

資料 I
日本家族関係・人間関係サポート協会
第 I 期事業報告

I, 相談事業

SNS により周知し・募集を行い、4 件の相談を実施した。
内訳は、家族に関する相談3件、職場の人間関係1件であった。

アンケートによる感想では以下のような回答があった。

- ・いろいろな発見ができた
- ・自分自身の状況が整理できた
- ・相手の立場になって考えるとザックリしていたものが、明確に見えてきた
- ファシリターの投げかけにより、視点を発見できたり、明確な言語化ができた。
- ・セッションの最後は、すっきりした気持ちと、希望が見えて、とても良い気持ちになった。
- ・問題の本質とそこにいる家族の本質を垣間見ることができた
- ・1人では辿り着けなかった領域だと思う
- ・ジャッジをせずに、丁寧にお話を聴いてくださったことで安心してオープンに話すことができた。
- ・1ヶ月後のフォローがあるといい。

今期は、個別セッションファシリテーター養成から相談事業開始の初年度でもあり、法人内の相談事業の流れを作成し、ファシリテーター会議で確認しながら進めてきた。

チラシの作成や Facebook、HP にあげてはいるが、申し込みが4名/年という結果から、宣伝という意味では十分ではなかったと思われる。

2, 紛争解決事業

今期は、メディエーションに関する勉強会(1回)を開催するにとどまり、モニター募集まで至らなかった。

3, 支援者育成事業

1) 研修要綱の再編

- ・法人として、支援者育成方針に沿った各研修要綱を再編し、新たな研修要綱をもとにサロン内外に宣伝を行った。
- ・入門・初級コースの講師を認定ファシリテーターが担っていくこと、中級 A についても、認定ファシリテーターが中心で研修生をサポートすることなど、講師役割を認定ファシリテーターへ一部移譲したことで、新たな事業(かそくのがっこうなど)への取り組みを開始する余力を生み出す

ことができた。

・HPだけでなく、各コースのチラシを作成しその都度ラインやFacebookで宣伝した。

2) 各コースごとのまとめ

①入門A・B、初級コース

コース名	開催回数	参加人数	担当ファシリテーター
入門A	6	25名	19名
入門B	6	19名	19名
初級	5	13名	15名

・7月以降は隔月開催とし、9月以降は2名のファシリテーターで1日の研修を運営することにした。

②中級Aコース

コース	参加人数	担当ファシリテーター
1クール目(5/28~9/25)10回開催	5人	5人
2クール目(2/12, 3/12)2日開催	5人×2回	3人、5人

・1クール目終了後、研修要綱を改編し、2日間集中で事例検討を行い事例の分析力を高める流れに変更。期間が短くなり、受講しやすくなったこととファシリテーターも集中してサポートができるようになった。

③中級Bコース(参加人数4名、開催回数22回、公開コンサル提出4事例)

・事例分析力アップコース。講師とのコンサルテーションと受講生同士の事例検討を繰り返すコース。1名家庭の事情により中断し、途中から4名の受講となった。最終的に6月末までに全員5事例提出し終了した。

④上級Aコース(参加人数5名)

・個別セッションファシリテーター養成コース。5名の受講生で開催。12回のクラスと各自15事例のモニターセッション、コンサルテーションという構成で実施した。

⑤上級Bコース

事例検討ファシリテーター養成コース。準備中のため開催せず

⑥認定インストラクターコース

今年度は該当者なしで開催せず。

4. 交流事業

①抄読会(毎週火曜日 20:30~22:00)

・家族看護を基盤とした在宅看護論、安心のタネの育て方

7/5~10/11 10回

・エフェクチュエーション「スナックレモネード入門」、フィンランド人はなぜ午後4時に仕事が終わるのか

10/19~11/29 6回

・マッピング思考、フィンランド幸せのメソッド

12/13~6/27 24回

本の選定に関しては、アンケートを取り、「読みたい本」を募っている。参加者は、多い回で 10 名程度。このところ、メンバーが固定し 4~5 名となっている。参加はできなくても録画を視聴しているという声もある。「自分一人では手に取ることのなかった本を読み、視野が広がる」という意義がある一方で、興味・関心の中心にないがゆえに、参加者が固定化するという側面もある。
試行錯誤を繰り返しながら、次年度も継続開催予定。

②人間関係リテラシーを学ぶ対話会

7/23~4/22 10 回 12~8 人の参加

前半は、人間関係全般にわたる内容、後半はパートナーシップに関する内容とした。

毎回ワークと対話を取り入れたことにより、参加型のプログラムとなり、参加者は自分自身のパートナーシップの在り方について考える機会となった。

③家族にまつわる社会課題を考える対話会

6/3 ヤングケアラー対話会 13 人(外部参加 3 人)

