

神戸女学院大学大学院 心理相談室主催 「インターネット CARE™ 専門家ワークショップ ファシリテーターのためのピアトレーニング」の実践と評価

國吉 知子

(CARE™ 認定ファシリテーター)

1. はじめに～CARE™ (子どもと親の絆を深めるプログラム) とは

2021年10月23日(土)13時～18時にオンライン(Zoom)にて、標記ワークショップ実施した。米国で開発された CARE (Child-Adult Relationship Enhancement: 子どもと大人の絆を深めるプログラム: 2018年より CARE™ に改編された。本稿での CARE は CARE™ を指している) とは、子どもと関わるすべての大人に役立つ子どもとの関係づくりに有効なコミュニケーションスキルや態度形成を行う「トラウマインフォームドな、ペアレントトレーニング」である。本学でも2013年から実施している PCIT (親子相互交流療法) など、エビデンスに基づく親子関係改善のための心理療法とともに、シンシナティ子ども病院で Putnam, F. 博士の監修のもと体系化された。日本には2008年に導入され、多くの福祉・教育・医療機関などに導入され、全国的に拡大・展開してきている。CARE はセラピーではなく心理教育プログラムであり、ワークショップには、対人援助職を対象とする「専門家ワークショップ」と「養育者向け」の2種類がある。今回は、地域の対人援助専門職への支援という意味合いから、特にインターネットでの CARE 提供経験の少ないファシリテーターにフォーカスした、専門家向けのオンラインワークショップを開催することにした。

2. I-CARE と「ピアトレーニング」を実施する意義と構成上の工夫

CARE のワークショップは、元々豊富な体験学習(アクティビティやロールプレイ)や映像呈示などで構成されていて、参加者がアクティブに楽しみながら参加できるようになっている。その内容を踏

襲して、コロナ禍においても CARE を提供できるようインターネットを用いた CARE ワークショップ(以下、I-CARE)の開発が進められてきた。ここでは、オンライン上で実施できるワークへの置き換えや従来のワークのオンライン実施のための手続き変更などが順次行われ、2022年初頭には最新バージョンの I-CARE マニュアル(日本語版)が完成するに至った。しかしながら、I-CARE の豊富な体験ワークなどをオンライン(Zoom)上でスムーズに進めていくには、ファシリテーター(CARE ワークショップを提供できる有資格者)には従来の対面実施とは異なる、相応のオンライン実施上の工夫や操作スキルが必要となるため、多くのファシリテーターが I-CARE の重要性は痛感しつつも、なかなか手続きに習熟する機会が持たず、個々に苦戦している状況であった。本ワークショップは、「I-CARE の練習(シミュレーション)の場が欲しい!」という地域の CARE ファシリテーター(筆者が関わっている PCIT&CARE 関西研究会参加者)の切実な声から生まれた。今回、特に「ファシリテーターのためのピアトレーニング」と銘打ったのは、そのような理由からである。

本ワークショップ募集時のチラシ(図1)にあるように、募集を「ファシリテーター役(ファシリテーター有資格者に限定)」と「参加者役(参加資格の制限無し)」の2系列で行い、オンラインの特性を生かし、参加者数によっては、複数グループが同時進行できるように設定した。さらに、「ピアトレーニング」を構成するうえで、筆者が行った工夫は以下のようなポイントである。(1)ファシリテーター役と参加者役が「ピア」な関係で協力しながらワークショップをともに創り上げていくと

神戸女学院大学大学院 心理相談室主催
インターネット CARE 専門家ワークショップ
ファシリテーターのための ピアトレーニング

◇コロナにより、インターネット CARE 専門家ワークショップのニーズは急速に高まっていますが、オンラインでの技術的対応について体験的に学ぶ機会は少ない状況です。

◆今般、CARE ファシリテーターを主な対象とし、正規版オンライン CARE™ のピアトレーニングを実施し、オンライン CARE 実践に役立つ練習の機会を提供します。
*本ワークショップは本学心理相談室の地域実践活動の一環として実施されます。

日時: 10月23日(土)13時~18時

実施方法: オンライン(Zoom)

募集人数: (注意! AとBとでは、対象が異なります)

A: ファシリテーター: 8名程度
* CARE™ ファシリテーター 資格保持者のみ

B: 参加者: 若干名
* ファシリテーターのためのピアトレーニングで
あることを理解した上で、ご参加頂ける方 (**参加証を発行します)

*いずれも予定人数を超えた場合は抽選となります(10/15までに結果をお知らせします)。

参加費: 無料

コーディネーター: 園吉知子 (CARE™ 認定ファシリテーター)

