

文部省 R E X 計画の事前研修における 異文化間臨床心理学の授業報告

井上 孝代 ・ 鈴木 康明

(1994. 11. 1 受)

東京外国語大学留学生日本語教育センターでは、文部省の委託事業として「外国教育施設日本語指導教員派遣事業事前研修 (REX研修)」を1990年よりおこなっている⁽¹⁾。1994年は4月11日から7月12日にわたって22名 (男性13名、女性9名) の研修生を対象に実施された。対象研修生は全国から選抜された公立小・中・高校教師で、年齢の範囲は27~38歳であった。赴任先はアメリカ8名、オーストラリア8名、カナダ4名、イギリス1名、ニュージーランド1名であった。その研修内容 (時間数) は、「日本語基礎」(76)、「日本語教授法」(100)、「教育実習」(102)、「英語研修」(54)、「文化/事情」(52)、「その他」(6) の6コースに大分けされ総時間は390時間である。筆者2名は1993年より「文化/事情」のコースのうち「日本語教師のための異文化間カウンセリング⁽²⁾とコミュニケーション」という科目名で異文化間臨床心理学⁽³⁾を実践的に教えている。このような教育内容は、筆者らの知る限りでは日本のどの大学でも開講されていないユニークな新しい試みであり、本報告がわが国における最初の紹介であると思われる。本報告を通して各方面からの批判・意見を仰ぎながら、今後も授業を充実させていきたいと考えている。

1994年には3時間分の授業を2回に分けて行った。また授業終了後、研修生の希望者に応じて宿泊形式でエンカウンター・グループ体験⁽⁴⁾も実施した。本報告で紹介するのは、(1) 授業内容の概要、(2) 授業に関するアンケート調査のまとめ、(3) 参加希望者による「エンカウンター・グループ体験」の概要と成果、(4) REX事前研修のカリキュラムにおける異文化間臨床心理学の意義である。

1. 授業の概要

(1) 授業内容

「日本語教師のための異文化間カウンセリングとコミュニケーション」の授業は2日間にわたり異文化間臨床心理学を内容として行われた。1日目のテーマは「異文化間コミュニケーション」⁽⁵⁾であり、2日目は「異文化間カウンセリング」を

テーマとした。方法としては体験学習と講義を交互に取り入れ、また1日目の終わりにグループ課題を課すことによって、学習意図の定着とグループのメンバー同士の相互理解を深めるようにした。

(2) 授業の流れ

表1と表2に授業の内容・意図を時間に沿って略述する。

表1 1日目授業内容【異文化間コミュニケーション】

時間	内 容	意 図
13:30	オリエンテーション	
13:40	講師紹介 体験学習 1	「エコトノス」 ⁽⁶⁾ の導入部分から、コミュニケーションをするうえで価値観の相違がもたらす困難を体験する。全体の振り返りにおいて自分の感情反応を発表しあい、他の研修生と共有する。
14:00	講義 1	「異文化ショック」 ⁽⁷⁾ とは何か、それがもたらす情緒的な問題は何かを理解し、対応について検討する。
14:20	休憩	
14:30	体験学習 2	異文化間で生じるであろう心理的な問題の解決に役立ち、予防効果も考えられる「自律訓練」 ⁽⁸⁾ や「イメージ療法」 ⁽⁹⁾ など心理療法の一部を体験する。
14:55	課題説明	グループごとに異文化間コミュニケーションの問題があらわれると考えられる事例（映画、文学、時事問題など）を抽出し、それにコメントを加えて次回に発表しあう。

表2 2日目授業内容【異文化間カウンセリング】

時間	内 容	意 図
13:30	課題発表	各グループの発表のもとにディスカッションを行い、問題の本質を理解する。前回の心理療法の体験も交え、「心」の問題について考える。
13:50	講義 2	カウンセリングの理論・方法・技術を概観し、カウンセリングに対する正確な理解をする。さらに、現状における異文化間カウンセリングの課題を理解する。
14:20	休憩	
14:30	体験学習 3	カウンセリングは豊かな人間関係を目的としている。そのためには、相互のメンバーが己を開くこと（自己開示）が要求される。いくつかの練習課題からその一部を体験する（「手の会話」 ⁽¹⁰⁾ など）。
14:55	まとめ	