6/24 12 人(外部参加 3 人)

人間関係リテラシーを学ぶ対話会の時間枠で開催した。

外部にも公開し、外部からは 3 名の参加を得た。

今後も、一人親、ひきこもり、8050 問題等「社会課題を考える対話会」を開催予定。

④公開コンサルテーション(4 回)

7/9、11/12、2/10、4/28

⑤家族看護のお話会(5 回)

7/24、11/27、12/18、1/21、3/11

⑥事例検討会(3 回)

10/8、1/14、4/8

4.5.6は、中級 B、インストラクター養成のプログラムと合わせて今年度も各 4 回程度開催予定。

⑦映画・ドラマにみる家族(3 回)

9/24 浅田家 10 名

11/27 ドライブ・マイカー 5 名

1/29 サバイバルファミリー 4 名

一人では掘り下げられない内容を、対話によって多くの気づきが得られるプログラムであるが、参加者が少ない。次年度は、年 1~2 回、作品を厳選し、周知に注力して開催する。

⑧いやしの会(5回)

ストレッチ 2/26、6/11

歓迎会 8/15 15人

雑談会 8/26 6人

ファミリレの歩き方 3/26 6人

⑨その他

メディエーション勉強会 8/19 10人

共同親権勉強会 12名(外部参加2名)

5. 教育・啓蒙普及事業

①かぞくのがっこう

ベイシックコース 22名

以下の内容で<講義+対話+アウトプット>のクラスを計24回開催した。

かぞくのがっこう ベイシックコース 講師：渡辺

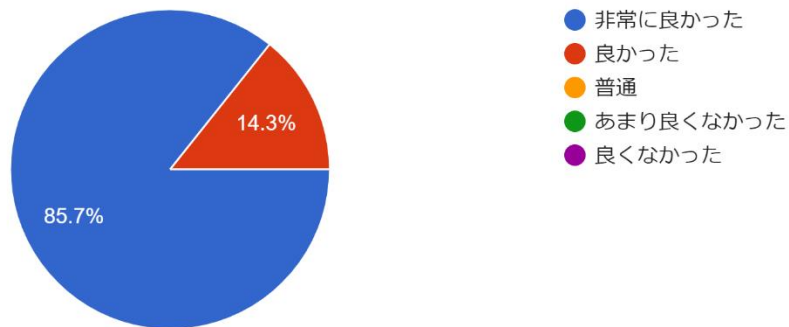
科目名		テーマ
基礎科目Ⅰ 人間関係リテラシーについて学ぶ	第1回 8/20、8/24	人間関係リテラシーの定義とアサーション権
	第2回 9/10、9/14	人間関係のアセスメントの前提 バウンダリー、俯瞰、メタ認知
	第3回 9/24、9/28	人間関係のアセスメントツール： 人間関係見える化シート
	第4回 10/8、12	自他尊重のコミュニケーション 自分自身のあり方/アンコンシャスバイアス
基礎科目Ⅱ かぞくの法則を知る	第5回 10/22、26	時代や社会の変化と家族 改めて家族とは何か
	第6回 11/9、12	システムとしての家族 影響を及ぼし合う家族
	第7回 11/23、26	家族の境界 世代間連鎖 支配とコントロール
	第8回 12/10、14	性的役割分業意識 ジェンダーと家族
基礎科目Ⅲ 家族の発達を知る	第9回 12/24、28	家族の発達/結婚とは何か？ パートナー選択と結婚生活の満足度

	第 10 回 1/11、1/14	子育ての本質/親の役割 子育てのスタイル/我が国の子育ての特徴
	第 11 回 1/25、1/28	子どもの巣立ちと夫婦関係 中年期以降のパートナーシップ
	第 12 回 2/8、2/11	人生 100 年時代 かぞくとどう向き合い付き合うか？

