山口大学教育学部研究論叢　第72巻　43頁～51頁　2023年1月

オンラインPCAGIPの実践と検討

押江　　隆[*1]・石川智香子[*2]・岩野　　光[*3]・葉柴　由佳[*4]
堺　　香穂[*5]・髙橋　亨輔[*6]・柳原　真子[*7]

Practice and Consideration on Online PCAGIP

OSHIE Takashi[*1], ISHIKAWA Chikako[*2], IWANO Hikaru[*3], HASHIBA Yuka[*4],
SAKAI Kaho[*5], TAKAHASHI Kyosuke[*6], YANAGIHARA Mako[*7]

（Received September 22, 2022）

PCAGIP法は、事例提供者の提出した簡単な事例資料をもとに、ファシリテーターと参加者が協力して参加者の力を最大限に引き出し、その経験と知恵から事例提供者に役立つ新しい取り組みの方向や具体的ヒントを見いだしていくプロセスを学ぶグループ体験である。本研究では対面でのPCAGIP法を、可能な限りそのままのかたちでオンラインにて実施し、そのセッションの過程と参加者の感想から、オンラインPCAGIPならではの利点および問題点を検討し、その視点から改めてPCAGIP法の特徴について議論した。PCAGIP法はオンラインでも実施可能であり、多様な参加者を獲得できる可能性を有していること、今後は対面PCAGIPとオンラインPCAGIPの目的に応じた使い分けも有効といえるであろうこと、オンラインPCAGIPは身体性の欠如したテレプレゼンスを前提としており、それはもはやPCAGIP法そのものではないかもしれないこと等を論じた。

1．問題と目的

PCAGIP法は、事例提供者の提出した簡単な事例資料をもとに、ファシリテーター（以下“fac”と記述）と参加者が協力して参加者の力を最大限に引き出し、その経験と知恵から事例提供者に役立つ新しい取り組みの方向や具体的ヒントを見いだしていくプロセスを学ぶグループ体験と定義され、村山（2012）はこれをエンカウンター・グループ（以下“EG”と記述）の一種として位置づけている。PCAGIP法はこれまで心理臨床や教育および産業等、様々な領域で実践や研究が数多くなされている（中山・古谷・原口・中山・重松・北田・村山、2022）。

2022年現在、COVID-19感染拡大防止のために、密接・密集・密閉、いわゆる3密の回避が求められている。その一環で、会議等については、オンラインの利用が推奨されている（内閣官房新型コロナウイルス等感染症対策推進室、2022）。

COVID-19が流行しはじめた2020年以来、対面でのEGは次々と中止に追いやられている。三國（2021）は対面でのEGを「密を楽しむもの」であり実施が難しいと述べ、オンライン会議システムを利用したEGの事例を報告している。

三國（2021）はオンラインEGと対面EGの違いとして、たとえば休憩時間にメンバー同士がコミュニケーションをとらないことや、沈黙に対する戸惑い、死角がないことを挙げている。また、オンラインEGの利点として、移動する必要がないこと、時間的拘束が少ないこと、自分のところから参加できる安心感を挙げている。しかし、オンラインEGの研究はきわめて少ないのが現状である。

教員である第1筆者は例年授業の一環で学部4年生と大学院1年生合同（20名程度）でPCAGIP法の演習を実施している。多くの学部生がPCAGIP法をこの授業ではじめて体験することになる。

2020年度はCOVID-19流行のため3密回避が求められており、これをオンラインで実施する必要に迫られた。対面のPCAGIP法を、いかにオンライン会議システムに落とし込むかが課題となった。

岡本・池田・甲斐・末元・水谷・米田・池見（2021）

＊1　山口大学教育学部，〒753-8513　山口市吉田1677－1，oshie@yamaguchi-u.ac.jp
＊2　令和3年度山口大学大学院教育学研究科修了生　＊3　島根県教育庁教育指導課　＊4　福岡県スクールカウンセラー
＊5　北九州市役所　＊6　関西医療大学教学部　＊7　堺市教育文化センター

は、オンライン会議システムの一種であるZoomを用いてPCAGIP法を７名の参加者で実施している。参加者間で感想を話し合った結果、そのメリットとして随時全員の表情を画面上で真正面からとらえることができるため、対面にはない臨場感のある体験が可能であること等を、デメリットとしてマイクをオンにしたままセッションを行うことで生活音が混入すること等を挙げている。しかし岡本他（2021）の参加者は全員が対面PCAGIPに参加した経験があり、また参加者数も筆者らが実施したものと比べて少ない。PCAGIP法にはじめて参加する学生が大半を占めるオンラインでのPCAGIP法の実践や研究はこれまでなされていない。

そこで本研究では、第１筆者が例年実施している対面でのPCAGIP法（以下“対面PCAGIP”と記述）を、可能な限りそのままのかたちでオンラインにて実施（以下“オンラインPCAGIP”と記述）し、そのセッションの過程と参加者の感想から、オンラインPCAGIPならではの利点および問題点を検討し、その視点から改めてPCAGIP法の特徴について議論することを目的とする。

