

ロールプレイを用いた構成的 EG が対人援助ボランティア 学生のストレス低減に及ぼす影響

岩 佐 俊 輔
山 本 眞利子

要 約

研究1では、対人援助のボランティア活動を行っている学生を対象に、対人援助ボランティアストレス尺度とストレス反応尺度を作成した。研究2では、対人援助ボランティア活動を行っている学生を対象にロールプレイを用いた構成的エンカウンター・グループを行った。参加者は、実験群15名と対照群8名だった。実験群の参加者は、90分からなるセッションを3セッション受けた。セッションの内容は、あるメンバーが、ボランティア活動中、ストレスを感じた場面を他のメンバーに伝える。その対人援助場面をロールプレイで再現する。他のメンバーは、ロールプレイを見てフィードバックをする。ロールプレイを演じたメンバーは他のメンバーから示されたフィードバックの内容を参考に再度、ロールプレイするというものだった。対照群の参加者は何も行わなかった。プレテストとポストテストのストレス尺度得点とストレス反応得点、自己肯定意識尺度得点を調べた。その結果、対照群ではプレテストとポストテストで差が無かったが実験群ではプレテストよりポストテストで高まった。

キーワード：ストレス、対人援助ボランティア、ロールプレイ、エンカウンター・グループ

問題と目的

皆川 (1999) はボランティア学生を対象にした研究で、ボランティア学生が当事者との関わり、人間関係、組織や環境に対して悩みを持っていることを示した。このようなボランティア学生の抱えるストレスに関するアプローチの一つとして構成的エンカウンター・グループ (構成的 EG) が考えられる。齋藤・中谷 (2001) は「構成的エンカウンター・グループは集中型グループ体験の一種である。日常性から遊離した場所でグループ参加者同士が本音をぶつけ合い、お互いの行動と態度の変容を目指すというものである」と述べている。鎌田 (2002) によると、従来のエンカウンター・グループをそのまま用いることは目的や対象に合わないことが多く、実験者が学生の特質に合わせた

やり方を工夫する必要性を示唆している。なお、現在ボランティアのストレスや悩みに対する研究は少なく、どのようなストレスを抱えているかを把握する尺度も見られない。

本研究ではボランティア活動を行う学生の中でも、対人援助ボランティア活動を行う学生のみを対象とし、彼らの抱えるストレスを把握できる尺度を作成するとともに、そのストレスを軽減するエンカウンター・グループのプログラムを計画、実施し、効果を検証する。

第1研究

目的

対人援助ボランティアを行う学生を対象に、彼らがどのようなストレスを抱え、どのような状態にさらされているのかを理解するために、ストレス、スト

レス反応を測定する尺度を作成する。

方法

①予備調査

対象者

F 県のボランティアサークルに所属する大学生82名。(男性24名, 女性58名, 平均年齢21.9歳)。

調査期間

2007年3月～4月に実施。

手続き

ボランティアストレス尺度及びボランティアストレス反応尺度を作成するための予備調査を実施した。対象者に「ボランティアをしていてどんなことで(ときに)ストレスを感じるか」「ストレスを感じたときに心や体にどんな変化があったか」について自由記述によって回答してもらい, 回答内容を大学院生4名が KJ 法により分類した。結果, ボランティアストレス52項目, ボランティアストレス反応54項目を選定した。

②本調査

対象者

F 県のボランティア経験のある大学生及び大学院生105名(男性34名, 女性71名, 平均年齢19.7歳)。

調査期間

2007年6月に実施。

手続き

質問紙による調査を行った。

質問紙

予備調査により得られたボランティアストレス52項目, ボランティアストレス反応54項目, SDS 日本語版(福田・小林, 1973), GHQ-28(中川・大坊, 1985)を用いた。