【アンケート結果 一部抜粋】（有効回答 21 名）

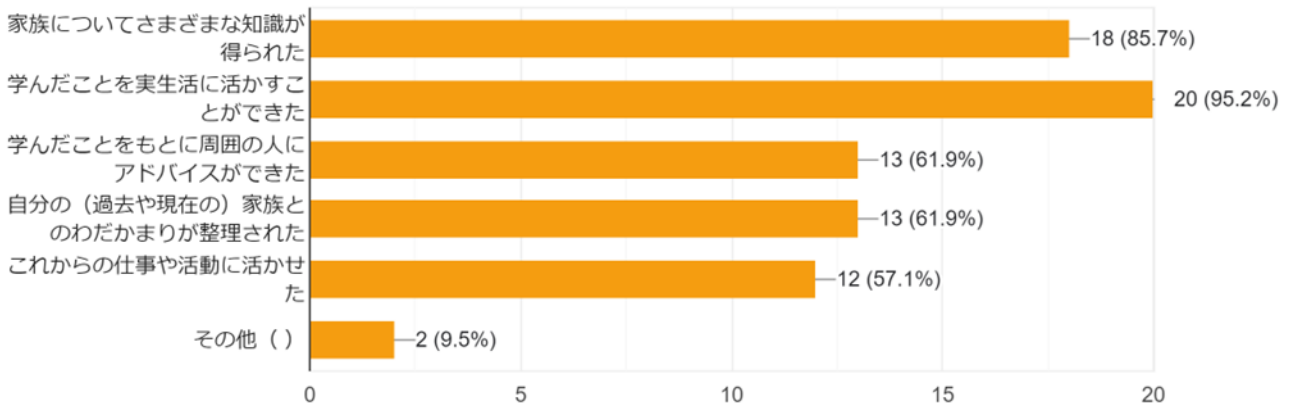
1) 総合評価を下記から一つお選びください。

21 件の回答



2) 受講して得られたことを下記からお選びください（いくつでも選択可）

21 件の回答



3) かぞくのがっこうを受講後、ご自身に変化した点があればお書きください

（抜粋）

- ・バウンダリーを意識して、夫婦の時間を大切にするようになった
- ・自分自身の生きてきた過程を認めることができた。自分に自信が持て気持ちが軽くなった。

- ・家族について理解が深まり 家族への接し方が変わった
- ・自分を大切にしたいと思い、優しく自分自身と話し合うことが増えた。
- ・家族で起こっている出来事で困難があってもそれが家族の発達課題の何にあたるのか、など少し俯瞰して見れる様になった。
- ・家族とわかり合えないこと、距離をおきたくなる自分。それはそれで正常で悩むことも健全なんだと思えた。
- ・子どもとの関係よりも大切にすべきものは夫、パートナーシップ、器用にはつくれないが取り組んでみようと思えた。
- ・これからの自分をどう生きるかを考えることが楽しみに思えるようになりました。
- ・自分のことや家族のことを俯瞰して見ることができるようになった。(まだ関係が変わるには至っていないが)
- ・家族の関係性を客観的・俯瞰的に見るように心がけるようになった。
- ・自他尊重のコミュニケーションを意識するようになった。
- ・人生 100 年時代において、自分が何が出来るか、真剣に考えるようになった。

・応用コース(ファシリテーター養成コース)

ベイシックコース 23 名

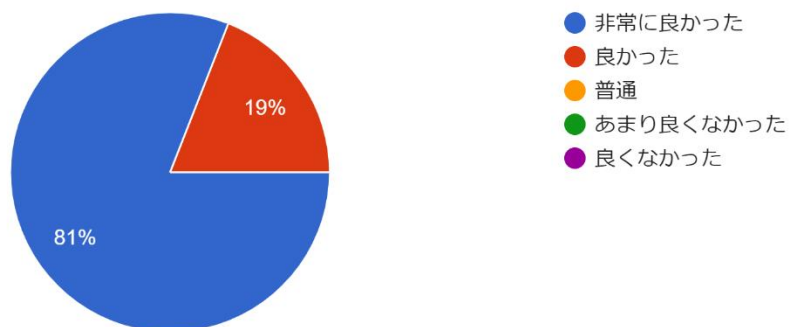
以下の内容で<講義+対話+アウトプット>のクラスを計 16 回開催した。

科目名	テーマ	日にち	
家族の生活課題	乳幼児の発達と子育て	3/8(土)	荒木 渡辺
	育児期における夫婦関係	3/11(水)	
	パートナーシップの育て方	3/22(水)	渡辺
	離婚という選択/ステップファミリー	3/25(土)	
	介護と家族	4/8(土)	富岡
	大切な人が倒れたら	4/11(水)	
	看取りと悲嘆からの回復	4/22(土)	丸岡 株崎
	子どもの看取り	4/25(水)	
家族の危機	生きづらさを抱えた家族と暮らす	5/10(水)	久保 渡辺
	子どもの発達障害と家族	5/13(土)	
	アルコール依存症と家族	5/24(水)	堤
		5/27(土)	
	認知症とともに歩む人と家族	6/10(土)	茶谷
		6/14(水)	
	これまでの学びを振り返って	6/24(土)	渡辺
		6/28(水)	