２．方法

２－１　オンラインPCAGIPの手続き

本セッションは2020年12月上旬に実施した。参加者はＸ大学の20名の学生および教員であった。その内訳は、大学院１年生７名と学部４年生12名、教員１名であった。なお、大学院１年生と教員はオンラインPCAGIPの予行演習を事前に１回実施している。学部４年生は全員がPCAGIP法を体験するのは対面・オンライン問わず本セッションが初めてであった。大学院１年生は７名中４名が対面PCAGIPを2019年12月上旬に体験している。

オンライン会議システムにはシスコ社のWebexを使用した。参加者には各自のマイクをミュートにし、発言の際にのみ解除するよう求めた。

記録にはホワイトボードの代わりにGoogleドキュメントを使用した。Googleドキュメントでは、複数の記録係が同じファイルにリアルタイムで書き込むことができる。また、参加者全員が閲覧可能となるよう、共有の設定を行った。

20名の参加者は、金魚グループ10名（事例提供者（学部４年生）とファシリテーター（以下“fac”と記述）含む）と金魚鉢グループ７名、記録係３名にわかれた。通常の対面PCAGIPでは記録係を２名とすることが多いが、本セッションでは３名とした。これは、事前にオンラインPCAGIPの予行演習をした際、Googleドキュメントでの記録は負担が大きいとの指摘があったためである。セッションでは金魚グループを中心に進行しながら、金魚鉢グループや記録係に適宜発言を求めた。

事例はあらかじめ参加者から修学支援システム（LMS（Learning Management System）の一種）で募り、筆者らで話し合いながら選出した。また金魚グループ、金魚鉢グループのメンバーは、あらかじめ筆者らで話し合いながら構成した。また対面PCAGIPでは、まず金魚グループ全員が座席順に発言するよう求めるが、オンラインPCAGIPには座席がないため、筆者らであらかじめ順番を決めておき、それをGoogleドキュメントに書き込んでおくことで対応した。

以上の点以外は村山（2012）の対面PCAGIPと同様の流れで進めた。

２－２　データ収集の手続き

セッション中の様子は、参加者全員に事前に許可を取り、Webexの録画機能を用いて記録した。これとGoogleドキュメントの記録をもとに、セッションのプロセスを記述した。なお、個人情報保護の観点から、個人を特定されることのないよう適宜改変して記述した。

また、第１筆者が修学支援システムのメッセージ機能で本セッションに参加した感想を自由記述形式で求めたところ、18名から提出があり、これをKJ法（川喜多、1967）を参考に分析を実施した。105枚のカードが分析対象となった。

さらに、本セッション実施から約１年後、別途実施された対面PCAGIPに参加した学部４年生４名に、オンラインPCAGIPと対面PCAGIPの異同について、考えたり感じたりしたことを記述するよう求めた。

３．結果

３－１　本セッションの概要

事例提供者Ａが提出した事例は次のとおりであった。「アルバイト先の職場では度々旅行や飲み会のイベントがあるが、基本的に全員参加とされている。関係を良好に保つためという意図は理解できるが、コロナ禍で自粛が呼びかけられている中、断りづらく、少し憂鬱だ。」

参加者全員の簡単な自己紹介の後、第１ラウンドに入った。第１ラウンドでは、金魚グループ全員が順番を決めて質問した。Ａはそれに答えながら、旅行や飲み会はアルバイトたちと数人の社員が計画していること、断っている人もいるものの多くが飲み会や旅行に参加していること等を述べている。職場には「みんな参加するよね」という雰囲気があり、「コロナ禍で飲み会や旅行はいまちょっとまずいよね」等と表立って発言する人はいないとのことであった。

１周目が終わり、facがGoogleドキュメントの記録を読み上げながら振り返りをした。振り返りの中で、参加

するのが嫌だと思っている人もいるだろうけど、表立ってそれを言うのもどうかと思うこと等述べる。

ここでもう１周四球方式の第１ラウンドを実施することにした。Ａは、旅行や飲み会に毎回参加しない人はいない気がすることや、飲み会の企画を出すのが社員だから批判しづらいこと、コロナ禍以前からそこまで行きたいとは思っていなかったこと等を話す。

２周目が終わり、再びfacが記録を読み上げながら振り返りをした。振り返りの中で、企画した社員に意見したら聞いてもらえるかもしれないが、楽しそうな企画に水を差すのは悪い気がすること、表立って「怖い」と言っている人を見たことがなく、もしかしたらそう思っているのは自分だけなのかもしれないと思うこと等を話す。

facが金魚鉢グループに「発言したい方は自由にマイクのミュートを解除して話してください」と発言の機会を提供した。金魚鉢グループメンバー１名の質問を受けてＡは、職場の空気を悪くすることに対する不安があることを話す。しかしそれ以外に質問は出なかった。

そこでfacより「これから当てていくが、当てないと発言しづらいかと思って当てるだけなので、当てられて『絶対言わなきゃ』とは思わないでほしい。パスもOK」と伝えた上で指名することにした。指名すると質問が次々に出てくる。質問を受けて、職場では不安に思っていそうな人と話す機会がないことや、バイト同士でつながりをもたせてあげたいという思いから社員が飲み会や旅行を計画していること等が語られる。