結果と考察

1. ボランティアストレス尺度について

ボランティアストレス尺度の52項目を用いて最尤解, バリマックス回転により因子分析を行った。その結果, 3因子解を妥当と判断し, これを採用した。各項目のうち, 因子負荷の絶対値が0.40に満たなかった項目と因子負荷の絶対値が複数の因子に重複して0.40以上を示す項目, 合計26項目を削除し, 残りの26項目で再度最尤解, バリマックス回転により因子分析を行った。このとき3因子による累積説明率は43.3%であった。また, 各因子の信頼性を確認するためにクロンバック α 係数を求めたところ, 第1因子は $\alpha =$

0.854, 第2因子は $\alpha = 0.854$, 第3因子は0.857, 尺度全体では $\alpha = 0.913$ となった。各因子及び, 尺度全体についても α 係数が高いことから, ボランティアストレス尺度は十分に信頼でき, 内的整合性が高いと言える (Table. 1.1)。各因子の内訳は, 第1因子は10項目, 第2因子は11項目, 第3因子は5項目である。その内容は, 第1因子では因子負荷量の極性に応じて高い順に「スタッフから気を遣われたこと」「スタッフに期待されたこと」「スタッフから注意を受けたこと」などであり, これを「仲間から受けるストレス」因子と命名した。第2因子は因子負荷量の極性に応じて高い順に「仲良くなる方法が分からなかったこと」「何をして良いか分からなかったこと」などであり, これを「スキル不足から生じるストレス」因子と命名した。第3因子は因子負荷量の極性に応じて高い順に「対象者からの暴言を受けたこと」「対象者から攻撃的な態度を受けたこと」などであり, これを「対象者から受けるストレス」因子と命名した。

また, ボランティアストレス尺度の基準関連妥当性を検討するために, SDS および GHQ-28 との相関分析を行った。ボランティアストレス尺度の総得点および各因子と SDS, GHQ-28 との相関係数を Table. 1.2 に示す。結果, ボランティアストレス尺度の総得点, および各因子得点と SDS 尺度得点との相関はみられなかった。ボランティアストレス尺度と GHQ-28 については, ボランティアストレス尺度の総得点と GHQ-28 総得点では弱い相関 ($r = 0.295$) がみられた。また, ストレス尺度の第1因子と GHQ-28 総得点 ($r = 0.228$), 第2因子と GHQ-28 総得点 ($r = 0.280$), 第3因子と GHQ-28 総得点 ($r = 0.203$) の間でも弱い相関がみられた。以上のように, ボランティアストレス尺度と SDS との相関は確認されなかった。しかし, GHQ-28 と尺度全体との間に弱いながらも相関が確認されたことから, ボランティアストレス尺度はある程度の妥当性を有するものと考えられる。

2. ボランティアストレス反応尺度について

ボランティアストレス反応尺度の54項目を用いて最尤解, バリマックス回転により因子分析を行った。その結果, 3因子解を妥当と判断し, これを採用した。ボランティアストレス尺度と同様に各項目のうち, 因子負荷の絶対値が0.40に満たなかった項目と因子負荷の絶対値が複数の因子に重複して0.40以上を示す項目, 合計39項目を削除し, 残りの15項目で再度最尤解,

