

発達障がいの子どもを育てる親グループの効果及びファシリテーターの成長プロセスに関する研究 (1)

吉 岡 和 子*

本研究の目的は、1) 発達障がいの子どもを持つ保護者の居場所として、グループを立ち上げ、子育てについて一人で悩まれている方、誰かと話を共有したい方の支援を行い、グループの効果を質的に検討する。2) コ・ファシリテーター体験における3つの時間(野島, 2011)に加えてグループ・スーパーヴィジョンも加えることにより、ファシリテーターの成長プロセスを質的に検討するという2点であった。グループの効果として、普通の友達には言えない話ができたり、子どものいいところを振り返ったりする場が提供されたことで、子育てへの活力を得た、自己表現できるようになった、子どもに対する見方が柔軟になったなどが挙げられる。ファシリテーターの成長として、他者に頼れるようになった、自己表現ができるようになった、役割や場への柔軟な見方が身についたなどが挙げられる。保護者とファシリテーターが同じような変化を感じているとも考えられた。

今回の取組から、自分自身であることと専門家であることへの葛藤を検討することや専門家としてグループを運営することについて、グループ・スーパーヴィジョンが支えることになったのではないかと考えられる。

はじめに

子どもを育てることは、楽しいことばかりではなく不安や苦勞を感じるものである。特に発達障がいの特徴を持つ子どもを育てる場合、周囲とは共有しにくい悩みや不安を感じる場合も多い。そうした悩みや不安を抱える保護者が、同じような悩みや不安をもつメンバーと話したり、様々な気持ちを共有したりする場が必要であるが、十分にそういう場所(居場所)があるとは言えない状況にある。また、専門家がサポートしている自助グループ、保護者の居場所づくりに関する研究は、ほとんどなく、そのニーズは潜在的に高いと思われる。

一方、グループ療法(集団心理療法)を行う上で、ファシリテーターの役割は大きい。野島(2011)は、ファシリテーター養成における「コ・ファシリテーター方式」の重要性を指摘している。そして、コ・ファシリテーター体験における3つの時間「プレ・ミーティング(エクササイズの確認、簡単な打ち合わせ等)」「グループ

の共同ファシリテーション」「ポスト・ミーティング(メンバーの「セッション・アンケート」をチェックし、グループを振り返って感想を述べあう等)」が揃ってはじめて、ファシリテーター養成が成立すると指摘している。本研究では、セルフヘルプグループを運営する専門家としての成長体験を支えるために、コ・ファシリテーター体験における3つの時間に加えて、グループ・スーパーヴィジョンを加える。

ファシリテーターの専門性を育む段階的な学び方、教え方に関する研究、ファシリテーターの成長プロセスに関する研究はエンカウンターグループ以外では、十分にされているとはいえない状況である。

そこで、本研究では、以下の2点を目的とする。

1. 発達障がいの子どもを持つ保護者の居場所として、グループを立ち上げ、子育てについて一人で悩まれている方、誰かと話を共有したい方の支援を行い、グループの効果を質的に検討する。

* 福岡県立大学大学院 人間社会学研究科 心理臨床専攻 准教授

2. 3つの時間に加えてグループ・スーパーヴィジョンも加えることによる、ファシリテーターのグループにおける心的過程や成長プロセスを質的に検討する。

方法

1. 実施期間

セッション：1月中旬～10月中旬 月1回、全9回

フォローアップ：11月～12月

セッションに入る前に、インテーク面接を1回（60～90分程度）行い、主訴、生育歴やグループへのニーズ等を確認した。

2. 場所と開催時間

ウェル戸畑にて18:00～19:30で行った。

3. 実施担当者

福岡県立大学グループ研究会に所属する5名（メイン・ファシリテーター：修了生1名（臨床心理士）、コ・ファシリテーター：大学院生4名）。

4. 募集方法

大学ホームページに案内を告知したり、北九州市にある発達障害者支援施設等にポスターを掲示したり、親の会へ案内を出した。

5. 運営方法

グループスタッフは、毎セッション、プレ・ミーティング（役割や進め方の確認など）とポスト・ミーティング（セッションの振り返り、シェアリングなど）を行った。筆者はアドバイザーとして、毎セッション終了後、次回のセッション前までに、グループスーパーヴァイズ（セッションの振り返り、次回の方針の確認など）を行った。

6. 分析方法

- 1) フォローアップでの面接記録で、グループの効果を検討する。
- 2) 個別の振り返りをもとに、ファシリテーターのグループにおける心的過程や成長プロセスを検討する。

結果及び考察

1) グループの効果

フォローアップ面接に協力された2名のフォローアップ面接の内容を示す（表1）。

良かった点として、「楽しく参加することができた。普段、普通の友達には言えない、話ができるので気持ち良かったと思う。」「学校ではできてないことを言われるから。ここでいいところを振り返れて良かった

と思う。」「すごく癒されるし元気がもらえる。」、参加前後での変化として、「もう少し本音を言ってもいいのかな、自分の表現で言ってもいいのかな。」「いいところを見るように気をつけるようになった。できなくても、まあいいかとも楽しんでほしいと思う。」「（話す内容について）決まったようなものがあつたらいいなと思う。」などが挙げられた。

2) グループスタッフの体験

(1) プレ・ミーティングについて

プレ・ミーティングについての個別報告を表2に示す。

まず、「毎回のグループで押さえておくべきポイントを確認することができました。」「前回までのグループで感じたことから、それぞれスタッフがどこに座るかということも話していました。」「緊張感やグループにのぞむ姿勢を意識することができた」「ファシリテーターを中心にその日の話の進め方などを話し合ったが、そうすることでスタッフのモチベーションを高め、スムーズに話が進められたように感じる。」といったように、プレ・ミーティングは、グループに臨む準備をするための機能を果たしたようである。また、初めて参加するスタッフが多かったため、緊張感に触れている記述が多かったが、プレ・ミーティングを行うことで「直前に情報を共有したことで、どんな風にグループに入っていくかを想定した上で入っていけるので安心できる。」「少し緊張が和らいだ」などのように、安心感を持ったり、緊張感を和らげたりするという位置づけとしても機能したようである。

以上のことは、「始まる空気というのは、訪れた参加者の方に伝わると思うので、スタッフがリラックスして迎えることは大事。」「プレ・ミーティングによって、お母さん方を迎え入れるスタッフの心構えができるので、重要だと考える」という意見にあるように、参加者を迎え入れるスタッフの準備時間として必要であったようである。

