

## シブパネルの準備

### パネリストをお願いする方、聴衆の定員や属性について検討します

これまでのシブパネルでは、パネリストは登壇経験のある方や、大人のきょうだいのピアサポートの会に関わりのある方にご協力をお願いしました。登壇後の気持ちの揺れを受け止められる場が複数あることが安全性を高めます。聴衆については、「保護者の立場の方がおられると話づらい」、「きょうだいの気持ちへの理解がある人が安心」という声から、きょうだいの心理や支援について学ぶ「シブリングサポーター研修ワークショップ」の修了者を中心に募集し、10名～20名程度のアットホームな雰囲気で行い、会場の一体感を重視しました。

### 打ち合わせで行うこと

パネリスト、モデレーター、スタッフの信頼関係を築くことが大切です。まずはパネリストに感謝の気持ちを伝え、自己紹介から始めます（この時にパネリストの当日呼んでほしい名前を決めます）。

会場の広さや聴衆との距離、聴衆の属性や人数について共有した後、当日予定されている質問の意図を1つ

ずつ確認します。回答の時間の目安を、（短くても超過してもOKなことを併せて）伝え、どう答えるか想像し、他のパネリストはどんなことを答えるのかを知り、心の準備につなげます。

明確に答えられなくてもよいこと、パスもOKなこと、打ち合わせと当日で答えが変わってもよいことを伝え、当日の聴衆からの質問について避けてほしいテーマがあれば予め聞いておきます。

当日の会場と集合時間、交通費と謝金の支払い方法について伝えます。不安なことは打ち合わせ後もいつでも聞けるようにしましょう。

### 参加者募集チラシやアンケートを作成します

チラシに載せる情報についてパネリストに確認しておきます（これまでのシブパネルでは、パネリストの情報は極力少なく「病気や障がいのある方のきょうだい3名」にしました）。聴衆へのアンケートの項目は「話の内容がよかった/よくなかった」のように評価するものは避けましょう。

## シブパネル当日

### 会場が安心安全の場になるよう工夫します

たとえば

- パネリストとモデレーターの机は客席に対して斜めになるように設置します。そうすることで、パネリストとモデレーターとが対話している空気をつくり、聴衆の視線を正面から受ける圧迫感を軽減します。
- パネリストの近くに涙を拭ける箱ティッシュを用意します。最初からこの箱があることで「泣いてもだいじょうぶ」のメッセージになります（米国の“Panel of Adult Siblings”のマニュアルにも書かれている項目です。「鼻セレブ」が可愛くておすすめです）。



### パネリストへの質問項目の例

前半の質問は、米国の“Panel of Adult Siblings”の項目を参考にしました。

- ① パネリスト自身のこと。年代、仕事や好きなこと、興味があることなど。
- ② パネリストが育った家族のこと。家族構成など。
- ③ 特別なニーズのある兄弟姉妹のこと。年代、仕事や好きなこと、興味があることなど。
- ④ 兄弟姉妹の病気や障がいについてどういう風に知りましたか？（どのように説明されましたか？）
- ⑤ きょうだいとして、困ったことがあれば教えてください。
- ⑥ きょうだいとして、よかったことがあれば教えてください。
- ⑦ 「自分と兄弟姉妹の将来」と聞いて、何が頭に浮かびますか？

後半では聴衆から寄せられた質問への回答の後、最後の質問として

- ⑧ 子ども時代に周りの大人がしてくれてうれしかったこと/いやだったこと
- ⑨ 「きょうだい」に出会う大人に伝えたいことをうかがいました。

## きょうだいの声

12名のきょうだいの座談会から見えてきた「もやもや」を紹介します。

主催者のイメージに沿った話だけを称賛する空気があり、用意された結論にたどり着く材料として消費された感じがした。

表現できていない背景や経緯があり、その日聞いたことだけですべてを決めつけられたくない。一人の話を「きょうだいはみんなこうなんだ」と一般化されることに不安がある。

家族のことを批判されるのはつらい。思っていたのと違う伝わり方で家族を傷つけてしまったり、親や兄弟姉妹への罪悪感が残った。

集客のために当事者であることを使われたり、登壇直前に録画のお願いをされ、尊重されていない感じがした。

「もやもやしたことを主催側には言えない」「同じもやもやを抱える人どうして共有する場がない」という声もありました。

12名のきょうだいの座談会から見えてきた「うれしい/うれしかった」を紹介します。

会場からその場で手を挙げて質問されると「何か答えなければ」とプレッシャーに感じるので、パスOKと伝えてくれたり、質問を先に見せてもらえるとうれしい。

主催者がある程度きょうだいが抱える気持ちや背景について理解してくれているとうれしい。

開催の趣旨や主催者の思いを伝えておいてもらえるとうれしい。

「話してよかった」と思って眠れるように、当日中にメールをくれたり、帰ってから食べる小さなお菓子をくれた気持ちがあった。