Table. 1.1 ボランティアストレス尺度の因子分析結果

項目番号	項目内容	第1因子	第2因子	第3因子	共通性
19	スタッフに気を遣われたこと	0.661	0.071	0.101	0.453
24	スタッフに期待されたこと	0.659	0.137	0.255	0.518
5	スタッフから注意を受けたこと	0.645	0.235	-0.048	0.474
32	スタッフに気を遣ったこと	0.592	0.083	0.226	0.408
22	他のメンバーの言動が不適切であったこと	0.591	0.133	0.348	0.488
15	スタッフの対象者への関わり方が不適切だったこと	0.577	0.153	0.271	0.430
36	スタッフからの視線やプレッシャーがあったこと	0.522	0.249	0.313	0.432
33	メンバーの話し合いが進まなかったこと	0.511	0.184	0.333	0.406
34	スタッフに期待されていなかったこと	0.439	0.123	0.368	0.343
1	スタッフが時間を守らなかったこと	0.432	0.180	-0.009	0.219
8	仲良くなる方法がわからなかったこと	0.006	0.751	0.101	0.574
7	何をして良いかわからなかったこと	0.053	0.692	0.042	0.484
10	自分が何のためにいるのかわからなかったこと	0.149	0.601	0.149	0.406
25	活動場所に慣れなかったこと	0.252	0.584	0.118	0.418
3	苦手なタイプの対象者と接したこと	0.246	0.531	0.222	0.393
20	対象者とうまく関われなかったこと	0.103	0.510	0.264	0.340
43	身の置場がなかったこと	0.106	0.504	0.209	0.309
2	対象者と意見が違ったこと	0.243	0.497	0.210	0.350
26	スキル不足を感じたこと	0.318	0.444	0.027	0.299
18	自分がわからない問題が生じたこと	0.345	0.432	0.158	0.330
29	自分の知らない領域について意見を求められたこと	0.221	0.410	0.284	0.298
21	対象者からの暴言を受けたこと	0.334	0.090	0.880	0.894
27	対象者から攻撃的な態度を受けたこと	0.203	0.181	0.699	0.563
46	対象者から無理な要求をされたこと	0.047	0.276	0.658	0.511
17	対象者が話を聞いて無かったこと	0.369	0.253	0.555	0.508
12	対象者に無視されたこと	0.154	0.284	0.552	0.409
	説明分散	4.047	3.873	3.338	11.259
	説明率	15.565	14.898	12.840	43.3
	α 係数	0.854	0.854	0.857	0.913

Table. 1.2 ボランティアストレス尺度得点の相関マトリックス

ボランティアストレス尺度	SDS	GHQ-28
第1因子	0.123	0.228 *
第2因子	0.159	0.280 **
第3因子	0.100	0.203 *
総得点	0.161	0.295 **

* $p < .05$ ** $p < .01$

バリマックス回転により因子分析を行った。このとき3因子による累積説明率は48.4%であった。また、各因子の信頼性を確認するためにクロンバック α 係数を求めたところ、第1因子は $\alpha = 0.779$ 、第2因子は $\alpha = 0.822$ 、第3因子は0.786、尺度全体では $\alpha = 0.845$ であり、内的整合性の高さが確認された (Table. 2.1)。各因子の内訳は、第1因子、第2因子、第3因子ともに5項目である。その内容は、第1因子では因子負荷量の極性に応じて高い順に「早く帰りたいと思った」「活動先の人と顔を合わせたくなくなった」「舌打ちが多くなった」などであり、これを「逃避・拒否反応」

因子と命名した。第2因子は因子負荷量の極性に応じて高い順に「落ち込んだ」「困ってしまい考えた」「自信がなくなった」などであり、これを「抑うつ」因子と命名した。第3因子は因子負荷量の極性に応じて高い順に「寂しい気持ちになった」「楽しい気持ちが減った」「頭がぼーっとして眠気を感じた」などであり、これを「疲労感」因子と命名した。

また、ボランティアストレス反応尺度の基準関連妥当性を検討するために、SDS、GHQ-28との相関分析を行った。ボランティアストレス反応尺度の総得点、および各因子とSDS、GHQ-28との相関係数を

Table. 2.1 ボランティアストレス反応尺度の因子分析結果

項目番号	項目内容	第1因子	第2因子	第3因子	共通性
17	早く帰りたいと思った	0.758	0.086	0.194	0.620
19	活動先の人と顔を合わせたくなかった	0.716	0.267	0.151	0.607
16	舌打ちが多くなった	0.604	-0.133	0.131	0.400
14	体が重くなった	0.573	0.159	0.260	0.421
52	活動に来たことを悔やんだ	0.488	0.297	0.101	0.337
4	落ち込んだ	0.117	0.777	0.202	0.658
6	困ってしまい考えた	0.055	0.759	0.249	0.642
15	自信がなくなった	0.269	0.723	-0.002	0.595
9	申し訳ない気持ちになった	0.173	0.591	-0.052	0.382
46	笑顔が引きつっている感じがした	0.209	0.440	0.301	0.328
41	さびしい気持ちになった	0.181	0.110	0.813	0.706
31	楽しい気持ちが減った	0.134	0.027	0.631	0.417
32	頭がぼーっとして眠気を感じた	0.047	0.356	0.604	0.494
29	体が固まる感じがした	0.288	0.239	0.557	0.450
21	遅刻・居眠りが多くなった	0.120	0.029	0.438	0.207
	説明分散	2.332	2.653	2.279	7.263
	説明率	15.549	17.684	15.190	48.4
	α 係数	0.779	0.822	0.786	0.845