さらに、今回のグループは参加者が欠席・遅刻される回が多く、そのことについてのスタッフ間の気持ちの共有もなされる時間としても機能したようである。

今後の課題として、前回のグループ内容の振り返りや役割の確認などをもう少し細やかにすること、参加者も含めてグループに向けての気持ちの整理をする時間も設けることなどが挙げられた。

表1 フォローアップ面接（グループについての発言を抜粋。表現を適宜修正。）

A

<グループをふり返ってみて>

「最初はずごく緊張していた。大学の名前もついているし、変なことを言えない、緊張すると（笑）。」

「心理の専門家の人が関わっているから、被験者みたいな気持ちで。頭の中でずっと、「こう言おう」と考えて言っていた。スタッフが学生なのか社会人なのか先生なのかわからないけれど、どれでもプロと思うから、身構えていた。そこにポツンという感じ。」

「大学院に行っていると聴いて、すごく頭のよい人がやっていると、コンプレックスがあった。」

「(カウンセリングで) 聴かれたことに返事をする

というパターンだったので、こっち（グループ）は、「どうします？」とソフトなテーマでやっていたから慣れるまで時間がかかった。最後の2、3回くらいでやっとほっとした。親も子の年代が違えばグループも違うし、みんなが初対面でポツンと入る感じ。」

「ちょっと思っていたのですが方向性がみえなくて。1回1回はすごく癒されるし元気もらえるし。次のターンに入ったときにこんな感じで行くのか、もっと継続するのであればどうなのか、生産性を求めるのであれば。」

「気楽に来ることはできるが、ただ愚痴を言っているという感じも。」

<このグループに参加する前後で変わったこと>

「もう少し本音を言ってもいいのかな。たとえば“今日朝起きられない”という話が出て、「じゃあこうしよう」となると、あっ私もと。導かれると思っていたけれど、一緒というか、自分の表現で言ってもいいのかなと。ずっと構えていた。

「最近、変わってきた。楽になった。ありのまま話しても評価されないし、何気ない話の中で、あっ同じと思って、安心した。」

B

<グループを振り返ってみて>

「楽しく参加することができた。普段普通の友達には言えない話ができるので気持ち良かったと思う。他の人には言いにくい。普通の子ではすごいと思わないことを思うから。普段は話しにくいけれど、ここでは話せる。話し不足、消化不良は感じていない。この話ができ良かった。いいところをここで言えたことが良かった。学校ではできてないことを言われるから。ここでいいところを振り返れて良かったと思う。」

「こうやって話すところがあると楽になる。そういうお母さんたちとのつながりを持てたらいいと思う。」

「頻度はよかった。」「場所は近いので、お買い物もできる。気分転換に1人で本屋さんにも行けるのでよかった。」「部屋は、あまり広くなくて全然いい。」「時間はちょうどよかった。平日の夜はFaが帰ってくるので抜けやすかった。

日曜は家族で出かけることがあるためどうかな？土曜ならFaは仕事があったりするので予定を入れないかも。」

「料金はラインがわからないけれど、こんなものかなと。」「スタッフは多くても大丈夫。多くて話しにくいとかはなかった。そんなに緊張しなくていいのと思っていた。」「子どもの困っていることへの対策・アドバイスをもらえたら良かった。周りの友達に話してアドバイスをもらっても、うちはそれじゃうまくいかないのと思っていた。専門的な立場からのアドバイスをもらえたら。」「参加者はもう少し増えて、体験談を聞けたら良かった。また、自分が体験した話を年下のお母さんたちに伝えることでちょっとでも楽になってほしいと思う。」「テーマトークは決まったようなものがあつたらいいと思う。今日のトピックスとかは決まってないので微妙かな？」

<このグループに参加する前後で変わったこと>

「いいところを見るように気をつけるようになった。できなくても、まあいいかなと。」

表2 プレ・ミーティングについて

・プレ・ミーティングでは、毎回のグループで押さえておくべきポイント（事務的な手続きや、その日の会のプログラム、話題に挙げておきたいことについて など）を確認することができました。また、今回のグループでは、お母様方が欠席・遅刻される回も多かったので、欠席・遅刻にまつわるお母様方の気持ちについて話しあったり、欠席・遅刻についてスタッフがどう感じたかを共有する時間としても機能していたと思います。一方で、今回のグループでは開始時間が遅く（18：15～）、私は仕事を終えてギリギリに会場に到着することが多かったので、プレ・ミーティングに十分時間を割くことが難しかったのではないかと思います。今後のグループでは、上記に加えて前回のグループ内容の振り返りや、その日の役割の動きを確認するなど、もう少し細やかにミーティングを行えると、よりその後のグループに生きてくるのではと思います。(A)

・毎回時間の関係上、しっかりとプレ・ミーティングをすることはできなかったように思いますが、グループが始まる前にスタッフのみんで話をすることができたのは、緊張感やグループにのぞむ姿勢を意識することができたと思います。その日、どんな話がでるかには未知数なのですが、自分が今日はどんな立ち位置でのぞむか、といったことを考えて挑むことができたと思います。また、自分だけでなく、他のスタッフの意見を聞くことで、ファシリテーターをするときなどに、どう話を振るかなどを考える手立てになったように思います。ただ、グループ開始時間の前にMo.が来られることがあり、その瞬間に緊張感が高まり、スタッフが無口になってMo.ともスタッフ同士でも話をしない、ということもありました。プレ・ミーティングとは少し違うかもしれませんが、Mo.も含めて今日のグループに向けての気持ちの整理などが、そこでできればよかったなど感じました。後半のグループでは話をする余裕もできてきたので、その際はグループに入るのもスムーズで話をしやすかったように感じます。以上を踏まえて、たとえ数分であってもグループ前にミーティングをすることは良い効果があると感じました。(B)

・直前に情報を共有したことで、どんな風にグループに入っていくかを想定した上で入っていけるので安心できる。自分の立ち位置を事前にイメージした上で入っていった。また、グループに入るときは緊張するので、スタッフ同士でお互いに話すことができると少し緊張が和らいだ。(C)