2. 授業に関するアンケート調査

体験学習を行うには、十分に動ける空間が確保できない・時間的にも短すぎるなどの制約があったが、研修生は非常に高い参加意欲を示した。授業後、授業に関するアンケート調査を行った。その結果をもとに、(1) 授業の感想、(2) 研修生の赴任前の不安の2点について述べる。

(1) 授業の感想

授業の感想については「授業に参加して良かったこと・学んだことなどプラス面と、悪かったこと・改善すべきことなどマイナス面について感想・意見をお書き下さい」という設問で自由記述の方法をとった。全員から回答が得られ、そのほとんどすべてが異文化間臨床心理学の授業内容に対して肯定的意見で、「思いきって丸一日、研修日を設定してもらう価値、必要性のある科目だと思いました」(1-11-b)などの希望がみられた。内容別にまとめると、主に、1) 異文化接触・異文化間コミュニケーション・心理学についての理解の深まり、2) ストレス対処法の習得、3) 自己理解の深まりと仲間作り、4) 希望事項の4点である。

表3に見られるように回答には性差があった。男性は、「異文化状況下で予想されるカルチャー・ショックについての理解が深まった」(1-1-a)という意見や「ストレスに対する対処法を具体的に学習できたことが良かった」(1-11-a)というように授業内容を積極的に評価する意見が大半であった。これに対し女性は、「自己に対する気づき、すなわち自己理解の深まり」(1-20)のように自己についての洞察にかかわる成果をあげている。さらに、「研修生間の仲間意識や交流が有益に展開した」(1-17)点にも触れ、「これをより深めるためにエンカウンター・グループを求めている」という意見もあった。

このような授業の受けとめ方に性差が認められるということは、そもそも研修生がREX計画の海外派遣教師として応募する際の動機とも関連があると考えられる。男性がこの赴任を自分のキャリアをより発展させる契機としてとらえているのに対し、女性は現実の自分や職場からの離脱・逃避傾向がうかがえる。研修生の応募の動機や目的を明らかにし、男性・女性、あるいは単身者・既婚者といった条件に応じた事前研修の内容、帰国後のアフター・ケアのあり方などが考慮されるべきであろう。

表3 授業の感想

1) 異文化接触・異文化間コミュニケーション・心理学についての理解の深まり

(1-1-a) 「カルチャー・ショックの精神面に与える影響を今まで、あまり大きな問題として考えたことがなかったのですが、この度赴任するにあたり、自分の身に必ずふりかかるであろう精神的ショックとその対処法を学べたのは大きな収穫でした。このような体験は全くはじめてで、実践あつての理論だということがよく分かりました」(男性)

(1-2) 「コミュニケーション・カウンセリング面で今後の学校現場で生かしていけそうなアプローチの存在を知る事ができたこと」(男性)

(1-3-a) 「様々な場面での人間の対処の仕方、どのような感じ方をするか分かった」(男性)

(1-4-a) 「まず『ただ聞いてやる』という教育現場でのかたよったカウンセリングマインド説に対する、自分のもっていた疑問が払拭され、スッキリした!ということ。『異文化』というのは外国に行かねば体験できないと思っていたが、身近な問題として考えられるようになった。自分で体験できたことが一番良かった」(男性)

(1-5) 「物事を多面的にみることができるようになりました」(男性)

(1-6) 「心理学というのは人間の心のメカニズムをさぐり分析すること、相手の心のうちを探り出すのが目的ではなく、その人の心を理解し考えてあげるためのものとおっしゃった言葉(違っているかもしれませんが)がとても印象に残っています」(女性)

(1-7) 「異文化が接触すると、いろいろな問題が生じて当たり前だということがわかった。自分がマイノリティになったときの心構えが少しはできるかもしれないという気になった。REXのメンバーの人達との交流も深まるきっかけになったと思う」(女性)

(1-8) 「学生の頃学んだ心理学とちがって、大変具体的でわかりやすかったです。教職につく人は特に臨床心理学を学ぶ必要があると思います」(女性)