【アンケート結果 一部抜粋】（有効回答 21 名）

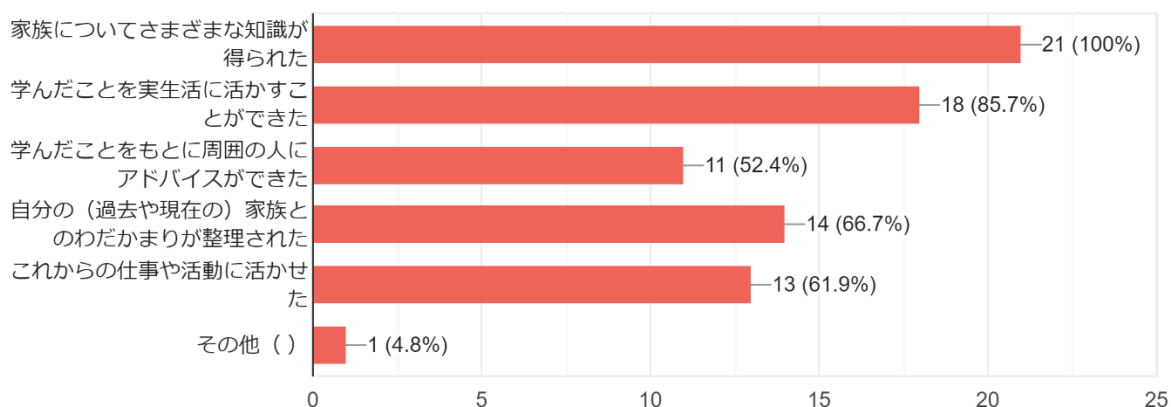
1) 総合評価を下記から一つお選びください。

21 件の回答



2) 受講して得られたことを下記からお選びください（いくつでも選択可）

21 件の回答



感想（一部抜粋）

- ・義理の家族への見方が、客観的に考えられるようになり、自分の感情と切り分けやすくなった。
- ・ベーシックの学びは、自分の実生活の中で意識が変わったと思う。インストラクターでの学びは、まだ実践に活かしていないので、これからの生活の中で使ってみたい。
- ・今までの自分の中にあつたわだかまりがなくなり、自分自身が楽になり、気持ちが軽くなった。
- ・患者だけでなく、同僚の家族について気にするようになった。アドバイスすることが多くなった
- ・色々な出来事が振りかかって自分自身を駄目だからと追い込んでいましたが、自分の事を大切にしても良いのだと思う事ができるようになりました。

- ・今まで「看護師(医療者)としてどうするべきか」という枠組みで考えることが当たり前になっていて、そのために患者さんやご家族に対しても本当に当事者の立場になりきって皮膚の内側に入ってどういうことが起こっているのか考えることができていなかったと改めて感じた。
- ・基礎科目から始まりインストラクターコースで各論を学ぶ中で、当たり前になっていた枠組みから脱出して距離が取れた。
- ・バウンダリーやアサーションを意識して過ごすようになり、まずは自分の目線から広げていくということで、大変、生きることが楽になった。
- ・仕事柄支援者の立場で考えていたが、自身のこととして考えるようになった。
- ・家族まるごと支援していく必要性
- ・支援をするための学びという受講理由だったが、課題は自分の中にあり、そこに正面から向き合いたいという気持ちを持つ時期だったことがわかった。
- ・長年蓄積した意識下及び無意識のバイアスがこの短期間で全てすっきり転換することはなかったと思っているが、解きほぐしは始まっていると信じている。
- ・自身の家族(原家族、現在の家族どちらとも)との関係や関わり方を考え実際の行動も変わって来たと感じている
- ・周囲を俯瞰して眺めることが出来た。人と境界線が引けるようになった
- ・知らない分野を学ぶことができた
- ・家族を見る時優しく俯瞰して見ることが出来た。
- ・実家家族、兄と ACP を実施することができた。ACP の概念すら知らなかった。
- ・利用者や、その家族の捉え方に幅が広がったし、話題の選択肢も増えた。

②E-pro 参加

『かぞくとつながる』をコンセプトに 出店。

かぞくのがっこうオープンキャンパスと題し、3名の1期生の発表を行った。

出店日: 4月23日(日)9:30~11:00

出店内容: かぞくのがっこう先輩によるお話と対話会

参加費: 無料

③ファミリレの日 in 新宿

2023年5月28日(日)13:30~16:30

場所: 新宿区悠翔会在宅クリニック9階

内容: 一部 かぞくのがっこう体験会 二部 新インストラクターによるプレゼンと対話会

参加人数: 19名 参加費: 無料

6. 調査研究事業

調査研究事業に着手していない