・グループが始まる前は、いつも適度の緊張感がありました。今日はお母様方が来てくれるかどうか、どのような話の展開になっていくのか、自分自身はどんなことを話すのかなど考えていました。また、前回までのグループで感じたことから、それぞれスタッフがどこに座るかということも話していました。こう思ったから今日は違う席に座ってみようとか、でも変わると落ち着かないからやっぱり同じところに座ろうかなどです。グループが始まったばかりの頃は、グループが始まるまでガチガチな緊張感でしたが、だんだんと柔らかい緊張感になってきたことが印象に残っています。始まる空気というのは、訪れた参加者の方に伝わると思うので、スタッフがリラックスして迎えることは大事だなと思いました。(D)

・一回目から、時間になってもお母さんが一人も来ず、参加者なしという回になってしまったことや、その後もお母さん方から当日に欠席や遅刻の連絡があることが多く、毎回参加される方がぎりぎりまで分からないという状態で、開始時間までスタッフ一同、不安と期待で緊張していたと思う。プレ・ミーティングで、ファシリテーターを中心にその日の話の進め方などを話し合ったが、そうすることでスタッフのモチベーションを高め、スムーズに話が進められたように感じる。私は、意見を述べるタイミングがとりづらかったので、事前にファシリテーターに目が合ったら指名してもらおうようにしていた回があり、その回は意見が言いやすかった。プレ・ミーティングによって、お母さん方を迎え入れるスタッフの心構えができるので、重要だと考える。(E)

(2) メンバーとしての体験について

メンバー体験についての個別報告を表3に示す。
メンバー体験は、個々人にとってさまざまであった

ようである。特に、今回のグループは、「スタッフもメンバーの一員として自分自身の生活体験をグループの中で語る機会が多く、独特の気苦労がありました。

スタッフとしての視点を持ちながら、並行してメンバーとしてもその場にいるという二つの役割を同時に頭

の中で思い浮かべながらグループの場にいる体験は、非常に貴重で勉強になりました。」とあるように、む

表3 メンバー体験

・今回のグループでは、スタッフもメンバーの一員として自分自身の生活体験をグループの中で語る機会が多く、独特の気苦労がありました。スタッフとしての視点（会の進行や、お母さんの心情を気にかけることの視点）を持ちながら、並行してメンバーとしてもその場にいる（語れる範囲で自分の生活体験を自己開示する）という二つの役割を同時に頭の中で思い浮かべながらグループの場にいる体験は、非常に貴重で勉強になりました。メンバーとしてグループの中にいると、「結婚をして子育てをしているお母さん」「社会に出たての自分」という立場や経験の違いを感じ、お母さんの体験・気持をうまく受け取れているか心配になることや、「子育ての為に様々な苦労や我慢をしているお母さん」に対して、「ある程度自由に時間を使っている自分」の生活体験をどこまでどのような伝え方で話せばいいのか戸惑ったりすることが多かったですが、それは「発達障害のお子さんを育てられているお母様方」を対象としたグループということで、より強く意識したポイントなのではと思います。つまり、子育ての為に様々な工夫・配慮が必要なお母様方（もしかすると、一般のお母様方以上に苦勞されているのかも…）の生活体験や気持ち想像することの難しさや、「自分はまだ楽な生活を送っているのかな」という罪悪感（のような）気持ちが関係して、上記の点は私にとってはより意識しやすいポイントになっていたのではないかと思います。(A)

・一人に集中するのではなく、スタッフでお互い支え合いながらファシリテーションすることができたのはスタッフ同士の関係性を強くして、お互いに信頼しながらグループを進めることができたのではないかと思います。メンバーとして、スタッフでありながらもグループ参加者の一人であるという姿勢でいたので、Mo.の話やスタッフの話を聴いて、素直な感じ方をできたように感じます。ただ、ファシリテーターが何か言ってくれるという期待を抱いてしまうことで、Mo.の発言に対する回答に困った際に、じっと黙ってしまう場面があったこともありました。その点に関しては、ファシリテーターに期待するのではなく、もっと自由に発言できればよかったです。(B)

・グループに入っていると、自分の親との関係について考えさせられた。「自分の親もこんな風に大切に思って育ててくれたんだろうな」と思え、「ありがとう」と言いたくなった。また、親の気持ちというよりも年齢に近い子どもの立場になることが多かった。そのため、「どうして親はそんな風に考えたりするんだろう」と思うこともあり、辛くなることもあった。しかし徐々にグループにも慣れてきて、自分が感じた「子どもはこんな風に感じてたんじゃないか」ということを話せたことは良かったと思う。そこでメンバーの方も真剣に聞いてくださり、距離が一步近づいたように感じた。(C)

・メンバーとしてグループに参加することに、初めは戸惑いがありました。結婚も子育ても経験していない私たちが話をすることについてお母様方はどのように感じるのだろうと思っていました。しかし、テーマトークで自分自身のことについて話したり、お母様方から聞いた話から感じたことを返していくうちに、自然とメンバーに慣れていったように思います。今改めて振り返ると、参加されるお母様方とスタッフを線引きしていたのかもしれないなと思います。線引きしては、お母様方の話を聞いてもどこか違う世界の話のように捉えていたかもしれません。メンバーを意識して体験したからこそ、お母様方に寄り添って話を聞くことができたと思うし、素直に発言ができるようになってきたのかなと思いました。(D)

・メンバーみんなが、ファシリテーターが進行しやすいように意見を述べたりお母さん方に質問したりなどしており、気まずい沈黙はなく、スムーズに話が進められたように感じる。逆に、ファシリテーターが先走って話を進めたり、何を話そうか困ったりする様子も見受けられなかった。ファシリテーターをする人は適宜意見を求めたり、質問をしたりなどしており、話しやすい空間をつくるよう心掛けていたように感じる。メンバーとして、その場に安心して居ることができたし、話しやすかった。私は積極的に発言する方ではなかったが、自分の意見を言える状態になったらファシリテーターに目で合図したり、ファシリテーターの話をうなずいて聞き、安心感を与えられるように努めた。(E)

ずかしいグループとなったことも関連しているのではないかと思われる。

まず、「立場や経験の違いを感じ、お母さんの体験・気持ちをうまく受け取れているか心配になる」「子育ての為に様々な苦労や我慢をしているお母さん」に対して、「ある程度自由に時間を使っている自分」の生活体験をどこまでどのような伝え方で話せばいいのか戸惑ったりする」「結婚も子育ても経験していない私たちが話をすることについてお母様方はどのように感じるのだろうか」といった、参加者のニーズにこたえられているか、立場の違いを受け入れてもらえるか、そのことについて参加者がどう感じているかなどの心配や戸惑いを感じているようであった。また、「自分の親との関係について考えさせられた」一方、「子どもの立場になることが多かった」と葛藤も体験した者もいた。