2) ストレス対処法の習得

(1-9) 「イメージ・コントロールなど学べて大変参考になった」(男性)

(1-10) 「カウンセリングについては今後帰国してからの役に立つと思います。派遣先で役立つのは妻の相談相手になることでしょうか」(男性)

(1-11-a) 「家族を任地につれていった際の家族に起こるであろうことへの心がまえができました。そして、その対処法も教えて頂きました」(男性)

(1-12-a) 「暗示の方法や実際のカウンセリングの様子を見せていただいたことがとても印象的でした。カウンセリングの考え方が我々の普段の生活や生き方に何か役立ちそうな気がしました」(男性)

(1-13) 「今まで興味のおもむくままに自分なりに学んできたことの発展としてさらに深く学ぶことができた」(男性)

(1-14) 「あのような体験学習は初めてだった。催眠・暗示の持つ目的、方法が幾

分わかり、ストレスをもったときの対処法としてカウンセラー等の専門家に相談すること、自分自身をリラックスさせることが先決等、大変参考になった」(男性)
(1-15) 「自己暗示の方法(マインド・コントロール)」(女性)
(1-16) 「自分をリラックスさせる方法を具体的に実践を通して学ぶことで異文化の中でストレスがたまったときに使ってみたいと思っています」(女性)

3) 自己理解の深まりと仲間作り

(1-17) 「『ねばならない』という枠を、自分から取り外すことができ、本当によかった。できれば1日グループエンカウンターをやれたらいいと思います。2回の授業を通して4月来のクラスの緊張したムードがなくなり、かなり全員の開示性が高まり、クラスメートが心のなごむ仲間たちになりました。これは大切なことだと思います。海外でなく、同じ日本人もいろいろな異文化のバックグラウンドをもっているわけですから、そのことを相互に理解できたことが、大きな異文化理解の第1歩だと思います」(女性)

(1-18) 「研修生同士が親しくなれました。実際身体を使ってコミュニケーションの重要性に気づきました。知識では分かっても手を握ったりアイコンタクトをとったりすることで予測しなかった事が起こりインパクトがありました」(男性)

(1-19) 「自分の心理の意識していなかった一面に光が当てられるような気がしました」(女性)

(1-20) 「いろいろな体験を通して、自分がどんなタイプかなんとなくわかったような気がしました」(女性)

(1-21) 「自分自身やまわりの人のこれまでの生き方について、じっくり考え直す機会がもてた。またこれからの人生をもっと人の心に敏感に細やかに生きていこうと思いました」(女性)

(1-22) 「自分の無意識の部分を見ることができ、興味が持てた」(男性)

4) 希望事項

(1-1-b) 「もう少し時間があれば良かったと思います」(男性)

(1-3-b) 「できれば海外へ行ってから問題が発生した場合、その時の対処の仕方などを手紙などで指導していただけたら有り難い」(男性)

(1-4-b) 「よりたくさん体験学習をのぞみます」(男性)

(1-11-b) 「思いきって丸一日、研修日を設定してもらって価値、必要性のある科目だと思いました」(男性)

(1-12-b) 「できればもう少し長い時間があれば、より具体的なところまで学べたのに残念です。(男性)」

(2) 赴任前の不安について

授業中の研修生の発言・様子から、海外赴任を前にして極めて不安が高いことが感じられた。そこでアンケート調査項目のなかに、「赴任に際して不安なことが

あれば書いて下さい」という設問を設けた。

表4に示されるように、男女ともに赴任を前にして強い不安を抱いていることがわかる。男性が選抜されたことに対する重圧・責任遂行に伴い、「異文化での生活(2-7)・(2-9)やストレスにどのように対処すべきか(2-1)・(2-2)」など具体的な対処法への不安をあらわしているのに対して、女性の場合は、「自己の能力(2-17)や帰国後の再適応(2-20)」についてなど心理的な不安を示しているといえる。