次に、順番を決めずに自由に質問する第２ラウンドに入る。質問を受けて、飲み会や旅行を企画する社員と話す機会はあるものの、そこまでCOVID-19を怖いと思ってはいないだろうと思ったということや、長い間やっているアルバイトなので、やめると言い出すのもどうかと感じていること、送別会は断りづらいこと等が語られる。

facより「結構しゃべったと思うけど、Ａさんどうですか？」と尋ねたところ、「共有できる人がいなくてしんどかったが、話せてすっきりする部分はあったと思う」、「人と話すのが好きなタイプの人が多いと思うので、自分みたいに考える人は少ないんじゃないかと思う」こと等が語られる。これを受けてfacが「結構話ができて、Ａさんとしてここで終わってもいいなということであれば終わってもいいし、もうちょっとヒントが見えたらいいなということなら続けてもよいし、どうしようか？」と尋ねると、「ある程度共有でき、自分としてはある程度すっきりしたんで、大丈夫だと思います」と話したため、クロージングに入る。

Ａに感想を尋ねると、「自分が普段共有できなかったことを共有できた。否定的な感じがなく聞いてくれるんで、楽に話すことができたと思う」と話す。facが全員に「ここで話したことはここだけの話なので、他に聞いておきたいことや伝えておきたいこと、または感想等があれば話してもらえたらと思います」と投げかけたが、特に発言はみられなかった。記録係にも何かあればと発言を求めたが、やはり発言はみられなかった。Ａさんにお礼を伝え、拍手して終了となった。所要時間は１時間４分38秒であった。

なお、セッション中に、筆者らの知る限り音声トラブルが２回あった。ある参加者の発言の途中でfacが遮り「聞こえなかったのでもう１回言ってほしい」と伝えることがあった。後からわかったことだが、その他の参加者には聞こえていたようであった。また、第１ステップの途中でまた別の参加者からWebexのテキストチャット機能で音声トラブルの報告があり、いったん順番を飛ばすことになった場面もあった。

３－２　参加者の感想

次に、本セッションに参加した感想を図解化したものを図１に示す。以下はその文章化による記述である。

３－２－１　慣れ・オンラインのよさ

すでにオンライン授業に慣れていること（〈オンライン授業への慣れ〉）や、前年度に対面PCAGIPを体験したことがあり、流れを知っている（〈PCAGIP法の流れが既知〉）こともあって「意外とオンラインでもできるんだな」という声（〈オンラインでもできる〉）があった。また、〈オンラインで知人とつながれる安心感や嬉しさ〉や様々な職場や地域から手軽に参加してもらえるため〈様々な立場の人の意見を取り入れられる可能性〉、〈オンラインとオフラインの使い分け〉、〈問題が解決すればとてもよいものになる〉といった《オンラインのよさ》に関する声があった。

３－２－２　PCAGIP法の特長

事例提供者に共感した、問題を共有できたという声（〈共感と共有〉）、そのため〈多角的な視点の提供〉がなされたという声、結果として〈事例提供者の負担が大きい〉が、グループの受容的な風土がそれを軽減させる（〈受容的風土の意義〉）といった声があった。一方で、グループ全員が共有できる話題を選ぶ必要があるので、〈扱える問題に限りがある〉とする声もあった。