Table. 2.2 ボランティアストレス反応尺度得点の相関マトリックス

ボランティアストレス反応尺度	SDS		GHQ-28	
第1因子	0.175		0.338	**
第2因子	0.232	*	0.445	**
第3因子	0.258	**	0.356	**
総得点	0.289	**	0.504	**

* $p < .05$ ** $p < .01$

Table. 2.2 に示す。結果から、SDS 総得点とボランティアストレス反応尺度得点では弱い相関が見られた ($r = 0.289$)。各因子では第 1 因子と SDS 総得点では相関が見られなかったが、第 2 因子 ($r = 0.232$)、第 3 因子 ($r = 0.258$) との間に弱い相関がみられた。また、ボランティアストレス反応尺度総得点と GHQ-28 の総得点では中程度の相関がみられた ($r = 0.504$)。さらに、ボランティアストレス反応尺度の第 1 因子と GHQ-28 総得点で弱い相関 ($r = 0.338$)、第 2 因子で中程度の相関 ($r = 0.445$)、第 3 因子で弱い相関 ($r = 0.356$) がみられた。以上のように、2 つの尺度との間に相関がみられたことから、ボランティアストレス反応尺度は十分な基準関連妥当性を有すると考えられる。

第 2 研究

目的

対人援助ボランティアを行う学生を対象に、ストレスを低減することを目的にロールプレイを用いた構成的

EG を実施し、プレ・ポストでのストレスサーおよび、ストレス反応の変化を質問紙を用い測定し、グループアプローチの効果を検証する。

方法

実験計画

2 群 (実験群, 対照群) \times 2 テスト (プレ, ポスト) の混合計画。

対象者

K 大学の某ボランティアサークルに所属する大学生 40 名 (実験群 20 名, 対照群 20 名) を実験・調査の対象とした。実験・調査の対象者のうち回答に不備があった者や、途中でグループを辞退した者を除き、実験群 15 名 (男性 8 名, 女性 7 名, 平均年齢 19.8 歳), 対照群 8 名 (男性 2 名, 女性 6 名, 平均年齢 20.4 歳) の計 23 名を分析の対象とした。

日時

2007 年 9 月中旬に実施。

質問紙

ボランティアストレス尺度, ボランティアストレス反応尺度 (研究1で作成), Kiss-18 (菊池, 1988), 自己肯定意識尺度 (平石, 1990) より自己実現的態度項目7項目, 充実感項目8項目の計15項目, 感情評定40 (福島・高橋, 2003) より肯定的感情項目20項目, 自由記述の質問紙 (このプログラムを受けての感想や気づきを記入) を用いた。

手続き

ストレス低減を目的にロールプレイを用いた構成的EGのプログラムを作成。ファシリテーターは臨床心理学専攻の大学院生4名であった。参加者を実験群20名・対照群20名の2群に分けた。実験群の参加者を1グループ5名のグループに振り分け, 4つの小グループを作った。そして実験群の参加者にセッションI (83分), セッションII (70分), セッションIII (90分) の3セッションのプログラムを行わせた。また, プログラムの前後に質問紙に回答させた。対照群に対しては, 実験群と同じ時間において質問紙のみを実施した。プログラムの内容は以下の通りであった。