これを異文化適応という観点からみた場合、男性は移行前の重圧感・異文化での生活情報の不足からの不安・自分と家族のストレス対処の不安を示しているのに対し、女性はどちらかといえば移行後の心理的な適応不安と帰国後の再適応への不安を示していると考えられる。したがって、研修生が赴任国で適応した生活を送るためには、研修期間中にそれらの異文化適応に関する不安の違いに応じた対応が求められよう。たとえば、男性に比較的強く認められた移行前の重圧感には、それを和らげるようなカウンセリングなどの心理的援助が求められ、また異文化での生活情報の提供やストレス対処法を習得する機会を与えることも必要であろう。女性に認められる移行後の心理的な適応不安や帰国後の再適応への不安には、その背景となる職業観・人生観および自己の性格的要因を考えるカウンセリングやエンカウンター・グループが有効であろう。

表4 研修生の赴任前の不安

1) 男性

(2-1) 「出国日は決定したのですが、日に日に言葉では言い表せない不安がいつも頭にあり、落ちつきません。気ばかり焦っているのがその原因だと思います」(男性)

(2-2) 「県で“選ばれて”参加しているというプレッシャーと、実際の研修の厳しきとで、時々つぶれそうになることがある。中・高校生のような不安ではずかしいですが」(男性)

(2-3) 「教えていただいたセルフ・コントロール技術が果してどのくらいカルチャー・ショックをやわらげることができるかどうかにも気になっています」(男性)

(2-4) 「すべて不安。英語力から日常生活にいたるで。全部」(男性)

(2-5) 「慣れない言葉でのコミュニケーションがうまくいかないのでは。家族がうまく適応できるかどうかなど」(男性)

(2-6) 「現地校で、他教師・生徒とうまくやれるか」(男性)

(2-7) 「情報の不足、事務手続き、住居に関する事」(男性)

(2-8) 「治安の問題」(男性)

- (2-9) 「生活習慣の違いや言語の問題で自分が対応できるか。教育の方法もかなり日本と違うようでどのように生徒たちに教えたらよいか？」(男性)
- (2-10) 「赴任直後の経済状況がどうなっているのか。家族のストレスがたまらないか」(男性)
- (2-11) 「派遣については未知のことが多いので不安はありますが、経済的な問題が大きいです」(男性)

2) 女性

- (2-12) 「英語でのコミュニケーション能力。前任者で英語の堪能な人でさえ、むこうでコミュニケーションがとれずに苦労しているといわれ、では私はどうなるのかなと大変不安である。生徒のコントロール、治安の悪さ、車の運転など、不安はたくさんある」(女性)
- (2-13) 「赴任先やプログラムについて具体的情報が思うように集まらないこと」(女性)
- (2-14) 「海外派遣ということを華やかな面だけでとらえて、派遣される人間が今後接する異文化、それとのコミュニケーションという未知の領域を見ておらず、“研修に励む”のが辛いですね。不安でいっぱいです」(女性)
- (2-15) 「コトバ・家族(自分を含め)の日常生活の適応。自分の現地での適応」(女性)
- (2-16) 「どのような準備(心の)が必要なのか、わかりません。不安というより、安心できることは何ひとつない、ということですね」(女性)
- (2-17) 「精神的にも外見的にもオトナのアメリカ人学生にうまく適応できるかどうか不安があります。去年までの自分を考えてみると半分母さん役を真似ていた所があったので、これからはやり方を変えて人間同士のつながりの部分をふくらましていかなければと思っています」(女性)
- (2-18) 「生活習慣の違いや食べ物の違い、言語など日本と違うことに対する不安があります。一番不安なのは犯罪面です」(女性)
- (2-19) 「精神的にゆきづまったとき、きちんと解決できるか……」(女性)
- (2-20) 「不安に思うこと、帰国してから元の学校の仕事がうまくいくかどうか」(女性)
- (2-21) 「どんな生活、文化にも適応できると思うのですが、英語力不足によるコミュニケーション・トラブルが心配です。また、クラス運営、学校での人間関係も不安を感じています」(女性)
- (2-22) 「健康面での不安がいちばん大きいです。1年7か月という短い期間で、自分の目標としているレベルまで自分を鍛えることができるかどうか不安です」(女性)
-

