

より安心安全な場にするためのヒント

「当事者」が発信することについて

（武蔵野大学人間科学部社会福祉学科教授 小俣智子先生のお話から）

当事者が語る貴重な経験は、聴き手の心に真実を届けます。それは多くの仲間、未来の仲間、家族や支援者の助けになります。しかしその一方で、当事者が自らの経験を不特定多数の他者へ語る作業は、覚悟と勇気が要求されるだけでなく、相当なエネルギーと負荷がかかるミッションです。



パネリストをお願いする前に

パネリスト自身の意思や目的を確認しましょう。今、発信したいかどうか、どんな理由で引き受けるのか、気持ちの整理は大切です。これまでに人前で話した経験がある方が望ましいですが、先輩パネリストの話を聴き、会場に慣れながら、段階を経ていく方法もあります。

パネリストの安心のために

どんな方法なのか（シブパネルは資料は使わず質問に答えるスタイル）、練習の場や、他のシブパネルの見学は可能なのか、話をする位置はどうなっているのか（モデレーターとの距離、話す時以外の席など）等、事前に、パネリストがどう過ごすのかイメージをもてるようにしましょう。

当日は、パネリストの緊張感を軽減するため、開始前のミーティングや、会場の配置と動線の確認等を行います。直前や途中でも登壇をキャンセルできることも伝えます。

会場からの質問は休憩時間の間にみんなで目を通し、答えられるものを選定します。モデレーターはパネリストを守る壁です。必要時には代わりに返答します

きょうだいの声

登壇経験者の座談会で教えてもらった「引き受けた理由」をお伝えします。

「自身が他のきょうだいの語りを聴いて感動したから」
「自身の経験を聴いてもらってみたいと思った」
「きょうだい支援を広げたい（社会に向けた啓発/活動を知ってもらいたい）」
「頼まれたので、心の準備ができない中で引き受けた」という声もありました。



これまでのシブパネルでの工夫と結果

話し手が聴き手の役割まで 背負わなくてよいように

モデレーターや他のパネリストとの信頼感をつくっておくこと、背負いすぎず1人分の経験を話せばよいこと、他のパネリストがどんなことを話すのかを予め知っておけることは当日の安心につながっていて、結果的に、より深いことを話せたという声がありました。

イベントの趣旨を最初に みんなで確認する

シブパネルが評価の場ではないこと、話してくれるきょうだいの心を守ることが一番大切なこと、パネリストの負担を知っておくこと等をみんなで確認して始めることで、場の空気や質問の仕方も変わってきます。会場が一つのチームになったような不思議な時間でした。

「パスしてOK」を伝えておく

パネリストは自然と「何か答えなければ」「会場の期待に沿わなければ」と思うものなので、「パスしてOK」は繰り返し伝えます。話す順番は一応決めておきますが、次の人に先に答えてもらうとか、他の人が話すのを聴いて思い出したことを後で話してもらうなど、臨機応変に進めます。自分の順番が来るまでに質問がわからなくなることもあるので、壁に映し出すようにしました。

みんなの気持ち、体験を守る

コロナ禍での試行だったのでパネリストの前に透明パネルを設置したのですが、このパネル1枚でも、晒されている感が軽減したという感想がありました。そこで、「見られている感」を軽減するため、机を客席に対して斜めに配置したり、部屋の照明を少し暗くしたところ、聴衆からも、安心して話を聴けた、過去を振り返って泣けた、という声が聴かれ、「みんな」の安心になっていました。

登壇経験者の座談会で出てきた「ここがよかった」をお伝えします。

「会場の雰囲気があたたかいと安心」
自身の気持ちの整理ができた。ここでなら話してみようかなと思った。モデレーターをする人の汲み取る技も大事。
「きょうだいに会える」「きょうだいの役に立てる」
当事者会に来るのはまだ難しいきょうだいに話しを届けられる。アンケートを読んで、誰かの心に届いた実感を得られた。きょうだいに目を向けてもらうことにつながった。