プログラム内容

●セッションI

ストレス状況の想起と記入, グループ分け, 自己紹介のエクササイズを含む導入を行い (36分), ファシリテーターによるロールプレイのデモンストレーションを行った (12分)。引き続き, ボランティアのストレス状況の対処を目的としたロールプレイ (35分) を行った。ロールプレイの内容は以下のとおりであった。なお, 途中で辞退したものがいるグループでは, ファシリテーターがそのメンバーの代わりに務めた。

- ① ストレス状況の説明 (5分) …グループで主役を1名決め, 主役は自分のストレス状況について記入した用紙を参考にグループメンバーに説明を行う。
- ② 場面設定とロールプレイ (10分) …主役以外のメンバーは主役が説明したストレス状況について詳しく質問をする。主役を含むグループのメンバーは, 場所, 共演者, 観察者, そのときのやりとりなどを設定する。主役と共演者はそのときのやりとりをロールプレイで再現する。
- ③ フィードバック (10分) …主役はロールプレイ後, 他のメンバーから改善点や良い点に関するフィードバックを受ける。
- ④ 再ロールプレイ (5分) …主役と共演者はメンバーからのフィードバックを参考に再度ロールプレイを行う。

- ⑤ シェアリング (5分) …主役はロールプレイを体験しての感想や気づきをメンバーに伝える。

●セッションII

2人目 (35分), 3人目 (35分) が①から⑤の流れで同様のロールプレイを行う。

●セッションIII

4人目 (35分), 5人目 (35分) が①から⑤の流れで同様のロールプレイを行う。その後, グループシェアリング (10分), 全体シェアリング (10分) を行う。

結果

1. ボランティアストレス尺度の分析

ボランティアストレス尺度得点の平均値と標準偏差を Table. 3 に示す。ボランティアストレス尺度得点において2群 (実験群, 対照群) ×2テスト (プレ, ポスト) の2要因分散分析を行った。2要因分散分析の結果, 実験条件には有意な差が示されなかった ($F(1, 21)=2.46$, ns)。テスト条件においては有意傾向が示された ($F(1, 21)=3.03$, $p<.10$) が交互作用は示されなかった ($F(1, 21)=0.24$, ns)。

2. ボランティアストレス反応尺度の分析

ボランティアストレス反応尺度得点の平均値と標準偏差を Table. 3 に示す。ボランティアストレス反応尺度得点において2群 (実験群, 対照群) ×2テスト (プレ, ポスト) の2要因分散分析を行った。2要因分散分析の結果, 実験条件 ($F(1, 21)=1.53$, ns), テスト条件 ($F(1, 21)=2.94$, ns) とともに有意な差は示されなかった。

3. Kiss-18の分析

Kiss-18尺度得点の平均値と標準偏差を Table. 3 に示す。Kiss-18尺度得点において2群 (実験群, 対照群) ×2テスト (プレ, ポスト) の2要因分散分析を行った。2要因分散分析の結果, 実験条件において有意な差が示された ($F(1, 21)=4.61$, $p<.05$)。テスト条件 ($F(1, 21)=0.17$, ns), および交互作用 ($F(1, 21)=0.35$, ns) において有意な差は示されなかった。これは実験群のほうが対照群に比べ得点が高いことを示している。

4. 自己肯定意識尺度の分析

自己肯定意識尺度の自己実現的態度項目得点, 充実感項目得点の平均値と標準偏差をそれぞれ Table. 3 に示す。自己実現的態度項目得点において2群 (実験群, 対照群) ×2テスト (プレ, ポスト) の2要因分散分析を行った。2要因分散分析の結果, 実験条件 ($F(1, 21)=1.40$, ns), テスト条件 ($F(1, 21)=0.79$, ns) とともに有意な差は示されなかった。充実感