3. エンカウンター・グループ体験の概要と成果

(1) 「エンカウンター・グループ体験」への経緯

2回にわたる授業後、個人的に面接を希望して特に女性研修生が多く相談室を訪れた。心理検査として「箱庭」⁽¹¹⁾をやってもらったところ、それらの研修生の「箱庭」の反応から共通した性格的特徴が認められた。それらは要求水準⁽¹²⁾の高さ・超自我⁽¹³⁾の強さ・目的志向の強さ・現実自己⁽¹⁴⁾の不確かさ・孤立感などである。これらの特徴をふまえてカウンセリングを進めるうちに、「現在の不安な状態は自分だけではないのではないか？」と数人の研修生が気づき、「グループでゆっくり心を割って話し合いたい」という希望を出してきた。「希望者にはエンカウンター・グループを実施してもよい」と答えると、有志が他の研修生に呼びかけのチラシを作成し、グループ体験の参加者を募った。

(2) エンカウンター・グループ体験の概要

グループ体験は参加希望者との話し合いで宿泊形式をとることとした。最初は11名の参加希望者（女性8名、男性3名）があったが、日時などの点で調整がつかず、最終的に女性6名の参加となった。

日時は1994年6月25日（土）の午後から26日（日）の午前の一泊二日、場所は東京都内の文部省共済施設で自費負担の参加であった。グループ体験の目的としては、1) 赴任前の不安の低減、2) 自己理解の援助、3) 参加者同士の共感を高め、より親密な人間関係を結べるよう援助することにあつた。そこで、1日目は構成的エンカウンター・グループを実施し、2日目は参加者の自由行動にまかせた。表5に1日目の内容を時間に沿って概略する。

表5 グループ体験の内容

時間	内容
14:00	集合。内容の説明。 参加者全員に事前の個人面接
14:30	「Value」 ⁽¹⁵⁾
15:40	休憩
16:00	「喪失体験」 ⁽¹⁶⁾ 「プレーバック・シアター」 ⁽¹⁷⁾
17:30	食事・休憩
19:00	「セルフ・コントロール」 ⁽¹⁸⁾ 「イメージ」 ⁽¹⁹⁾ および「内観」 ⁽²⁰⁾
21:15	まとめ

(3) 「エンカウンター・グループ体験」の成果

自発的な参加者であるが、最初の「Value」では、表情も緊張して防衛的な態度であった。休憩をはさんで「喪失体験」のセッションに入り、自分にとって大事なものを捨てていく過程で思わず泣き出す参加者がいて、それに触発されるように次第に本音の言動が出始めた。「プレーバック・シアター」では教師としての役割とそれに伴う苦悩とが共有された。とくに、職場での不適應感と職場復帰への不安が共感された。次に「セルフ・コントロール」で緊張を解きほぐし、心身ともにリラックスした状態で、「イメージ」を課した。海外への出発時の「イメージ」を通して、自分にとって日本語教師として海外に赴くことがどういう意味をもつかの实感がしみじみと語られた。両親が今まで自分にしてくれたことを振り返る「内観」では、自分の育った環境と現在の自分のあり方・周りの人間関係への洞察が深まり、しばしば嗚咽をこらえる姿が認められた。

夜9時過ぎに終了したが、その後も余韻が残り部屋に戻ってからも夜中までも話が続いたという。参加者の一人は、それまで決して眼鏡をかけた顔を他人に見せないようにしていたが、「私の本当の顔はこうなの」とその夜はずっと眼鏡をかけて過ごしたと聞いた。翌朝は全員遅く起き、「昨日は本当の自分を出せて、しかも他の人に受けとめてもらえてうれしかった。グループを体験できてとても良かった」と言いつつ帰路についてと報告をうけた。

4. REX事前研修のカリキュラムにおける異文化間臨床心理学の授業の意義

今回の授業は時間的に短く内容的にも限られたもので反省点もあるが、研修生の赴任前の心理的不安の低減や赴任後のストレス状況への事前教育の面から、以下のような意義があったといえよう。

(1) 臨床的意義

1) 不安に対する治療的役割

研修生は選抜されたという重圧感と高い自負心が共通しているが、それに伴う心理的不安を表面に出さないように努めていた。体験学習を通して、その不安に対面することになったが、不安は自分だけではなく他の研修生も同じ不安を持っていることを知り、不安に対峙すること自体が治療的な効果を与えた。

