ファシリテーターを務める際のヒント

2024 年 1 月

夢を拓く 女子中高生のための キャリア・サポート®

SOROPTIMIST INTERNATIONAL OF THE AMERICAS, INC.

グループのファシリテーターを務めことは、特に対象が女子中高生の場合、会員によっては最初は気後れすることかもしれません。有意義なセッションになるように、グループ討議のファシリテーターを務める際には、以下のヒントをご利用ください。

「夢を拓く」カリキュラムのファシリテーターを選ぶ際には、次の点を考慮しましょう。

- ファシリテーターは、クラブ会員でも、地域社会の人でも構いません。
- 10 代の若者たちと活動した経験があれば役立ちますが、必ずしも必要ではありません。
- グループ討議を率いることに一定の経験・自信を持っていることはプラスです。
- グループの進行役を務めるには優れた聞き手であることがとても大切です。
- 思春期の女子中高生の参加を引き出すには、明るく積極的な姿勢が必要です。
- 率直で誠実であることが、思春期の女子中高生の信頼を得るのに役立ちます。
- ファシリテーションとは、ゴールを達成できるようにグループの力を引き出すことを意味します。指示したり、講義したりすることではありません。

セッションを開める前に:

- できる限り周到に準備しましょう。カリキュラムと作業・活動の順番を何度も読み返し熟知しましょう。準備に関するその他のヒントは「プロジェクトを成功に導く 10 のヒント」をご参照ください。
- 計画通りに行かないことがあれば、対策をブレーンストーミングをしてアイデアを出し合いましょう。覚えておいてください。あなたは、その問題の専門家である必要はないのです。すべてに答えられることは少しも重要ではありません。むしろ、ファシリテーターの役割は、参加がいろいろなことを探り、考えるプロセスを導くことです。参加者から質問をされた時に利用できる方法の 1 つは、(あなたが答えを持っているかどうかにかかわらず)、グループ全体に「皆さんはどう思いますか？」と尋ねることです。これは、参加者が互いに知識を共有する機会を作る優れた方法であり、ファシリテーターが「専門家」である必要性を軽減してくれます。
- 十分な時間をとって、必要なものがすべてそろっており、カリキュラムの指示に従って配置されているかどうかを確かめるようにしましょう。

セッション中:

- 進行スケジュールを会場に貼り付け、参加と一緒に確認しましょう。
- セッションの狙いについて説明しましょう。参加者が、なぜその活動・作業を行っているのか、そこから何を得られるのかを理解することは大切です。

- 肯定的なボディーランゲージ（身振り）を使用しましょう。話している相手の方を見たり、手を動かしたり、笑顔を見せたりしましょう。あなたの熱意と、発言者を尊重し励まそうとする姿勢に、参加者は反応するでしょう。
- 活動・作業を始める前には、できるだけ明確にルールと指示を伝えましょう。質問がないか尋ねましょう。参加者にその活動・作業を行う時間を伝えましょう。（例えば「5 分でをリストを作成してください）など）また、活動・作業時間が終わりに近づいたら、それを伝えましょう。（例えば「残り 1 分で作業を終えてください」など）
- グループ討論を率いている時は、自分の意見を述べるのは控えましょう。客観的な姿勢を維持し、グループの会話が続くように仕向けましょう。どのコメントにも、あなたが同意見である、あるいは違う意見を持っているといった態度を見せないようにしましょう。時間がある場合、最後に討議をまとめる時に、あなたの視点を付け加えても構いません。