しかしながら、メンバーとしては、「お互いに信頼しながらグループを進めることができた」「メンバーとして、その場に安心して居ることができたし、話しやすかった。」など、信頼感を持ちながら、安心して居やすいグループになっていたようである。

メンバー体験を通して、「スタッフでありながらもグループ参加者の一人であるという姿勢でいられたので、Mo.の話やスタッフの話の聴いて、素直な感じ方をできた」「メンバーを意識して体験したからこそ、お母様方に寄り添って話を聞くことができたと思う」といったように、グループが進むに連れて参加者とともにいるというあり方をつかんでいったようである。

そして、「自分が感じた「子どもはこんな風に感じてたんじゃないか」ということを話せたことは良かった」「素直に発言ができるようになってきた」など、当初の戸惑い・不安から、グループへの所属感や一体感を経て、スタッフとしてメンバーとして素直に自己開示できる体験をできるようになるというプロセスとなっていたと考えられる。

(3) ファシリテーターとしての体験について

ファシリテーター体験についての個別報告を表4に示す。

ファシリテーターをしていく際の意識として、「グループメンバーが安心して話せるよう枠組みを組み立てることと、自由に話題を展開できるように枠組みを緩めることのバランスを取ること」とあるように、枠組みや流れを組み立てることと自由度のバランスをどとうるかというを意識した者が多かったようである。

その上で、「枠組みや話の流れなどをある程度こちらが仕切らなければならないことが大変」「メンバーから発言が出るのを待ったり、ファシリテーターから声をかけたりと、どこまでを任せてどこから自分が出ていくかということを調節するのが難しかった」「ファシリテーターを体験して、全体を見ることの難しさを感じました。」などのように、仕切ることや自分の役割の調節、全体を見ることのむずかしさを体験したようである。

「回によってお母様方にとって役に立つこと、「良い」ことを言わなければと、必要以上に気負ってしまうこと」があったというように、ファシリテーターという役割を意識するために、力が入ってしまう体験もしていたが、グループが進むにつれて「自分が考えていたよりも周りには心配しておらず、もっと安心してファシリテーターをしていていいのだということを感じた。」「他のスタッフに対する安心感と信頼感がかなりできていて、もし自分が何かを言うことに困っても、誰かが助けてくれるというか、みんなで乗り切れるだろうという気持ちがありました。」といったような、グループメンバーに対する安心感や信頼感をもてるようになったことが伺える。そして、ファシリテーターの役割観として、「自分が何とかしなければ」というよりは、メンバーから出されるものをいかにキャッチしていくかが重要である」といったことや、「ファシリテーターという役割はあるけれども、一人で背負わなくていいのだと思いました。」と感じられるようになったと考えられる。さらに、「全体を意識しつつ、しかし他のメンバーを信じてどっしりと構えておくことも大事」「ファシリテーターの役割を取る際にはグループの進度やメンバーひとりひとりの気持ちの状態、メンバー同士の馴染み具合など、より客観的な視点をもつことの必要性が高い」などファシリテーターが客観的な視点を持つことの重要性について触れた者もいた。

また、「ファシリテーターをした後のグループでは、より感じたことを素直に言えるように心がけることができました。」というように、役割交代の効果を感じた者もいた。

(4) ポスト・ミーティングについて

ポスト・ミーティングについての個別報告を表5に示す。

「グループの中で話された話題や、お母様方の状態像、スタッフが感じた気持ちなどについて、時間を十分にとって話すことが出来ました。」「今日のグループ

表4 ファシリテーター体験

・全体を通してファシリテーターの役割を取ることが多かったですが、グループメンバーが安心して話せるよう枠組み（話題の選択や時間設定、お母様方の話しを途中で区切ったり他のメンバーに話題を振るなどスタッフとしての介入をどの程度入れるかなど）を組み立てること、自由に話題を展開できるように枠組みを緩めることのバランスを取ることが意識することが多かったと思います。特にグループ初期にはファシリテーターがしっかりと枠組みを組み立て、メンバーが「何を話せばいいか」「どう過ごせばいいか」を明確にしていく支援があると役に立つと思われませんが、今回のグループではその点についての配慮が足りず、メンバーを不安にしまうこともあったのではないかと考えられました。また、ファシリテーターをしていると、回によってお母様方にとって役に立つこと、「良い」ことを言わなければと、必要以上に気負ってしまうこともあり、客観的に状況を見てと言うよりは、自分自身の「こうしたい・こう思われたい」という気持ちから場に介入してしまうこともあったように思います。今回のグループの特性として、ファシリテーターの役割であってもある程度はメンバーとしてグループに参加する必要がありましたが、メンバーとの役割の違いとして、ファシリテーターの役割を取る際にはグループの進捗やメンバーひとりひとりの気持の状態、メンバー同士の馴染み具合など、より客観的な視点をもつことの必要性が高いことを感じました。(A)

・自分がファシリテーターをすることは、グループがかなり後半になってからだったので、他のスタッフに対する安心感と信頼感がかなりできていて、もし自分が何かを言うことに困っても、誰かが助けてくれるというか、みんなで乗り切れるだろうという気持ちがありました。実際にやってみると、いつものメンバーではなく、やはり枠組みや話の流れなどをある程度こちらが仕切らなければならないことが大変であり、やりがいでもありました。メンバーとファシリテーター、どちらも体験したことによって、自分がグループの中でどんな立ち位置でいたのかが、少し理解できたように感じます。そしてファシリテーターをした後のグループでは、より感じたことを素直に言えるように心がけることができました。(B)

・メンバーから発言が出るのを待ったり、ファシリテーターから声をかけたりと、どこまでを任せてどこから自分が出ていくかということ調節するのが難しかった。ファシリテーターをしていると他のスタッフに「大丈夫かな」と心配されていないか不安になった。後からスタッフのみんなに聞いてみると、自分が考えていたよりも周りには心配しておらず、もっと安心してファシリテーターをしていていいのだということを感じた。ファシリテーターとして自分が話をふっていくなど、「自分が何とかしなければ」というよりは、メンバーから出されるものをいかにキャッチしていくかが重要であると感じた。(C)