2) 起こりうる不適應に対する予防的役割

カルチャー・ショックなどの異文化状況で予測される不適應の短期的要因と長期的要因を学習することで、問題の早期発見と対処が可能になると考えられる。

(2) 教育的意義

1) 事前の異文化適応についての理解の深まり

異文化適応は環境と調和的な関係を保ちつつ自己実現⁽²¹⁾していく過程であることを確認した。その意味では日本国内の生活においても異文化接触の問題はあることを理解し、在日韓国人やエイズの問題などについても幅広く話し合った。それは同時に自分たちの差別意識についても考えるきっかけとなり、授業後自分の同性愛者に対する偏見に気づいて面接を求めてきた研修生もいた。

2) 異文化間コミュニケーションの方法についての知識と理解の深まり

人間関係におけるコミュニケーションの重要性とコミュニケーションの方法が文化によって異なることを確認した。また、言葉によらないノンバーバル・コミュニケーションの意味と重要性を学習した。

3) ストレス対処法などの技法の習得

セルフ・コントロールなどの技法は、不眠・イライラといった状態になった場合、自分自身で心身をリラックスさせるのに役立つであろう。また、ロール・プレー⁽²²⁾を通して得たカウンセリングの技法は簡便ながらも実際の教育場面や家族の対応に活用できよう。

(3) 発達の意義

1) 自我発達（自我の見つめ直し）

研修生は現場の一線の教師として活躍してきている。ただ、海外赴任を前に強い緊張状態にあり、この授業を通して期せずして自らを見つめ直し、自己理解を深めることとなった。

2) 人間関係・仲間意識・共感性の発達

心理的な問題を話し合うことで、出身地は違っても共通の目的をもって学ぶ研修仲間としての相互理解と親密さを育む機会となった。

3) 職業的発達

REX教員としての抱負や不安を語り合うことは、おのずから赴任国での職務遂行の自覚を高めることとなった。また、これまでの生徒との関係を振り返ったりすることで、教師という職業のあり方を考える機会となった。

最後に異文化適応の観点から次の点について指摘したい。すなわち、異文化に移行する場合、異文化適応の問題は移行前、移行後そして帰国後の再適応までの長期にわたって論議されるべきだということである。たとえば、REX研修生に認

められた赴任前の不安の内容は、移行前の選抜されたことの重圧感や情報不足からの不安、移行後のストレス対処法や異文化適応能力の不安・帰国後の再適応の不安といった長い期間に及ぶものであった。

このことから、REX事前研修における研修生への異文化理解教育と心理的援助の必要性が示唆される。また、赴任後の実態の追跡調査とアフター・ケアも不可欠であり、とくに帰国してからの職場復帰の問題は赴任前に考えられるべき重要な課題であろう。しかも、これらの研修生の異文化適応の問題には性別・年齢・職業的背景・出身地・単身者/既婚者などの条件に応じたきめ細かな対応が求められよう。

注

(1) この事前研修の内容について、次の論文が詳しい。

楠本 徹也 1994 日本語教育海外派遣プログラムにおける事前研修のあり方と問題点 一文部省REX計画研修を担当して—
日本語教育, 82, 59—71.

楠本 徹也 1994 文部省REX計画事前研修報告 東京外国語大学留学生日本語教育研修センター論集, 20, 227—244.

- (2) 異文化間カウンセリング：この定義については流動的だが、星野(1992)の指摘が一般的であろう。「文化的背景を異にする人たちへのカウンセリング、あるいはカルチャー・ショックなど、異文化間にわたる状況下で起こった障害に対するカウンセリング」
- (3) 異文化間臨床心理学：クライアント（来談者）のそれぞれ固有の発展を助ける心理臨床の実践に基づくものが臨床心理学であり（台、1990）、そのなかで文化の役割を従来より重視するのが異文化間臨床心理学である。
- (4) エンカウンター・グループ体験：エンカウンター・グループ体験の目的は、自分自身や対人関係を変革し人間性を回復しようとするところにある（平野、1990）。契約し、ある期間維持される小グループ活動での、「人間的出会い」を大切にす。
- (5) 異文化間コミュニケーション：文化的背景が異なる人たちの間で行われるコミュニケーション。
- (6) エコトノス：異文化間コミュニケーション研修のためのシミュレーションの