３－２－３　オンラインだと緊張しづらい

〈対面だと発言の順番が自分にまわってくるのが見えて緊張〉するが、オンラインPCAGIPでは目線や空間を意識しなくてすむのでリラックスして取り組める（〈リ

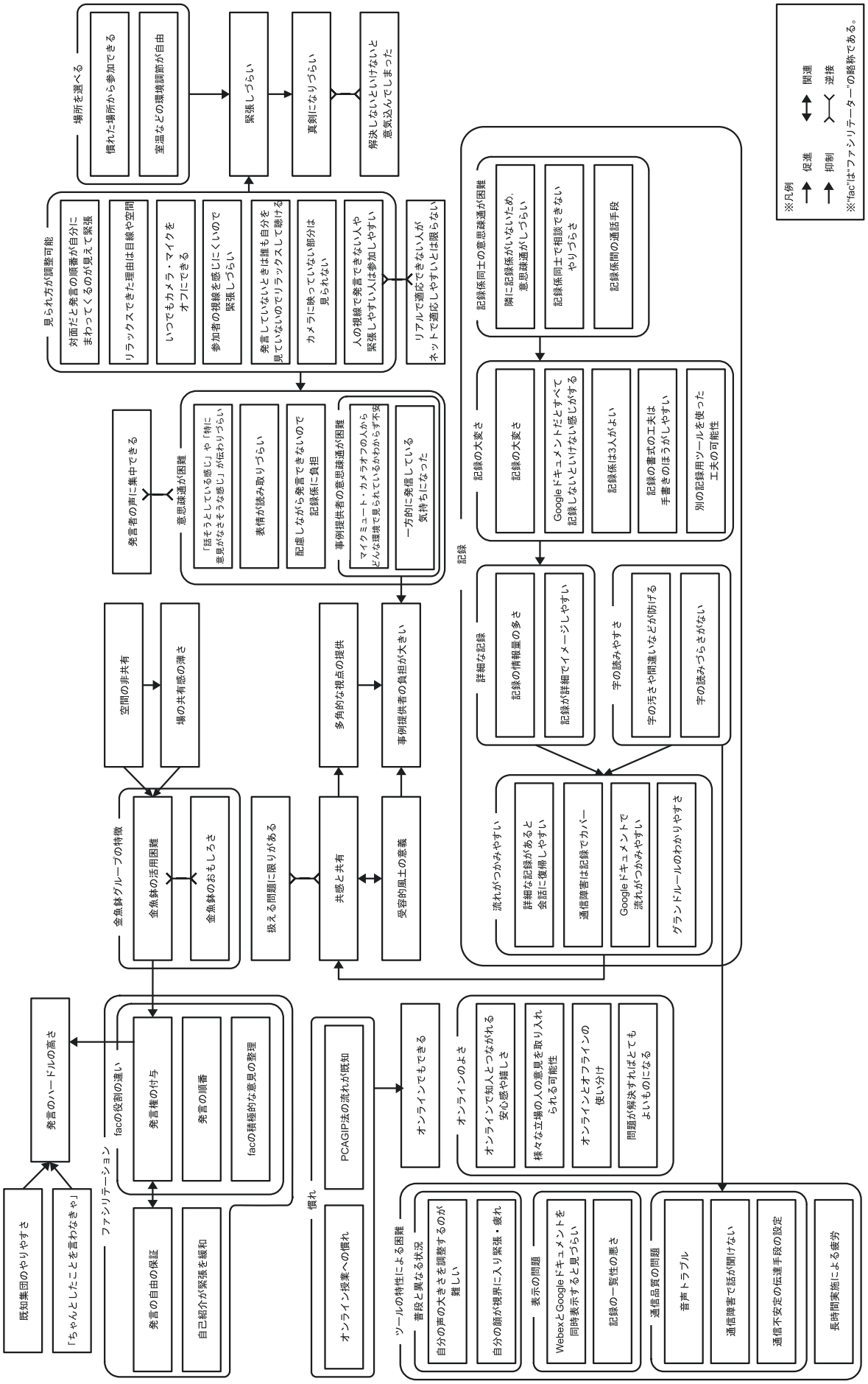

図１．図解化によるオンラインPCAGIPの参加者の感想の分析結果

ラックスできた理由は目線や空間〉）、〈いつでもカメラ・マイクをオフにできる〉、〈参加者の視線を感じにくいので緊張しづらい〉し〈発言していないときは誰も自分を見ていないのでリラックスして聴ける〉、〈カメラに映っていない部分は見られない〉といった性質から〈人の視線で発言できない人や緊張しやすい人は参加しやすい〉といったように、オンラインPCAGIPは《見られ方が調整可能》であるとの声、また〈慣れた場所から参加できる〉、〈室温などの環境調節が自由〉である等の《場所を選べる》とする声があり、これらのことから〈緊張しづらい〉ことが述べられていた。一方、〈緊張しづらい〉ことでかえって〈真剣になりづらい〉という声や、〈リアルで適応できない人がネットで適応しやすいとは限らない〉という声もあった。

３－２－４　意思疎通

このようにオンラインPCAGIPのよさが述べられる一方で、〈「話そうとしている感じ」や「特に意見がなさそうな感じ」が伝わりづらい〉、〈表情が読み取りづらい〉といった声や、事例提供者が〈マイクミュート・カメラオフの人からどんな環境で見られているかわからず不安〉、〈一方的に発信している気持ちになった〉というように、《事例提供者の意思疎通が困難》という声があった。逆に、イヤホンをつけて音量を調節できるため、〈発言者の声に集中できる〉とする声もあった。

３－２－５　ツールの特性による困難

また【ツールの特性による困難】も報告された。自分の声がどの程度の大きさで相手に伝わっているかがわからず〈自分の声の大きさを調整するのが難しい〉、Webexでは自分の顔がディスプレイに映るため、緊張したり疲れたりしやすい（〈自分の顔が視界に入り緊張・疲れ〉）という《普段と異なる状況》、〈WebexとGoogleドキュメントをディスプレイに同時表示すると見づらい〉、Googleドキュメントの記録だと全体を一度に見ることができない（〈記録の一覧性の問題〉）といった《表示の問題》、〈音声トラブル〉や〈通信障害で話が聞けない〉、通信が不安定になった場合の伝達手段を設定しておくとよい（〈通信不安定の伝達手段の設定〉）という《通信品質の問題》、〈長時間実施による疲労〉といった声があった。

３－２－６　空間の非共有

各参加者が同じ場所におらず（〈空間の非共有〉）、対面と雰囲気が異なるため〈場の共有感の薄さ〉があり、空気感を読みづらいことや、座席配置が目に見えないので金魚鉢グループの存在意義がわかりづらい（〈金魚鉢の活用困難〉）といった声があった。一方で、〈金魚鉢のおもしろさ〉を指摘する声もあった。

３－２－７　発言のしやすさ

マイクのミュートを解除して発言することについて、〈「ちゃんとしたことを言わなきゃ」〉と〈発言のハードルの高さ〉を感じるといった声や、一方で全員顔なじみ（〈既知集団のやりやすさ〉）だからこそ発言しやすくなるといった声があった。

