

# 大学のワークショップで実施した相互ウォッチワード の意義(2)：自由記述の分析から

○坂本和久<sup>1</sup>・谷和剛<sup>1</sup>・押江隆<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> 山口大学大学院教育学研究科・<sup>2</sup> 山口大学教育学部)

## 目的

相互ウォッチワード(串崎, 2011)とは, ペアになった2人が思いついた言葉をそれぞれカードに書いた後, そのカードを元に連想した言葉をカードに書いていく。このカードを指定の位置にランダムに置き, 「現在の自分の状況」などと解釈していくワークである。

串崎(2007)は相互ウォッチワードの特徴として原法のウォッチワードと比べて自己探求の側面よりも他者との共同性の中で物語を紡いでいく文脈が強くなると述べられている。しかし, 先行研究ではお互いをよく知っている任意の組み合わせでペアを作っている。また, 相互ウォッチワード・テクニックを用いた先行研究は少ない。

そこで本研究ではお互いに初対面のペアで行った時に見られる相互ウォッチワードの特徴を検討することを目的とする。

## 方法

参加者は, 男性1名, 女性7名(年齢範囲19-48歳)の計8名であった。相互ウォッチワードを行った後にコメントを自由記述で求めた。ワークを行ったペアはお互いに初対面であった。

## 結果

KJ法を参考にコメントの内容を分類した。その結果, 【自己理解】, 【話題提供】, 【シェア】, 【前向きになる】の4つに分類された。分類ごとのコメント内容をTable1に示した。

Table1. 自由記述の内容(一部抜粋)と分類

分類	性別	年齢	コメント
自己理解	女性	23	自分はマイナス思考な部分があるのですが, カードに書いた単語はプラスのイメージのものが多かったので, 心のどこかではもっと楽しく生きていきたい, と課題にしているのかなと思いました。
	女性	19	ランダムな言葉であるのに, それをきっかけとして自分の内面, 状況について考えることができてよかったです。
	女性	46	自分についてもまた考えるきっかけとなりました。お世話になりました。
話題提供	女性	23	私自身人見知りなどがあるので, 参加するにあたってうまく話せるか不安だったのですが, キーワードがあることによって, 会話が途切れず続けることができました。
	女性	19	知らなかった人とここまでしっかりと向き合える機会はあまりないので, うれしかったです。遠慮なく自分語りできるのもよかったです。
	男性	19	今まで話したことがないタイプの人とも話題があることでとても話やすく盛り上がる事ができた。このような言葉遊びのゲームはお互いを知ったりする上で非常に役立つゲームだと感じた。
シェア	女性	48	お互いにコミュニケーションをとることでイメージがふくらみ, 広がり, 深まっていくのだなと実感しました。1人では限界があるのですが, シェアすることで幸せが生み出されていくのだと思いました。
前向きになる	女性	20	特に何か変化したわけではないのですが現状が良くなるように感じました。

## 考察

相互ウォッチワードの特徴としてまず, 自己理解を促すきっかけになることが挙げられる。Table1の【自己理解】に示すように, 自分の内面について考えることができたという記述があった。一方で, 考えるきっかけとなったという記述や【シェア】に示すように, 特に何か変化したわけではないがという記述があった。このことから, これは自分が抱えている課題に深く触れることなく自己理解を行っていたと考えられる。

次に, 初対面の人との会話のきっかけになると考えられる。【話題提供】より, キーワードがあることや話題があることで話しやすくなったという記述があった。ここでの話題とは言葉の意味を解釈することであると考えられる。串崎(2007)は偶然によって言葉が配置されるので解釈が難しいと述べている。この解釈の難しさが相互に意見を出し合い, 話すきっかけになったと考えられる。

ここまで述べた特徴を踏まえると相互ウォッチワードは自己の課題に深く触れることなく自己理解を行えることが利点であると考えられる。伊藤・上里(2001)は「その人にとって, 否定的・嫌悪的な事柄を長い間, 何度もくりかえし考えること」をネガティブな反すうと述べている。塚本・長谷川(2017)は, 調査研究により, 自己開示を行う際, 開示内容を想起することになり, ネガティブな反すうを増加させ, 結果的に抑うつを増加させると報告している。また, 高野・坂本・丹野(2012)は, 自己反芻が生き方, 性格, 身体の三つの側面の自己受容にそれぞれ負の影響を及ぼすと報告している。相互ウォッチワードはお互いに解釈を話し合い, 互いに自己開示を行っているとも考えられる。しかし, 互いに連想した言葉を用いることや言葉の配置が偶然であることが開示内容の想起を抑え, 自己受容を阻害することなく自己理解を行えると考えられる。

本研究ではネガティブな反すうによる影響について調査をしていない。今後の課題として, 相互ウォッチワードを用いた時のネガティブな反すうと自己理解との関係を検討する必要があると考えられる。