- 一つ。文化的に多様な社会におけるコミュニケーションの進行過程、問題解決過程、多様な文化の人々との共存スキルなどを模擬体験する。
- (7) 異文化ショック：異文化との接触において生ずる心理的反応の状態で、個人により軽い当惑感からパニック感・精神的障害など強度まである。
 - (8) 自律訓練：独の精神科医、シュルツが創造したセルフ・コントロールによる心身弛緩法。不安や緊張に伴う神経症や心身症の治療法として用いられる。
 - (9) イメージ療法：一般には閉眼してイメージを語る心理療法のこと。浮んでくるイメージを媒介とした内的体験過程が進展し、洞察を通じて再統合に向う。
 - (10) 手の会話：非言語的コミュニケーションの一つ。握手をした状態で、言葉を使わず、表情や視線、握力の強弱により、メッセージの交換、理解を行う。カウンセラー養成において、感受性訓練で使われることがある。
 - (11) 箱庭：ここでは箱庭療法のこと。ユング心理学を応用した心理療法である。箱の砂を動かし、ミニチュア玩具を選び、自分の好きな情景をつくる(細井、1990)。
 - (12) 要求水準：行動目標の高低の度合いのこと。高すぎても低すぎても問題が生じる。
 - (13) 超自我：上位自我ともいう。良心的働きをする心の機能をさし、いわば人間の倫理性を証明する自働ブレーキである。
 - (14) 現実自己：事実とは違う思い込みの自己像に対し、あるがままの本音の自分。
 - (15) Value：各自が持つ価値観が異なることにより生じる心理的葛藤や自分の意見を正確に伝えることを目的とするグループワークのこと。異文化間コミュニケーションのトレーニング場面で使われる。
 - (16) 喪失体験：エンカウンター・グループ場面で使われる技法の1つ。自分の大切にしているものを失うことにより生じる、心理的不安や苛立ち、戸惑いなどを疑似体験するもの。
 - (17) プレーバック・シアター：心理劇の新しい上演形式。自己への気づき、新しい生き方の発見を目的とする。
 - (18) セルフ・コントロール：自らの行動を意図的に調整し、自分のある行動や思考などの生じる頻度を増減させること。
 - (19) イメージ：自律訓練などで心身が弛緩し、現実社会に適応的な心の構えから離脱した時にあらわれる内面に秘めていた欲望や主観的思考を具現化すること、あるいはされたもの。

- (20)内観：心理療法の1つ。身近な他者を想起し、他者の自分に対する愛着を実感することで治療効果をあげようとする。日本独自のもの。
- (21)自己実現：個人が自己の内面に潜在している可能性を最大限に開発し、実現して生きること。
- (22)ロール・プレー：現実の場면을模擬的に演じることで、自己への気づきや問題解決のヒントを見出すことを目的とする。

A Course of Cross-Cultural Clinical Psychology in the REX Program Training Session

INOUE Takayo & SUZUKI Yasuaki

As a part of the REX (Regional and Educational Exchanges for Mutual Understanding) Program, in which the Japanese Ministry of Education have selected and sent teachers of Japanese public schools mainly to the English-speaking countries to teach Japanese language and culture since 1990, Japanese Language Center for International Students at Tokyo University of Foreign Studies has provided a three-month training session for those teachers prior to their departure every year. The session offered subjects concerning Japanese linguistics, teaching methods, Japanese culture, cross-cultural communication, and practicum courses (Kusumoto, 1994). The authors have offered a course entitled 'Cross-Cultural Counseling and Communication for Teachers of Japanese' based on theory and practice of cross-cultural clinical psychology for two years. The present paper reports and evaluates the course in 1994 mainly by questionnaire method. Although the class session was only three hours in total, most of the trainees evaluated the course experience as effective, informative, and valuable. Many of them reported the course had reduced their anxiety and mental stress. The course was found to facilitate their human relations and understanding of individual self, too.