か？. アドレリアン 20(1): 9-16, 2006.
- [5] レヴィ＝ストロース著，大橋保夫訳：野生の思考. みすず書房，2006, pp.22-28.
- [6] 野田俊作：グループの動かし方（2）. アドラーネット，臨床フォーラム #503, 2007年6月26日.
- [7] レヴィ＝ストロース著，大橋保夫訳：神話と意味. みすず書房，2007, p.15.

更新履歴

2013年5月1日 アドレリアン掲載号より転載