・ファシリテーターを体験して、全体を見ることの難しさを感じました。一つの話を深めたり、話した人に何か言葉を返したり、話をしていない人がいたら問いかけてみたりしたかったけれども、タイミングを計っているとできなかった感じがありました。また、沈黙場面でのように動いたらよいのか悩みました。話を全体に振ったり、話をつなげたりした方がよいのか、もう少し他の人の様子を見つつ待っていた方がいいのか、どうしたらよいかわからなくなりました。ファシリテーターとしてグループを動かさなければという思いがあったのかもしれませんが、その時には他のスタッフが言葉をつないでくれるなど、たくさんフォローをしてもらいました。ファシリテーターという役割はあるけれども、一人で背負わなくていいのだと思いました。全体を意識しつつ、しかし他のメンバーを信じてどっしりと構えておくことも大事なのだと感じました。(D)

がどうだったかについて話をする中で、グループ全体の振り返りと、自分自身の振り返り、そしてスタッフみんなの振り返りをする事ができ、とてもよかった」などのように、ポスト・ミーティングで、グループ体験を共有する時間を持つことがよかったと感じている者が多かった。よかった理由としては2点あり、1点目

は共有することで、「モヤモヤした気持ちを持ちかえらずに、みんなに話せて帰れたのでスッキリすることができた。」「グループで感じたことや気になったことを共有できることの有り難さや大切さを感じました。グループでは言えなかったことを言えてスッキリした」などのように、スッキリした感じをもったようである。2

表5 ポスト・ミーティングについて

・グループの中で話された話題や、お母様方の状態像、スタッフが感じた気持ちなどについて、時間を十分にとって話すことが出来ました。また、お母様方が誰も参加されなかった回には、「参加されなかったこと」についてプレ・ミーティングで話題にすることができました。ポスト・ミーティングには親グループの後に行っていたもう一つグループといった印象もあり、グループの中ではスタッフ間の力動が最も現れやすかったのではないかと思います。そのため、特にグループのセッションが若いうちはスタッフが黙りがちになり、その分自分が喋りすぎていた印象でしたが、徐々にスタッフからも自由に感想や意見が出てくるように変化してきたのではと思います。また、ポスト・ミーティングでスタッフが自由に発言できるようになってくると同時並行して、親グループ本編の進行も行きやすくなってきたように感じ、スタッフ同士のコミュニケーションや関係性の深まりがグループ運営に大きな影響を持つことを感じることがありました。(A)

・グループが終わってから、今日のグループがどうだったかについて話をすることで、グループ全体の振り返りと、自分自身の振り返り、そしてスタッフみんなの振り返りをするのができ、とてもよかったです。スタッフがあの発言をしたときには、そんな感情があったのか、などがわかり、またMo.の発言を共有しながらふり返ると、グループの中では感じなかったことを新たに感じることができたりして、とてもよい経験になったと思います。そして、グループの間にはやはりそのときそのときの全員の感じたことを聴くことはできないので、グループが終わってから、スタッフ全員の話の聴くことができたのはよかったです。それに関しては、グループの中でスタッフによって発言の量に差があることが気になったりするきっかけにもなったので、なるべく均等に発言ができるように気をつけたりすることができました。(B)

・グループ直後に話し合えるので、「変なことを言ってしまったかな」「ここで話をふって良かったのかな」「うまくいかなかったかも」などのモヤモヤした気持ちを持ちかえらずに、みんなに話せて帰れたのですっきりすることができた。グループの中で感じていたことについて、「そういう見方もあるんだ」「この人はこういうことを考えていたんだ」ということを知ることができて、見方が広がった。メンバーの方が数名いるとどうしても私は自分と似た考え方をする人のことばかりを考えてしまうが、そのように感じていることが客観的に見てどうなのかということをもみんなが話してくれたり、別のメンバーの方の話を聞くことで、一歩下がって見ることができたと思う。(C)

・ポスト・ミーティングでは、グループで感じたことや気になったことを共有できることの有り難さや大切さを感じました。グループでは言えなかったことを言えてスッキリしたり、他の人の意見を聞いて自分の意見がまとまることもあったからです。しかし、参加者の方々の様子やグループの動きについて自分が感じられなかったことを他の人が気づいて話すのを聞くと、そのことに気づけなかったことに焦りや不安を感じることもありました。頭では、みんなが全て同じように気づいたり感じたりするわけがないことがわかっているけど、自分の未熟さを突き付けられているような気がして、「気づけなかった」と認めることに抵抗を感じました。しかし、他のスタッフの話の聞けなかったらずっと気づけなかったり、持てなかった視点だったかもしれないので、焦りや不安を感じつつも素直に受けとめるように意識していくと、次のグループのときにはそのことを気にしながら話を聞けたり、それでも他の人が感じたことがわからないことがあることなどを体験することができました。(D)

・緊張が解け、安堵、後悔の気持ちが入り混じる中、その日のグループでの自分の発言を振り返り、反省点を話す者がいれば、それを肯定的に捉えフォローする者、お母さんの発言や表情からお母さんの気持ちを考える者がいたりして、それぞれのスタッフの視点から率直に感想を述べており、「そういう風にも考えられるな」と新たな視点をもらった。私が一番印象に残っているのは、欠席をしたお母さんが居た回のポスト・ミーティングにおいて、「お母さんにも休みが必要だったのかもしれない」「欠席するということを事前に伝えられたことがお母さんの変化だと思うし、褒めてあげたい」という意見が出て、自分の考えがどんなに狭いものかということに気付かされたと同時に、スタッフの柔軟な視点を学ばせてもらった。また、その日のファシリテーターの進行や、スタッフの発言を褒め合うこともあり、それが各々のスタッフとしての自信につながったのではないかと考える。(E)

点目は、「グループの中では感じなかったことを新たに感じる事ができた」「見方が広がった」「一歩下がって見る事ができた」「新たな視点をもたらした」「他の人の意見を聞いて自分の意見がまとまることもあった」など、自分とは違う新たな視点を持つ事ができたという意義を感じたようである。その一方、「参加者の方々の様子やグループの動きについて自分が感じられなかったことを他の人が気づいて話すのを聞くと、そのことに気づけなかったことに焦りや不安を感じることもありました。頭では、みんなが全て同じように気づいたり感じたりするわけがないことがわかっていても、自分の未熟さを突き付けられているような気がして、「気づけなかった」と認めることに抵抗を感じました」のように、自分が気づけなかったことに対する焦りや不安などが生じたことについて、率直に感じた者もいた。