３－２－８　ファシリテーション

以上のオンラインならではの特徴により、《facの役割の違い》に関する声があった。具体的には、各参加者に発言権を与えたり（〈発言権の付与〉）、〈発言の順番〉をあらかじめ決めておいたり、〈facの積極的な意見の整理〉が必要であったりすることが挙げられた。一方で、当てる際には「発言しなくてもよい」自由をあらかじめ参加者に伝える（〈発言の自由の保証〉）ことも重要であるとする声があった。また、簡単な自己紹介の時間を設けたことも参加者の緊張を緩和することにつながったとする声（〈自己紹介が緊張を緩和〉）もあった。

３－２－９　記録

Webexでは物理的に〈隣に記録係がいないため、意思疎通しづらい〉こと、そのため〈記録係同士で相談できないやりづらさ〉があり、〈記録係間の通信手段〉を用意することが今後の課題であるといった【記録係同士の意思疎通が困難】であるとの声があった。また〈Googleドキュメントだとすべて記録しないといけない感じがする〉ため〈記録が大変〉であり、〈記録係は３人がよい〉こと、〈記録の書式の工夫は手書きのほうがしやすい〉ことから〈別の記録用ツールを使った工夫の可能性〉も考えられることといった《記録の大変さ》に関する声があった。

一方で、記録が大変だからこそ〈記録の情報量の多さ〉につながり〈記録が詳細でイメージしやすい〉といった《詳細な記録》が生まれることが挙げられた。また、手書きではなくキーボードで入力するため〈字の汚さや間違いなどが防げる〉、〈字の読みづらさがない〉といった《字の読みやすさ》につながることが挙げられた。

さらに、音声トラブルがあっても〈詳細な記録があると会話に復帰しやすい〉ことや〈通信障害は記録でカバー〉できること、〈Googleドキュメントで流れがつかみやすい〉こと、あらかじめグランドルール（「事例提供者を絶対に批判しない」「メモを取らない」）をGoogleドキュメントに記入しておいたので、〈グラン

ドルールのわかりやすさ〉があったなど、〈流れがつかみやすい〉との声があった。

３－３　オンラインPCAGIPと対面PCAGIPの異同

本セッション実施から約１年後に実施した対面PCAGIPに参加した学部４年生４名に、オンラインPCAGIPと対面PCAGIPの異同について、考えたり感じたりしたことを記述するよう求め、その意味や内容を損なわない程度に誤字等を修正して表１に示した。

４．考察

４－１　オンラインPCAGIPの実用性と可能性

PCAGIP法は〈オンラインでもできる〉との声があった。オンラインPCAGIPには様々な問題があるものの、〈共感と共有〉や〈多角的な視点の提供〉、〈事例提供者の負担が大きい〉、〈受容的風土の意義〉、〈扱える問題に限りがある〉といった声は、対面PCAGIPとほぼ同様の反応と思われる。本セッションの１年後に対面PCAGIPに参加した学生Ｅも、本セッションの特徴として〈多角的な視点の提供〉や〈受容的風土の意義〉を挙げている（表１）。

加えてオンラインPCAGIPには〈オンラインで知人とつながれる安心感や嬉しさ〉や〈様々な立場の人の意見を取り入れられる可能性〉といったオンラインならではのよさに関する声があった。特に、オンラインPCAGIPならではの特長の１つとして、《見られ方が調整可能》で、《場所を選べる》こともあり〈緊張しづらい〉ことが挙げられる。表１の学生ＤもオンラインPCAGIPは〈緊張しづらい〉と述べている。事例や事例提供者との距離のとりやすさ（学生Ｃ）や、場の雰囲気を読みづらいからこその話しやすさ（学生Ｅ）もこの〈緊張しづらい〉特徴と関連すると思われる。

中でも【場所を選べる】ことについては、三國（2021）がオンラインEGの利点として「移動する必要がない」、「時間的拘束が少ない」、「自分のところから参加できる安心感」を挙げていることと重なる。PCAGIP法の長所の１つとして、多様な参加者から多様な視点が得られることが挙げられる。物理的に集まらなくてもオンラインで手軽に参加できるとなると、遠く離れた職場や地域からも参加しやすいため、より多様な立場の人の意見を取り入れられる可能性がオンラインPCAGIPにはあるといえる。

一方で、〈リアルで適応できない人がネットで適応しやすいとは限らない〉との声もあった。斎藤・東畑（2021）は「対面」の暴力性について「会うことに付随する暴力性を普段から自覚している人が結構いて、それを避けたいがために欠勤したり、不登校になったりする人が結構いるわけです」、「教育や仕事の現場において、今後は『対面』に対する多様性をふまえた発想が重要になるでしょう」と述べている。対面のもつ暴力性への耐性が個々人により異なることをふまえると、参加者の特性によって対面とオンラインを柔軟に使い分けることが、今後のPCAGIP法の実践を発展させる上で有用であると思われる。