ピアトレーニングの進め方:
①ファシリテーター2人組で分担し、交代してインターネットによるI-CARE™をファシリテートし、オンラインによる CARE の実施方法について実践的に学びます。
②ファシリテーターは担当外の時間は、受講生ロールを取ります。
③参加者に本学臨床心理学専攻の院生が加わり、グループサイズを調整して実施します。

お申し込み方法

- 下記期間内に office_careKobe@gmail.com にメールにてお申し込みください。
- 申込期限: 9/16(月)~10/11(月)内にお申込みください。



図1 ピアトレーニング ワークショップの募集チラシ

いうコンセプトを明確に提示する。(2) 参加者には(1)のコンセプトを理解し、本ワークショップが「ファシリテーターの練習の場」でもあることを納得したうえで、(その代わりに「参加費を取らない形で」)参加して頂くスタイルをとった。ただし、参加者役の方に「参加証」を授与する点は従来のワークショップと同じである。(3) 実施時間枠を通常のワークショップより1時間長めに設定し、ファシリテーター役が慣れない Zoom の手順に慌てなくてすむよう、また、Zoom 上の不慮のトラブルにも安心して対応できるような余裕をもった時間配分にした。(4) ファシリテーター役は2名組のペアでプログラムの前半あるいは後半(計4名で)担当する。分担することで、個々の負担を減ら

し、Zoom でのブレイクアウトルームの設定など、その時にメインファシリテーターをサブファシリテーターがサポートしながら進めて行けるよう構造化した。ファシリテーター役は(自分が担当する以外の箇所でも)同時に参加者役も体験できる。このように、参加者の視点からもファシリテーター技術を学べるようにした。(5) ファシリテーター役のペアの組み合わせはベテランがどちらのグループにも分散される形で配置した。(6) 事前にファシリテーター役と参加者役についての詳細な実施マニュアルを統括の筆者から全員に送付し、当日の流れを理解しやすいよう事前準備に注力した。(7) 当日、プログラムの冒頭部分を統括の筆者が担当することで、その間ファシリテーター役同士の分担打ち合わ

せの時間を設けるようにした。こういった構造化を行うことで、参加者役やファシリテーター役の協力を得やすくなり、より安全に本邦初の「I-CARE ピアトレーニング ワークショップ」を公開実施することが可能となった。

3. ピアトレーニングの流れと構造

当日のプログラムの流れは以下の通りである。前述のように、通常、CARE 専門家向けのワークショップは4時間程度の所要時間とされているが、インターネットでは機械操作など、その特性上、時間の余裕を見ておく必要があるとの判断から、実質5時間程度の時間をワークショップに使えるように設定した。さらに、一部のファシリテーター役から

の事前打ち合わせの要望により、1時間早めて12時から Zoom をオープンにし、ブレイクアウトルームを活用して、必要な方には1時間程度の打ち合わせを行って頂いた。いずれのグループのファシリテーター役もそれぞれ綿密に事前準備をされるなど、大変熱心に取り組んでくださった。

2つのグループ同時進行によるピアトレーニングのグループ構造は以下の通り(図2)。予め、このような図を全員で共有しておくことで、ファシリテーター役にも参加者役にも当日混乱なく、プログラムを進めることができた。両グループとも、若干のトラブル(機械上の)が発生したが、グループメンバーでフォローしあって乗り切ることができた。

【ピアトレーニング ワークショップのプログラム】

- 13:00-13:30 統括(國吉)から全体説明/簡単な自己紹介(Zoom A室)
- 13:30-13:45 ファシリテーターは別室で作戦タイム/國吉が冒頭の説明
 - ①同一グループのファシリテーター役4名はブレイクアウトルームに移動し事前打ち合わせ
 - ②その間、國吉が参加者役全体にCARE™の導入部分の説明
- 13:50- グループAとBに分かれてWSを開始
統括は両グループを同時に視聴し、進行状況の確認と適宜介入を行う
- 17:50-18:00 全員A室に再度集まって、簡単なシェアリング