さらに、ポスト・ミーティングの効果として、「その日のファシリテーターの進行や、スタッフの発言を褒め合うこともあり、それが各々のスタッフとしての自信につながったのではないか」という意見や「ポスト・ミーティングでスタッフが自由に発言できるようになってくると同時並行して、親グループ本編の進行も行いやすくなってきたように感じ、スタッフ同士のコミュニケーションや関係性の深まりがグループ運営に大きな影響を持つことを感じる」という意見があり、ポスト・ミーティングを通してスタッフが自信を持っていたり、スタッフ間の関係性が深まったりすることで、グループが進展していくプロセスもあることがうかがわれた。

(5) グループ・スーパーヴィジョンについて

グループ・スーパーヴィジョンについての個別報告を表6に示す。

まず、「他のメンバーに相談することが難しいことも多く、・・・グループの方向性を検討出来たことは大きな安心につながりました。」「スタッフ同士、「ここはどうなのだろう。」と迷ったことなどの意見を聴く事ができた」といった、スタッフだけでは検討できない事項についてグループ・スーパーヴィジョンでは扱えるという意義が挙げられた。また、「次回のグループに生かそうと思えるものを多く得ることのできる場になりました。」「次回のグループをどんな風に進めていくか、どういう点に気を付けて発言しようかなど、次に向けての方針を話し合う機会にもなり、回を重ねることにグループでの話が深いものになっていった」といった、次回のグループに向けての方針が検討でき

るという意義もあったようである。

次に、「より深くグループについて考える事ができた」「いろんな視点から考える事ができ、自分の気持ちに気づくことも多かった。」「客観的に見つめ直す事ができていた」「グループ中でもポスト・ミーティングでも言えなかったことを思い出して言う事ができたり、考えと考えが繋がってモヤモヤしたものが晴れることもありました。」というような場になったようで、その背景には「第三者に説明しようと言葉にすることで見えてくるものがある」といったことや、ポスト・ミーティングに加えてスーパーヴィジョンを通して「グループのスタッフ内では気づけなかったことに気づく事ができた。」ということがあるのではないかと考えられる。その一方で、「スーパーヴァイザーの指摘を受けて考え直し、モヤモヤすることもありました。」のような体験にもなることがうかがわれた。

そして、「グループ・スーパーヴィジョンの場でメンバーがそれぞれの思いを話す場が保たれたことや、対等に客観的な視点で意見交換をする場が担保されたことなどを通して、スタッフ同士のやりとりも行いやすく（スタッフが「こう話せばいいんだ」「こんな話をしていいんだ」とわかり、自分の意見を話しやすくなった）」「スーパーヴィジョンの中で言うことに勇気は必要だったが、自分がこうありたいということを見守ってもらえ、それを見守ってくれていたのはとても心強かった。」などのように、スーパーヴァイザーが、スタッフの思いや考えを聴いたり、確認していったりすることにより、スタッフ自身がグループの中で自分の思いや考えを話してもいいと思えるという効果もあったようである。そのことで、「自分が今どういう気持ちになったのか」というところをグループの中でも大切にし、言葉にするようになってきた。そうすると、メンバーの方の反応も以前とは異なり、仲間になれたような気がした。」といった、実際のグループでのあり方の変化にもつながったようである。

改善点として「グループでのMo.が話したことを要約したものを残すことは、重要であるように思いました。そして、グループのスーパーヴィジョンを、グループが終わって早いうちにしていただく方がよい」というように、後半で工夫したポスト・ミーティングの内容を記録として残すこと、グループ・スーパーヴィジョンの時期を検討する必要がある。次回のセッション前にするメリットとしては、次回のグループのイメージアップができることであるが、デメリットとして

表6 グループ・スーパービジョンについて

・私は在学中に一度グループを経験していたということもあり、特に初期のグループでは私がかじ取り役を担うことが多かったのではないかと思います。私自身が、グループの方向性や介入のやり方について「これでいいのか」と迷うことも多かったですが、そのことについて他のメンバーに相談することが難しいことも多く、グループ・スーパービジョンを通してグループの方向性を検討出来たことは大きな安心につながりました。また、グループ・スーパービジョンの場でメンバーがそれぞれの思いを話す場が保たれたことや、対等に客観的な視点で意見交換をする場が担保されたことなどを通して、スタッフ同士のやりとりも行いやすく（スタッフが「こう話せばいいんだ」「こんな話をしているんだ」とわかり、自分の意見を話しやすく）なったのではないかと思います。(A)

・グループ全体でスーパービジョンをしていただいたことは、次回のグループに生かそうと思えるものを多く得ることのできる場になりました。ただ、グループが月に一度なのもあり、自分がそのグループでどんなことを感じたのか、またMo.がどんな話をしたのか、などについて忘れてしまうことも多く、もったいなかったなと思いました。後半になってからですが、そのグループでのMo.が話したことを要約したものを残すことは、重要であるように思いました。そして、グループのスーパービジョンを、グループが終わって早いうちにさせていただく方がよいと思いました。グループのスーパービジョンでは、スタッフ同士、「ここはどうなのだろう。」と迷ったことなどの意見を聴くことができたり、また、先生が私たちの発言を掘り下げてくださったり、広げたりしてくださることで、より深くグループについて考えることができたと思います。(B)

・直後だと考えつかなかったことについて、先生やみんなに言葉にしてもらおうと、いろんな視点から考えることができ、自分の気持ちに気づくことも多かった。その場で感じたことを話し、「どうしてそう感じたのか」を深めていけるので、自分の考え方の癖を知ったり、自分の新たな課題に気づくことができた。私は、スタッフとしていいことを言わなければならないと感じ、よく考えながら言葉を選んでいった。しかし、セッションを続けていく中でどこかそれに違和感を感じ始めていた。そのことをスーパービジョンの中で話していくうちに、もっと自由な自分でいいのだということに気づき、自分が今どういう気持ちになったのかというところをグループの中でも大切にし、言葉にするようになってきた。そうすると、メンバーの方の反応も以前とは異なり、仲間になれたような気がした。スーパービジョンの中で言うことに勇氣は必要だったが、自分がこうありたいということをみんなに知ってもらえ、それを見守ってくれていたのはとても心強かった。(C)

・SVでは、改めてグループで感じたことを振り返ることができました。ポスト・ミーティングで話したことが、どうして気になったのかなど、客観的に見つけ直すことができていたと思います。また、グループ中でもポスト・ミーティングでも言えなかったことを思い出して言うことができたり、考えと考えがつながってモヤモヤしたものが晴れることもありました。反対に、スーパーヴァイザーの指摘を受けて考え直し、モヤモヤすることもありました。グループの場になかったスーパーヴァイザーに説明しようとすることで、改めていろいろ整理することができました。グループを体験したスタッフ同士だと、どこかみんなわかっているだろうというような感じもあるため、第三者に説明しようと言葉にすることで見えてくるものがあるのだと感じました。(D)