Table. 3 各測定尺度における実験群・対照群の平均値と標準偏差

		実験群		対照群		実験条件 <i>F</i>	テスト条件 <i>F</i>	交互作用 <i>F</i>
		プレ	ポスト	プレ	ポスト			
ボランティアストレス	平均	32.60	30.80	42.88	39.63	2.46	3.03 ⁺	0.24
サー尺度	標準偏差	(11.57)	(10.73)	(19.35)	(15.17)			
ボランティアストレス	平均	9.47	7.00	11.50	11.00	1.53	2.94	1.29
反応尺度	標準偏差	(7.12)	(4.98)	(4.12)	(4.97)			
Kiss-18尺度	平均	59.80	61.20	53.13	52.88	4.61 [*]	0.17	0.35
	標準偏差	(7.38)	(8.80)	(8.10)	(8.59)	実験>対照		
自己肯定意識尺度	平均	26.00	27.40	23.88	23.63	1.40	0.79	1.63
(自己実現的態度項目)	標準偏差	(5.11)	(6.49)	(4.96)	(5.36)			
自己肯定意識尺度	平均	28.07	31.67	25.75	25.25	4.27 ⁺	3.23 ⁺	5.66 [*]
(充実感項目)	標準偏差	(5.50)	(5.38)	(3.57)	(4.29)			
感情評定40	平均	30.80	37.93	25.00	28.50	2.50	5.76 [*]	0.67
(肯定的感情項目)	標準偏差	(11.05)	(12.84)	(8.70)	(12.49)		プレ<ポスト	

⁺*p*<.10 ^{*}*p*<.05

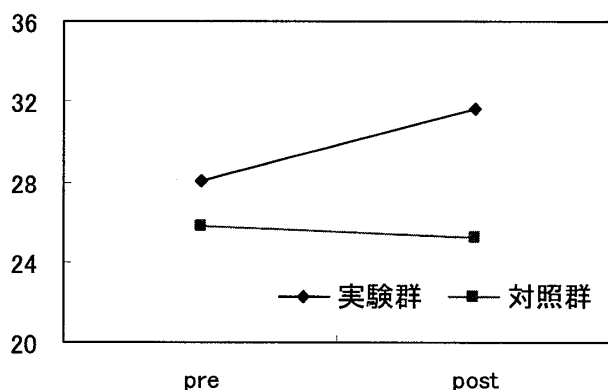


Fig. 1 自己肯定意識尺度 (充実感) の平均値

項目得点においては2要因分散分析の結果、実験条件 ($F(1, 21)=4.27, p<.10$)、テスト条件ともに有意傾向が示され ($F(1, 21)=3.23, p<.10$)、交互作用において有意な差が示された ($F(1, 21)=5.66, p<.05$)。下位検定の結果、プレにおいては両群に差は無かった。実験群においてポストの方がプレより有意に高いことが示された ($F(1, 21)=8.72, p<.01$)。またポストにおいて統制群に比べ実験群の方が有意に高いことが示された ($F(1, 21)=7.74, p<.05$)。これは実験のプレよりポストで実験群のみ得点が上昇したことを示している。Fig. 1にこの結果を図示する。

5. 感情評定40の分析

感情評定40の肯定的感情項目得点の平均値と標準偏差をTable. 3に示す。感情評定40の肯定的感情項目得点において2群(実験群, 対照群)×2テスト(プレ, ポスト)の2要因分散分析を行った。結果、実験条件において有意な差は示されなかったが、テスト条件において有意な差が示された ($F(1, 21)=5.76, p$

$<.05$)。交互作用では有意な差が示されなかった。これは実験群, 対照群に関わらずプレよりポストで得点が高まったことを示している。

総合考察

今回、対人援助ボランティア活動を行う学生を対象にストレスを低減することを目的にロールプレイを用いた構成的EGを実施し、ボランティアストレスサー尺度、ボランティアストレス反応尺度、Kiss-18、自己肯定意識尺度の自己実現的態度項目および充実感項目、感情評定40の肯定的感情項目の得点の変化について検討した。結果、実験群の自己肯定意識尺度の充実感項目の得点が高まったことが確認された。実験群の構成的EG体験後の感想にも「次に同じ状況になった場合の接し方や自分が不安に思っていたことにアドバイスがもらえてよかった」、「対処法を共有できてよかった」などがあった。宮前・竹内(2005)はアサーショントレーニングにおけるロールプレイを用いた構成的EG体験で充実感の高まりを示している。このように、今回実施したエクササイズでもメンバーがロールプレイの「主役」となり他のメンバーから肯定的なフィードバックやアドバイスを得ることで充実感得点が高まったと考えられる。