【ピアトレーニング ワークショップのグループ構造】

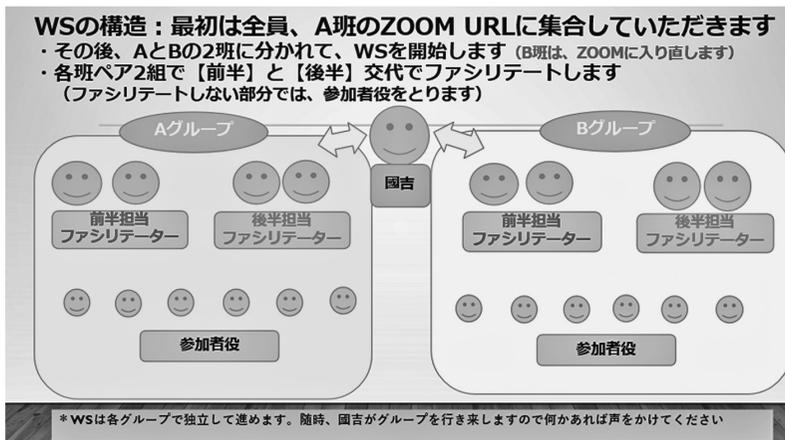


図2 ピアトレーニングのグループ構造

また、筆者も2台のパソコンで両グループを同時視聴し、必要に応じて即時介入を行った。

なお、グループの人数調整も兼ねて、本学大学院博士前期課程2年の学生7名が参加者役とサポートスタッフを兼ねてワークショップを受講した。本ワークショップは、M2学生対象の公認心理師科目「臨床心理地域実践演習（心の健康教育）」とリンクさせて実施し、事前準備や参加者の申込の受付、当日受け入れに関する準備などについて院生スタッフに実践的に関わってもらった。それにより、院生の段階からCAREに触れる機会を得ることができた点は、地域実践と結びついた本学の心理師養成のための現場教育という意味でも非常に有益な機会であった。運営側としても、院生の存在により、適切なグループ規模での実習を提供することができたことは大きなメリットであった。

4. ワークショップ内容について

参加者は、ファシリテーター役が8名、受講生役が11名（外部参加者4名、内部院生7名）で計19名であった。2グループでの実施であったが、いずれのグループでも、ファシリテーター役参加者役ともに協調的な温かい雰囲気の中で和やかにワークショップを進められた点はCAREの精神が遺憾なく発揮されたと言えよう。全員のモチベーションも

極めて高く、後述のアンケート結果にも示しているように、実際にオンラインでのCAREを近日実施予定があるため練習の機会を求めておられた方や、Zoomそのものの操作に慣れたいという方、I-CAREの実際を知りたいという方など、CAREのベテランファシリテーターから経験の浅いファシリテーター、さらに参加者役まで、実に多彩な先生方が終結してくださった。ファシリテーターを含めた参加者は兵庫、大阪などの近畿のみならず、北海道、秋田、東京、石川、名古屋、福岡など広く全国に及ぶ。このことから、インターネットによるCAREの実践方法を学ぶ機会へのニーズがいかに高かったかが窺える。

5. 参加者からの評価

実施後に外部からの参加者とファシリテーターに簡単なアンケートを実施した。参加して下さった外部からの12名の先生方（内訳、ファシリテーター役8名、参加者役4名）全員から回答を頂いた。主な設問は次の通りである。（1）参加理由、（2）本ワークショップはこの分野の自分のスキル向上に役立った、（3）本ワークショップの内容は満足できるものだった、（4）今後、I-CAREを実践してみたい、（5）Zoomを用いたこのようなワークショップに今後も参加したい（いずれも「1. 全くそう思



図3 同時進行中の2グループ同時視聴によるサポート風景

わない]～「5. とてもそう思う」の5件法)、(6)感想など(自由記述)。以下に結果を示す。

(1) 参加理由:

「I-CARE の技術を学びたい・練習したかった」(5名:42%)、「他のファシリテーターの先生方の工夫点を学び合いたい」(2名:17%)、「復習のため」(2名:17%)、「I-CARE を体験したかった」(2名:17%)、「I-CARE のニーズはあるが I-CARE の自信が無かった」(1名:8%)、となっており、インターネットを使った CARE の技術習得や技術向上を期待しての参加が多かった。

(2) 「本ワークショップはこの分野の自分のスキル向上に役立った」および(3) 「本ワークショップの内容は満足できるものだった」:

両設問とも「とてもそう思う」92% 「そう思う」8%となっており、本ワークショップが非常に有益かつ満足度が高かったとの評価を頂くことができた。

(4) 「今後、I-CARE を実践してみたい」:

「とてもそう思う」83%、「そう思う」17%との回答があり、インターネットを用いた CARE ワークショップを自ら開催することへの意欲が高まったことがわかる。

(5) 「Zoom を用いたこのようなワークショップに今後も参加したい」

「とてもそう思う」92%、「そう思う」8%との回答があり、インターネットを利用しても、このような体験型ワークショップが有効であることが示された。

(6) 参加者の自由記述から:

本ピアトレーニングの効果や意義について、以下3点が抽出された。

①ピアトレーニング構造への肯定的評価:

「とてもよく練られたデザインだと思いました。ご準備のご苦労がうかがわれました。このWSは是非今後も実施していただくと I-CARE が広がると思いました」

「感謝しかありません。このような失敗しても OK な場の提供はありませんので、助かりました」

「(資料で示されていた) 時間の読みは本当にこの通りなんだなと感心しながら実施しました。良い学びになりました」

「失敗しても OK なピアトレーニングの機会は、ファシリテーターはもちろん、実施したいけど自信の無い人が参加者として体験する方法もとても良いと思いました」

「事前に打ち合わせをさせて頂く時間があってよかった」

「ご丁寧な準備をしてくださり、ありがとうございます。このような機会がなければ、経験することはできなかったと思います。心から感謝しております」

「是非、2回目も企画いただきましたら幸いです」など、今回のピアトレーニングという形式が、参加者のニーズにマッチしていたことがよく理解できた。

②オンライン体験への評価や気づき:

「オンラインで保護者対象に実施できるかもという自信を得られたことが大きかったです。オンラインで行うことにより、より言葉の重要性にも気づかされました」

「Zoom でも楽しいワークショップが可能なおことを実感できて良かった」

「CARE-International のオリジナルスライドから日本人向けに改変した部分や、オンライン用のワークなどぜひ共有させて頂きたいと思います」

「Zoom では画面共有をしてしまうと(アクティビティ時に) 全員の顔が見えないと気づきました。画面が参加者にどう見えているのかが注意が必要だと思いました」

「画面共有ができなかったときの対応など、対策を考えておく必要があることがよくわかりました」など、オンライン実施上の留意点など、I-CARE を実践する上での自らの学びや気づきについて言及するコメントも多かった。

③ファシリテーターや参加者のピアサポートによるエンパワメント:

「ファシリテーターは複数いて良かった」「(ペアファシリテーターの) ○○先生の進行が(同じペアのファシリテーターとして) ありがたかったです」

「経験を重ねたファシリテーターの先生がおられると心強い」

「親御さん向けにグループで実施する時の配慮点なども経験の豊富な先生方からもっと教えて頂きたいと思いました」

「複数ファシリテーターでサポート頂き、多くの学びを頂きました」

「他の先生方がスキルが高く、非常に安心して実施できました」

「他のファシリテーターの話を聞く、こういう機会は私にとって、とても勉強になる時間でした。企画頂き、ありがとうございます」

「皆様に助けて頂き、嬉しかったです」に見られるように、経験者を両グループにバランスよく配置することで、ピアサポート効果が高まり、互いに安心感やモチベーションが高まり、学びが豊かになったことが窺えた。

6. 最後に～企画者からの謝辞に代えて～

このようなピアトレーニングが一般参加者からの理解を得られるのだろうか、本当に成立するのだろうかと不安を抱きつつ企画しましたが、今回、無事に(大きなトラブルも無く)終えることができ、感無量です。全国から集結して、入念な準備をして臨んでくださった素晴らしいファシリテーター役の先

生方と、ピアトレーニングの趣旨を理解し、温かくサポートにワークショップに取り組んでくださった懐の深い参加者役の先生方に心より御礼申し上げます。なお、今回、院生たちも無事にCARE™ 専門家ワークショップを修了し、参加証を受領することができました。今後CAREのファシリテーターになるには、PCITのイニシャルワークショップの受講が必須要件となりますが、すでに彼女たちはそちらも修了していますので、あとは院修了後にCARE™のトレーナートレーニングを受講すれば、最短でCARE™ファシリテーター資格を取得することが可能です。これも全国の大学院として初めてで画期的なことです。現場と結びついた大学院教育の一つの姿を示せたなら望外の喜びです。そして院生たちには、今回の、日本のCARE™ファシリテーターとして第一線で活躍されている素敵な先生方を鑑として、さらに広い視野に立った心理的支援のプロバイダーとなってくださることを願っています。ファシリテーター役、参加者役いずれにとっても、このように充実したI-CAREの学びの機会を持つことができ、企画・実施者としてこれほどの喜びはありません。I-CAREを安心して練習できる場を、との熱い声を寄せてくださったPCIT&CARE関西研究会の先生方、そして、実際にご参加くださった先生方、本ワークショップ実現に向けて温かいサポートを頂いた本学心理相談室の教職員の皆様にもこの場を借りて御礼申し上げます。



図4 I-CARE ピアトレーニング参加者の皆様