- グループの全員に考えを述べるように励まし、機会を提供するようにしましょう。共感したり、うなずくなどして支援しましょう。

- 絶えず会話を支配する人や、ほとんど反応を示さない人がいることもあるでしょう。こうしたグループ・ダイナミックに注意を払い、次のように述べてこれに対処しましょう。
    - まだ話をする機会を持っていない人、何か付け加えたいことはありませんか？
    - （まだ話していない参加者に対し）（名前)さん、どう思いますか？
    - （会話を支配している参加者に対し）（名前）さん、ありがとう。しばらく意見を述べてない誰かに聞いてみましょう。
- 沈黙が流れても構いません。慌てて沈黙を破ろうとする必要はありません。思春期の女子中高生たちは、興味がないふりをしたり、反応が遅いように見えることがあるかもしれません。彼女たちは、他の生徒たちの前で失敗するのを心配している、もしくは考えをまとめるのに少し時間が必要なのかもしれません。質問の後に沈黙が流れたら、誰かが反応するまで忍耐強く待つか、質問を繰り返したり、言い換えたりするか、あるいは全く別の質問に変えてもよいでしょう。
- 参加者が個人的な経験を話して、グループがそれに対してどのように反応してよいかわからないことがあるかもしれません。このような状況が起きたら、次のような方法で対処することができます。
    - 「それは大変な／つらい／腹立たしいことだったようですね」などと述べて、発言者の経験が伝わったことが彼女にわかるようにしてあげましょう。それから、今はとりあえずそのままにして、セッションの後でもっと聞かせてくれるように話しましょう。話し合いを元に戻す前に、それでよいかどうか、その参加者に確認しましょう。
    - 上記で述べたように、発言者の経験が伝わったことが彼女にわかるようにしてあげましょう。それから、他のファシリテーターを呼び寄せ、彼女と個人的にもっと話をできるようにしてあげましょう。
    - 上記で述べたように、発言者の経験が伝わったことが彼女にわかるようにしてあげましょう。それから、話し合いを元に戻しますが、自然なタイミングで会話を止め、参加者が深呼吸できるようにしてあげましょう。難しい話題であったことを認め、誠実に参加してくれたことにお礼を述べましょう。次の話題に移る前に、深呼吸をしたり、手足を伸ばしてリラックスする時間を持ちましょう。

- カリキュラム通りに物事が進まなくても、心配しないでください。参加者はあなたがどのように進めようと計画していたかは知りませんので、少しくらい何かを忘れたり、失敗しても、大した問題ではありません。あなたの仕事は、完璧な経験を約束することではなく、参加者が考えを分かち合い、経験し、成長する機会を提供することです。

トレーニングの機会を探す

会員が、ファシリテーターを務めることに自信がないときには、女子中高生と活動した経験のある地域社会のパートナーに協力を求めることが有効なこともあります。学校のカウンセラーやソーシャルワーカー、または青少年を対象にした活動を行っている地域団体のスタッフに連絡し、グループ・ファシリテーションや思春期の女児が直面している問題に理解を深めるのに役立つトレーニングを行ってもらえなか尋ねましょう。思春期の女児の中には、不健全な交際、摂食障害、ボディ・イメージ、インターネット上のいじめ、自傷行為、家庭問題、薬物・アルコールの乱用などに苦しんでいる女児もいます。「夢を拓く」の中で、これらの問題が浮上することがあるかもしれませんが、その対処法をクラブが知っている必要はありません。問題が生じた場合は、ファシリテーターは、思いやりを持って相手を尊重する姿勢で話を聞き、それから、参加者に、学校のカウンセラー、スクール・ソーシャルワーカー、地域団体のカウンセラーやセラピストなど、訓練を受けた専門家を紹介しましょう。（以下の「情報の提供」欄を参照）

情報の提供

クラブは、学校の指導カウンセラーや地域社会で利用できるサービスの連絡先をまとめた配布資料を用意しておくようにしましょう。これには名前、電話番号、Eメールアドレスを含めるようにしましょう。参加者が、セッション中に懸念される問題を持ち出した場合は、セッション中、もしくは終了後に、その参加者に個人的に確認するようにしましょう。話をする中で、学校や地域のカウンセラーの連絡先の書かれた資料を提供し、こうした専門家など、信頼できる大人に相談するように勧めましょう。