一方、ボランティアストレスサー、ボランティアストレス反応の低減は確認できなかった。今回の構成的EGはメンバーがストレスを感じる状況における対処方法をロールプレイをとおして獲得することを目的に行われたものである。そのため、このプログラムのストレス低減効果は実際にメンバーがボランティア活動に身を置き、対処を迫られる状況ではじめて実感されるのかもしれない。よってプログラムの直後のみなら

ず、実際のボランティア活動後での調査が必要だったと考えられる。また、メンバーのストレスを低減させるうえでは今回のプログラムでは不十分であったと考えられる。齊藤・中谷(2001)は、ストレスの低減には感情の表出などの要素が必要であることを示しており、短期間でストレスの低減を目指すにはより感情の表出に重点をおいたエクササイズを導入する必要があると考えられる。今後、このようなエクササイズの開発を行う必要がある。

最後に本研究では、一つのボランティアサークルのみを対象として実験、調査を実施した。普遍性を追求する上では、今後、対象者数を増やしていくことも重要である。

引用文献

- 福田一彦・小林茂雄 1983 日本語版 SDS 使用の手引き 三京房。
- 福島脩美・高橋由利子 2003 想定書簡法の感情効果に関する実験的研究 カウンセリング研究, 36, 231-239.
- 平石賢二 1990 自己肯定意識尺度 堀洋道(監)・山本真理子(編) 心理測定尺度集 I サイエンス社 16-22.
- 今津芳恵・村上正人・小林 恵・松野俊夫・椎原康史・石原慶子・城 佳子・児玉昌久 2006 ストレスチェックリスト・ショートフォームの作成—信頼性・妥当性の検討— 心身医学, 46, 302-308.
- 鎌田道彦 1999 入学初期に実施したエンカウンターグループの効果の検討—自己像の肯定的変化・対人不安の軽減・共感の増大— 人間性心理学研究, 19, 82-92.
- 菊池章夫 1988 Kiss-18 堀洋道(監)・吉田富二雄(編) 心理測定尺度集 II サイエンス社 170-174.
- 皆川州正 1999 ボランティアの悩みに関する研究—学生ボランティアを対象とした悩みとその解決の調査— 社会福祉研究室報, 10, 38-47.
- 宮前 理・竹内加奈子 2005 教育大学の学生における構成的グループ・エンカウンターの効果 宮城教育大学紀要, 40, 245-249.
- 中川泰彬・大杉郁夫 1985 日本語版 GHQ 精神健康調査票手引 日本文化科学社。
- 齋藤百代・中谷 隆 2001 構成的グループ・エンカウンターにおけるエクササイズの効果 県立広島女子大学生生活科学部紀要, 7, 97-110.

Effects of structured encounter group using role-play on stress reduction among personal assistance volunteer students

SHUNSUKE IWASA (*Kurume University*)

MARIKO YAMAMOTO (*Kurume University*)

Abstract

In Study 1, we created a personal assistance volunteer stressor scale and a stress response scale for students involved in personal assistance volunteer activities. In Study 2, we conducted structured encounter group therapy using role-play for students involved in personal assistance volunteer activities. Participants were divided to experimental (n=15) and control (n=8) groups. The experimental group received three 90-min sessions. During each session, one member informed another member of a stressful situation during volunteer activities, and that personal assistance situation was reenacted through role-play. Other members watched the role-play and provided feedback, based on which the members performing the role-play performed the role-play again. The control group did not perform any activities. Scores for stressor response, stress response, and self-esteem before and after role-play were analyzed. The results showed that scores did not change for controls, but increased following role-play for the experimental group.

Key words: stress, personal assistance volunteer, role-play, encounter group

ロールプレイを用いた構成的 EG が対人援助ボランティア学生のストレス低減に及ぼす影響