４－２　オンラインPCAGIPの問題点

以上のことから、PCAGIP法はオンラインでも実施可能であるといえる。一方で、〈問題が解決すればとてもよいものになる〉という声があったように、オンラインPCAGIPには次の３つの問題点がある。

第１に、【意思疎通の困難】が挙げられる。参加者同士、記録係同士のコミュニケーションの難しさがあり、事例提供者を「一方的に発信している気持ち」にさせてしまっている。

第２に、【ツールの特性による困難】が挙げられる。これらは自分の顔が映らなくて済むような設定や十分な通信環境、よりよいヘッドセット、Googleドキュメントに代わるよりよい記録用ツールの用意等によりある程度解決できるだろう。また、通信障害で参加者の声がうまく聞き取れなかったとしても、記録である程度カバーすることが可能である。

第３に、〈発言のハードルの高さ〉の問題が挙げられる。セッション中も参加者から質問等が出づらかった。マイクをミュートにしていると、発言の際はミュートを解除して話すことになるが、自分の意見がしっかりまとまっていないと話してよいのか不安になり、ミュート解除のハードルが高くなってしまう。マイクをミュートにせず、意見がまとまっていなくてもゆっくり話し出せるようにしておけば、この問題は改善するかもしれない。たとえば参加者全員に品質のよいヘッドセットを配布し、全員がミュートを解除したままでもノイズなしで快適に会話できるようにしておくことが具体的な対策として考えられるだろう。

ただし、品質のよいヘッドセットを参加者全員に配布するというのも実際のところは困難であり、facが発言を求めて当てていくのが当面の現実的な対処であろう。しかしこの対処だと、自発的に質問できる風土を醸成しようとするPCAGIP法の理念と矛盾してしまう。必ずしも発言する必要はないことを保証する（〈発言の自由の保証〉）ようなファシリテーションがあわせて必要であろう。

表１． オンラインPCAGIPの1年後に対面PCAGIPに参加した学生によるオンラインPCAGIPと対面PCAGIPの異同

学生Ｂ
私はオンライン PCAGIP と対面 PCAGIP のどちらも金魚鉢グループでの参加であった。元々オンライン授業は画面を通してみているだけで、受けている感覚が少ないが、オンライン PCAGIP もその感覚が強かったと思う。一緒になって考えることが難しかった。一方で対面 PCAGIP だと金魚鉢グループであっても、自分の性格もあるとは思うが、積極的な参加まではできなくても、一緒になって考えやすかった。同じ空間にいる、目が合うだけで一員であるという感覚を覚えたためだと思う。オンラインの場合のよい点は、記録が読みやすかったり、声が聞こえやすかったりするところである。対面 PCAGIP だと、円形に席を配置するため、場所によっては記録が見えづらく、工夫してもらっても難しい部分があった。また、コロナ禍で距離の確保とマスク装着があったことも関係しているとは思うが、声が聞こえづらかったり反対にどのくらい声を張るかだったりと難しいと感じる部分があった。
学生Ｃ
対面 PCAGIP で印象的だったことは、事例提供者の雰囲気を感じられる点であった。ここでの雰囲気とは、事例提供者が質問に対する応答の中で行う話し方や考えている様子、仕草といった非言語的なメッセージをイメージしている。オンライン PCAGIP では、自室から PC に向かって言葉を投げかけるので自分の発言が不適切ではないか、端的でわかりやすい質問かどうかということに注目していたように思う。一方、対面 PCAGIP の場合、自分の言葉が実際に伝わっているか、事例提供者の様子を見ながら質問を言い直したりすることに集中していたように思う。また全体の雰囲気として、対面 PCAGIP の場合、他の参加者が頷く等の反応が見られ、事例提供者に寄り添って考えているように思えた。オンライン PCAGIP の場合、用いるアプリにもよるが、全員の表情が見えなかったり、記録ばかりに注目がいったりする。そうすると、作業的な検討にもなりかねない感じがした。ただ、オンライン PCAGIP の魅力として、事例提供者や周りの空気に飲まれすぎないということがあると私は考える。対面の場合、事例や事例提供者の辛さに引き込まれてしんどい感じがした。それに対し、オンラインだといい意味で他人事として程よく距離をとって事例を検討することが出来たという感じがした。
学生Ｄ
私は、オンライン PCAGIP、対面 PCAGIP どちらも金魚グループであった。最も異なるのは、他者の反応を対面であれば肌身に感じることができるという点である。自分の発言でどんな反応が返されるのか、感じることができれば、より、慎重になることもできる。事例提供者を守るという点では、オンラインよりも対面のほうが安全であると考える。オンラインでは、カメラをオフにすることができるため、そちらの方が安心できるという人もいると思う。対面だとその場にいるので逃げることは難しいが、オンラインであればいつでも逃げることのできる安心感が得られる。対面であれば、事例提供者を中心として座っていたため、事例提供者のための場であることがより強調されていたように感じる。オンラインであれば、カメラがオンの場合、参加者全員の視線を感じてしまうため、緊張するが、対面であれば、各々が視線を逸らしたりホワイトボードを見ていたりするため、視線を感じにくい。対面だと、空間全体が場としてその中に自分が存在していると感じるが、オンラインだと、画面の中のみで、自分は眺めているような気持ちになるため、事例との距離を感じる。オンラインだと、板書が一面で見ることができず、理解が困難なことがあったが、対面だと、一面に見えるので、書いてあることが理解しやすいと感じた。
学生Ｅ
オンライン PCAGIP と対面 PCAGIP の異なる点として、3 点挙げられる。1 つ目は、質問するときの違いである。オンラインで質問する際には、事例提供者の顔色や様子が分かりづらく、深く考えることもなく質問していた。しかし対面では、事例提供者の顔色や様子が分かるため慎重に質問しており、対面の方が事例提供者のことをより考えて、負担にならないような質問をすることができるのではないかと思った。2 つ目に、記録の方法が挙げられる。記録は、対面よりもオンラインの時の方が、見やすく、分かりやすかった気がした。ホワイトボードは書けるスペースが決まっているが、オンラインではスペースを気にせず記録できるため、分かりやすかったのではないかと考えた。3 つ目に、話しやすさの違いが挙げられる。私はオンラインの方が話しやすかった気がした。自宅で参加したため、安心していたことと、場の雰囲気が分かりづらいため、テレビなどを見ている感覚だったのかもしれないといったことが関係しているのではないかと感じた。マイクのミュートを解除して話すのと、順番がきて、または自らが挙手して話すのとでは、ミュートを解除して話す方が、ハードルが高いのに、このように思うのは不思議である。 オンラインと対面との共通点としては、2 点挙げられる。1 点目は、様々な視点からの質問が出てくることによって、自分自身にはない新たな視点を得ることができるといったことが挙げられる。これは、オンラインでも対面でも変わらずに感じた。2 点目は、事例提供者を否定することのない自由な雰囲気は、オンラインでも対面でもあったことである。どんな些細な質問でも出来る雰囲気というのは独特であり、PCAGIP 法ならではの雰囲気だと思った。事例提供者も質問者も否定されることのない場で、安心して過ごすことができたような気がした。