・グループSVを受けることで、第3者からの客観的な意見を聞き、グループのスタッフ内では気付かなかったことに気づくことができた。また、ポスト・ミーティングで言えなかったことを話したり、スタッフ自身が改めて各回を振り返ることによって「お母さんはこういう気持ちだったのではないかと考えることができるようになり、各回の話が深まっていった。先生が一人一人の様子を見ながら意見を順番に聞いてくださったので、じっくり考えて自分の意見を言うことができたように思う。さらに、SVを受けることにより、次回のグループをどんな風に進めていくか、どういう点に気を付けて発言しようかなど、次に向けての方針を話し合う機会にもなり、回を重ねるごとにグループでの話が深いものになっていったように感じる。(E)

は、前回のグループの体験が薄れてしまうことである。このことについては、スタッフとともに改善していく必要があると考える。

(6) このグループを通して学んだこと、成長したと思うこと

「このグループを通して学んだこと、成長したと思うこと」についての個別報告を表7に示す。

内容から、5つのカテゴリーに分けられるのではないかとと思われる。

まず、「グループならではの雰囲気や気持ちの動き

を体験できたことが大きな学びになった。」「一つ一つの臨床体験を大切に体験をグループやメンバーとの関わりの中で再体験することができたことは自分自身にとって大きな財産になっていたのではないかと思います。」といった【体験】そのものからの学びに意義を感じた者がいた。さらに、「自分自身が安心して臨床を行う為には何が必要なのか」「いままで(知らないところで)どんな風に支えてもらっていたのか」といったことを身を持って体験することになったという、今回の【体験】を通して、臨床に対する考えや、これまでの支えについての認識をした者もいた。

表7 このグループを通して学んだこと、成長したと思うこと

・今回のグループは学外での開催と言うこともありグループ立ち上げにあたって会場の確保や各種手続き、お母様方への連絡調整をはじめとした裏方の作業を体験することができ、貴重な体験になったと思います。大学の相談室や病院など、裏方の作業を周りが担ってくれること多い環境から一步出て煩雑な事務作業を体験することは、自分にとっては苦手分野と言うこともあり、負担に感じることも多かったですが、「自分自身が安心して臨床を行う為には何が必要なのか」「いままで(知らないところで)どんな風に支えてもらっていたのか」といったことを身を持って体験することにもなり、課題が残る部分でもありますが非常に勉強になりました。また、グループの中では後輩と一緒にいったグループということもあり私自身が主体となってグループの方向性を決めることが多かったですが、そうした「主体を担うこと」についての負担もさることながら、周りのメンバーに上手く頼り役割分担をしながら共労することの難しさを強く感じることもありました。この点については、グループの成熟と共に周りのメンバーから「〇〇やりましょうか」と言ってもらうことを通じて、ようやく私も周りを頼れるように変わって行けたのではないかと思います。他方で、社会人としての臨床業務の中では難しいことが多い、ひとつひとつの臨床体験を大切に体験をグループやメンバーとの関わりの中で再体験することができたことは自分自身にとって大きな財産になっていたのではないかと思います。最後に、本グループのテーマでもある「発達障害」の特徴をもつお子さんを育てることの難しさ、厄介さ、特有の喜びや体験などについて、グループの中でたくさん触れることができたことは、今後の臨床を勉強していく上でのモチベーションにつながりましたし、なにより困っている保護者の皆さまをより深く理解・支援したいという気持ちを新たに作る体験になりました。(A)

・グループ体験は初めてだったので、自分がグループのスタッフとしてどうやっていけばいいのか、最初はとても悩みました。また、今回のグループの参加者であるMo.がなかなかそろわなかったりと、自分のイメージしていたグループと違うことにも戸惑いがありました。そのため、最初のグループでは自分が感じることもよりも、「これを言ってもいいか?間違えてしまったらどうしよう。」といった発言の体裁にこだわって、自分を悪くみられないように一生懸命だったように思います。しかし、スタッフのみんなやMo.とグループを重ねて、先生にスーパーヴィジョンをしていただくうちに、自分のがちがちな緊張感がよいグループだったと感じられなくしてたと実感しました。少しずつ、気持ちをゆるくすることができ、グループが少しずつ楽しくなっていました。スタッフの雰囲気はMo.にも伝わることで、こちらがグループを「よく」しようと思わずに、グループを参加しているみんなと一緒に作るという気持ちでいることも大事だと学びました。グループを通して、人の話したことを踏まえて自分の意見を言うことの練習や、集団全体の様子のみて発言することなど、集団での意見交換能力を成長させることができたと感じます。(B)

・最初は、グループに来てもらうからには何かを持って帰ってほしい気持ちが強かった。時間をつくり、料金をいただいているのに、今日のセッションは何か意味があったのだろうかと感じることもあった。しかし、セッショ

ンを重ねていく内に、来てほっとできる場所でいいのではないかと感じるようになった。最初は、私もグループに初めて参加し、自分が何もできないという思いを強く感じていたのかもしれない。そのような気持ちから入れたことは本当によかったと思うし、そこから自分の気持ちが変化していくのを見ることができてよかった。スタッフとしてというよりも、メンバー寄りでいいということに気づくことができた。いいことを言おうと、「スタッフとしての考え」を言おうとしていたところがあった。そのため、よく考えながら発言するようにはしていたが、「スタッフとして」のスタッフもいるし、頑張ってスタッフでいる自分に違和感を感じていた。それをSVを通して自覚し、そういう存在でいなくてもいいということがわかり、実際にやってみるととても楽に参加できるようになってきた。このグループを通して、スタッフではあるが、固すぎず、自分が安心して自由でいることが私にとって大切であったということを学ぶことができた。(C)

・グループに参加して、グループならではの雰囲気や気持ちの動きを体験できたことが大きな学びになったと思います。初めは、スタッフとして「何かしなければ、何か言わなければ」という気持ちが強く、肩に力が入ったり、なかなか参加者が集まらなかったことにモヤモヤしたりしていました。しかし、回を重ねることにスタッフでもありメンバーでもあるという雰囲気に、頑張ろうと参加するのではなく、肩の力を抜いて、他のスタッフや参加者の方々に頼りながら素直に参加できるようになりました。「何か言わなければ」から、「このことを話したい、伝えたい」に変わっていったと思います。今回は参加者の方々が少ないというグループの形で、良い意味で今まで自分が持っていたグループのイメージが崩れました。グループとはこうだ、スタッフとしてこうしなければというイメージにこだわらず、柔軟に受けとめて参加できるようになったと思います。(D)