４－３．オンラインPCAGIPは対面PCAGIPの夢を見るか？

では、これらの課題がすべて解決すれば、オンラインPCAGIPは従来の対面のPCAGIPと同じものになるのだろうか？　筆者らはそのようには考えていない。オンラインPCAGIPには「参加者が同じ空間を共有していない」という対面PCAGIPとの決定的な違いがあるためである（〈空間の非共有〉）。表１の学生Ｂはオンライン PCAGIPでは「一緒になって考えることが難しかった」が、対面PCAGIPでは「同じ空間にいる、目が合うだけで一員であるという感覚を覚えた」と述べている。また学生Ｄは「対面であれば、事例提供者を中心として座っていたため、事例提供者のための場であることがより強調されていた」と述べている。これらは、参加者の身体が同じ空間に「ともにいる」ことの意義を示すものである。

Gendlin（1990）は「私が言わなければならない、最も大切なことから始めよう。すなわち、人とワークすることの本質は、生きている存在として、そこにいること（to be present）です」と人のプレゼンスの優位性（the primacy of human presence）について述べている。オンラインPCAGIPでは人が「そこにいる」といえばいるが、デジタルデバイスを介して「そこにいる」のであり、同じ空間にはいない。このことは、プロセスに大きく影響すると思われる。

このことと関連して山本（2021）は、オンラインでの精神分析について、対面関係では現実に、いま自分がいる場所に、ともにいる相手と、実際にいる経験である「実際のプレゼンス」が感受される一方、デジタルデバイスを介したスクリーン関係では、自分がいないどこかに、物理的に不在な他者といるという経験である「テレプレゼンス」が感受されると述べている。オンラインでの精神分析は可能ではあるものの、その違いをふまえておく必要があるという主張である。

さらに山本（2021）は「対面ではその場、その人の空気、匂いを感じることができます。そして相手の眼差し、仕草、形格好、動き方、その実体から得られるあらゆる感覚、感触、刺激をそのまま感じてその人と出会います。一方、オンラインでは、二次元の画面を通して得られる情報の範囲内でしか相手と会うことができません」と述べている。つまり、テレプレゼンスは実際のプレゼンスと比べて情報量が限定されるというのである。

同様の指摘は精神分析に限らず、認知行動療法でもなされている。伊藤（2021）は「オンラインの場合、画面に映る互いの顔を見ながら話をするが、微妙に視線がずれてしまい、互いに『視線を交わす』『視線が合う』という実感を得ることができない」、「オンラインだと、呼吸の有り様や息遣いがほとんど伝わってこない」と述べている。

山本（2021）も伊藤（2021）も、オンラインでは身体性が著しく欠如し、セラピーに困難が生じることを指摘しているといえる。

会話における身体性の研究の一例として、坂井田（2020）の日常会話の間合いの分析が挙げられる。坂井田（2020）は２名の10秒程度の日常会話における相談の場面を録画し、それを詳細に分析することで、言葉だけでなくイントネーションや姿勢、視線といった身体性によってきわめて複雑なやり取りがなされ、絶妙な間合いが形成されていることを示している。わずか10秒程度の２名の会話で身体性による非常に複雑なやり取りが起こるわけであり、対面PCAGIPのようなグループセッションで、さらに複雑なやり取りが身体的になされているであろうことは、容易に想像がつく。このようなことが、上半身のみを映すカメラと時々聞こえづらくなってしまうマイクとスピーカーを介してオンラインで再現するのは非常に困難であるといえる。セラピストやクライエントの表情や動きを反映するアバターを仮想空間に用意して実施するアバターカウンセリングでも同様の問題が生じるであろう。

斎藤・東畑（2021）は次のように述べている。「結局僕らが一緒に『いる』ということは、知的な部分で一緒に『いる』というよりも、もう少し身体的・動物的な部分で一緒に『いる』ということなんだと思います」、「どういうものがオンラインでできるかというと、いわゆるサポーティヴな面接です。自我が弱って適応が下がってしまっている人に対しては、アドバイスをしたり、現実検討を提供したりするのが役立ちます」、「もう少し深いところを扱おうとするセラピー、たとえば転移を扱ったり、心の微妙なニュアンスをシェアしたりすることを目指す面接は、僕の場合は少しずつ対面に戻っていきましたね」

PCAGIP法はパーソン・センタード・アプローチを理論的背景とするため転移ではなく共感的理解を前提としている。共感的理解は坂井田（2020）の研究に示されているようにきわめて身体的な営みであり、困難が生じるのは当然のことといえる。

以上をふまえると次のようにいえる。PCAGIP法はオンラインでも実施可能であり、多様な参加者を獲得できる可能性を有しているともいえる。対面が暴力性を有していることもふまえると、今後は対面PCAGIPとオンラインPCAGIPの目的に応じた使い分けも有効といえるだろう。ただし、オンラインPCAGIPは身体性の欠如したテレプレゼンスを前提としており、それはもはやPCAGIP法そのものではないのかもしれない。

４－４　今後の課題

従来の対面PCAGIPは参加者の身体が同一の空間を共有すること、つまり実際のプレゼンスを自明の前提としてきたが、その意義についてこれまで論じられていない。事例提供者にとっては、そこで何が話されたかだけでなく、多くの参加者が自分のことを一生懸命考えてくれるその熱量や空気感そのものが心理的な支えになっている可能性が高い。このように考えると、身体論やプレゼンス等に関する調査および論考が、PCAGIP法の研究を発展させていくうえで今後必要といえるだろう。

文献

伊藤 絵美（2021）．オンラインカウンセリングの限界．精神療法，*47*（3），347-348.

岡本 和磨・池田 陽子・甲斐 朱莉・末元 真子・水谷 晴香・米田 紗菜・池見 陽（2021）．Zoomを用いたPCAGIP―その実施と有効性の検討―　サイコロジスト：関西大学臨床心理専門職大学院紀要，*11*，11-19.

川喜田 二郎（1967）．発想法．中公新書.

斎藤 環・東畑 開人（2021）．討議　セルフケア時代の精神医療と臨床心理（特集　精神医療の最前線）．現代思想，*49*（2），8-29.

坂井田 瑠衣（2020）．相手のふるまいに寄り添う―日常会話の間合い―　伝　康晴・坂井田　瑠衣・高梨克也（著）「間合い」とは何か―二人称的身体論―（pp.55-83）　春秋社

Gendlin, E.T.（1990）. The small steps of the therapy process: How they come and how to help them come. In G. Lietaer、 J. Rombauts & R. Van Balen（Eds.）、*Client-centered and experiential psychotherapy in the nineties,* pp.205-224. Leuven: Leuven University Press.（池見 陽（訳）（1999）．セラピープロセスの小さな一歩．ユージン ジェンドリン・池見 陽（著）池見 陽・村瀬 孝雄（訳）セラピープロセスの小さな一歩―フォーカシングからの人間理解―（pp.27-63）金剛出版）

内閣官房新型コロナウイルス等感染症対策推進室（2022）．感染拡大防止に向けた取組．https://corona.go.jp/proposal/（2022年９月20日）

中山 幸輝・古谷 浩・原口 淑子・中山 美枝子・重松 初代香・北田 朋子・村山 正治（2022）．「PCAグループ」及び「PCAGIP法」に関する文献リスト（2021）．東亜臨床心理学研究，*21*，51-61.

三國 牧子（2021）．エンカウンター・グループの立場から（特集　第39回大会シンポジウム「新型コロナウイルス状況下での人間性心理学の実践」）．人間性心理学研究，*38*（2），217-221.

村山 正治（2012）．PCAGIP法の手順とポイント　村山 正治・中田 行重（著）　新しい事例検討法 PCAGIP入門―パーソン・センタード・アプローチの視点から―（pp.22-33）　創元社

山本 雅美（2021）．失うことと掛け替えのないこと　荻本 快・北山 修（編著）コロナと精神分析的臨床―「会うこと」の喪失と回復―（pp.71-96）　木立の文庫

謝辞

本研究にご協力くださった事例提供者および参加者の皆様に、厚くお礼申し上げます。本論文は日本人間性心理学会第40回記念大会（2021）にて発表したものに加筆・修正を加えたものです。座長の労をおとり下さり、さまざまなご助言をいただいた北海道大学の井出智博先生に、厚くお礼申し上げます。