・グループを通して、改めて「枠組み」の大切さを感じた。当初予定していた日付や時間・場所など、変更が多く、お母さん方に「不安定さ」を感じさせてしまったのではないかと考える。あるお母さんからは「私が話して語を盛り上げなくては」「私が出席しなければこの会は成り立たない」という責任感を感じさせてしまったのではないかと考える。自由に話してもらいたいが、ここに安心して来ていただけるように、余裕を持って迎える姿勢が足りなかったと考える。基本的な枠組みは変更しないように、始めにスタッフ内で入念にミーティングを重ねることが必要なのではないかと思った。また、他のスタッフの発言を見聞きし、お母さんの苦勞を労ったり、子どもさんの気持ちを代弁したりなど、いろいろな角度から考えて発言することでお母さんの気づきが促されていることを感じた。さらに、グループの話を円滑に進行させるには、自分の意見や質問を積極的に話すことも大切だと思った。(E)

次に、「人の話したことを踏まえて自分の意見を言うことの練習や集団全体の様子を見て発言することなど、集団での意見交換能力を成長させることができた。」「グループの話を円滑に進行させるには、自分の意見や質問を積極的に話すことも大切だと思った。」などのように、自身の【自己表現】のあり方について、学びを得たり、成長したと感じた者がいた。グループそのものだけでなく、プレ・ミーティング、ポスト・ミーティング、グループ・スーパーヴィジョンを通して、自分の考えを伝える機会が多くあったことが影響しているのではないかと考えられる。

そして、「ようやく周りを頼れるように変わっていったのではないかと思います。」「肩の力を抜いて、他のスタッフや参加者を頼りながら素直に参加できるようになりました。」のように、今回のグループ体験を通して、他者を信頼することの大切さを学んだと感じ

た者がいた。さらに、「スタッフの雰囲気はMo.にも伝わることで、こちらがグループを「よく」しようと思わずに、グループに参加しているみんなと一緒に作るという気持ちでいることも大事」だというように、他者を信頼し、グループは参加しているみんなと一緒に作り上げていくものであることにも気付いた者もいた。

また、【柔軟性】の大切さを学んだと感じた者もいた。「固すぎず、自分が安心して自由でいることが私にとって大切であったということ

を学ぶことができた。」のようにスタッフ自身が自分らしくいることが、メンバーが自分らしさを取り戻すことにもつながるということを学んだようである。他にも「グループとはこうだ、スタッフとしてこうしなければというイメージにこだわらず、柔軟に受けとめて参加できるようになった。」という者もいたが、今回のグループは参加者がスタッ

フのみの回もあったという特殊なグループでもあったことが、グループへの固定観念を変えるきっかけにもなったと思われる。

最後に、「何より困っている保護者の皆さまをより深く理解・支援したいという気持ちを新たに作る体験になりました。」というような【今後の抱負】を述べた者もいた。今回のグループ体験を通して、保護者の実情を知り、より実感を持って支援を行っていくことができる感覚をもったのではないかと考えられる。

おわりに

本研究では、発達障がいの子どもを持つ保護者の居場所として、グループを立ち上げ、子育てについて一人で悩まれている方、誰かと話を共有したい方の支援を行った。そして、グループの効果とファシリテーターの成長プロセスを質的に検討した。

グループの効果として、普通の友達には言えない話ができたり、子どものいいところを振り返れたりする場所が提供されたことで、子育てへの活力を得た、自己表現できるようになった、子どもに対する見方が柔軟になったなどが挙げられる。また、ファシリテーターの成長として、他者に頼れるようになった、自己表現ができるようになった、役割や場への柔軟な見方が身についたなどが挙げられる。このことから、保護者とファシリテーターが同じような変化を感じているとも考えられた。

今回のグループでは、「プレ・ミーティング」「グループの共同ファシリテーション」「ポスト・ミーティング」という3つの時間に加えてグループ・スーパーヴィジョンも加えた。そのことにより、まず、スタッフだけでは検討できない事項についてグループ・スーパーヴィジョンでは扱えるということから、次回のグループに向けての方針が検討できることで、回数が進むに連れて改善されたり、グループの深まりを促進するような意義があったようである。また、グループの場にはいないスーパーヴァイザーに説明しようとすることで、改めて見直したり、スタッフのみのシェアリングでは気付かなかったことにも目を向けるという効果もみられた。さらに、スーパーヴァイザーが、スタッフの思いや考えを聴いたり、確認していったりすることにより、スタッフ自身がグループの中で自分の思いや考えを話してもいいと思えるという効果もあり、そのことにより実際のグループでのあり方の変化にもつながったようである。

今回のグループを通して、スタッフは、メンバー（自

分自身）でもありファシリテーター（専門家）でもあるという役割を体験し、メンバーである自分自身としては、他者に頼れるようになったり、自己表現ができるようになったりしたという成長をしたのではないだろうか。また、専門家としては、メンバーでもあるという役割についての葛藤を感じながらも、その役割への柔軟性を身につけることになったのではないかと考えられる。自分自身であることと専門家であることとの間の葛藤については、心理臨床家として心理面接をする上でも体験することである。今回の取組から、自分自身であることと専門家であることへの葛藤を検討することや専門家としてグループを運営することについて、グループ・スーパーヴィジョンが支えることになったのではないかと考えられる。

今後の展望として、グループ・スーパーヴィジョンの時期を検討する必要があることや、現在も取り組みは続いているため、データ数を増やして質的検討をさらに進めていく必要がある。

文献

野島一彦(監修)、高橋紀子(編)(2011). グループ臨床家を育てるファシリテーションを学ぶ システム・活かすプロセス. 創元社.

付記

本稿は、2011年度より、親グループのファシリテーターを担当し、グループの運営を發展させてくれている杉本頼己さんと2013年度にファシリテーターとして参加した工藤友理絵さん、酒井志織さん、品矢紀代子さん、米倉志穂さんの協力のもとに作成したものである。

また、本グループに参加された保護者の皆様に感謝するとともに、今後の子育てへ本グループが少しでも役立つものになっていることを祈念いたします。