

# 子どもたちこそが未来

## CHILDREN ARE THE FUTURE

ハイドルン・エスラー、レネ・ヴォーゲラー、サイモン・キルナー  
(こどもフォーカシング調整の国際委員会)

Heidrun Essler, Rene Veugelers, Simon Kilner

(International Board for the Coordination of Children Focusing)

翻訳: 中山美保

### 目標とするのはフォーカシングしながら育つこどもの世代

子どもたちこそが未来であり、フォーカシングをする子どもたちこそがフォーカシングの未来である。目標とするのは自らをフォーカシングしながら育つこどもの世代である。彼らはフェルトセンスやぴったりくる感じを伴って、行動したり他人と関わったりしている。この乳幼児期におけるエンパワメントの基礎的な展望(そして後から修正されることはないのだが)を「こどもフォーカシング”Children Focusing”」と呼んでいる。これは子どもやその養育者、専門家が直面する問題の解決策として広く受け止められなければならない。

現在、こどもフォーカシングは、国際的な、あるいは国内の支援ネットワークの発展の過渡期にある。今日のこどもフォーカシングには、お互いに関わることを望んでいる強い基盤やエネルギー、活動力がある。しかし、ほとんどが一人もしくは少人数で活動している。目標に向かって進むためにはより効果的な構造を作り出さなければならない。フォーカシングで子どもの問題の手助けをする人も、大きなフォーカシングコミュニティも、もっと意欲的に国際的なこどもフォーカシングの組織に属していく方法を見つける必要があるだろう。

この論文は、現在の状況を調査した後、問題点や目標、今後の方法のアウトラインを描く形で構成されている。そして問題を解決するための質問の形式をとっており、その項目は下記の通りである。

「私たちがなぜこの論文を書いているのか」「私たちはどこにいるのか」「私たちはどこにいたいのか」「可能なステップとは何か」「あなたに何ができるか」

各項目の最初に要点を挙げている。

私たちがなぜこの論文を書いているのか？

個人およびグループのフォーカシングプロセスを利用することが、変化の精神を生み出し、実践するために不可欠である。

## 要点

- ・ こどもフォーカシングとは、過去において私たちはいったい何が起こってほしかったのか、ということである。
- ・ こどもフォーカシングとは「記述的な行動説明や行動目的」なので、このネーミングは説得力がある。
- ・ フォーカシングプロセスの利用は、国際的なレベルでこどもフォーカシング組織を変える核となる。
- ・ こどもフォーカシングを行っている人たちは、世界中で働いており、こどもの発達に関する多くの領域で、それぞれの言葉を用いている。
- ・ 国際こどもフォーカシングコミュニティにはさらなる活力が必要である。
- ・ 国際こどもフォーカシングにおけるコミュニケーションの難しさを明確化し、解決することが先決である。

こどもフォーカシングのエネルギーを暮らしに取り入れている人々は、それがこどもの中に生まれ得る奥深い生活技術であることを知っている。こどもフォーカシングは単に、子どもと一緒にいる大人のフォーカシング、ではない。子どもたち一人ひとりがフェルトセンスの導きを受け入れて育つようになることに力を与えるものである。わたしたちは「こどものフォーカシング “Children’s Focusing”」という名称を「こどもフォーカシング “Children Focusing”」に修正した。というのは、それが基本的な目標を記した行動説明にあたるからである。この目標までの道のりはシンプルだがやりがいがある。はじめに、大人たちにフォーカシングが自分とその子どもたちに生活の中でもたらすことができる利益についてもっと理解してもらおう。2番目に、その利益が実証されるように、大人と子どもたちにフォーカシング技術を広めよう。3番目に、世界にまたがってこどもフォーカシングをする人々がお互いを効果的に援助しやすくなるようにしよう。

私たち(筆者ら)は、国際こどもフォーカシングの調整役を1年前、マルタ・ステパートから任された。これにより、こどもフォーカシングの、将来への変化を促すという特別な任務を得た。私たちは、自分たち自身の個人およびグループのフォーカシングプロセスが、変化の精神を生み出し、実践するた

めに必要不可欠であることを自覚している。これを含め、尊敬、調和、有効性が私たちのガイドする上での原則である。昨今、世界中で多くの人々がフォーカシングで子どもの問題の手助けをすることで、個人的に強力な基盤を作り上げている。しかし、ほとんどが一人で働いているか、小さな地域グループで働いている。全国的な組織のある国はほとんどない。結果的に国際こどもフォーカシングコミュニティはいまだに小規模であるし、ばらばらになっている。

この論文の最初の目的は、世界中のこどもフォーカシングにおける様々な活動を述べることであった。そのために、フォーカシング協会の全面的なサポートを受け、みなさんに自分の仕事内容を書いてもらうよう呼びかけるためのディスカッションリストを作成したのだが、少なかった。ホームページからの簡単なリンクを用いて、こどもフォーカシングのウェブサイトオンライン上の自動応答フォームを設けた。この論文を書くまでにたった10個の返答しか得られなかったので、論文の目的を修正したのである。しかし、これにより将来の発展に向けて確かな基盤が横たわっていることが明らかになった。国際こどもフォーカシングの中にあるコミュニケーションの障害を明確化し、改善することを優先的に行わなければならない。そのために、より長い時間をかけて情報を集めるという調査形体をとっている。私たちの目的はそれを他の言語に翻訳し、非英語圏の人々の回答を英語にすることである。

**私たちはどこにいるのか？**

こどもフォーカシングをしている人たちはあまりにも孤立している。

## 要点

- ・ こどもフォーカシングをしている人たちはお互いに十分話をしていない。
- ・ 英語ばかりに頼っていることが、フォーカシングで子どもの問題の手助けをする多くの人々を排除する構造的な障害となっている。
- ・ 全国規模の同じ興味を持つ人たちのグループも、幅広い発達年齢かつ様々な分野にわたっているこどもフォーカシングの利用を支援できるほど強力ではない。
- ・ こどもフォーカシングは、子ども、政策立案者、そして子どもの安全に対する責任者たちと関係がある。

## 現状

今回の調査により、日本、ドイツ、オランダ、アメリカ、スイス、カナダ、イギリス、フランスで行われている活動目録を手に入れた。親、教師、10代の女子、6~14歳のグループ、就学前児、幼稚園で行うといった具合に、様々な地域で様々な活動がされている。しかし、世界中にはこどものフォーカシングを援助している人々がもっとたくさんいることがわかっている。

- 152人がこどものディスカッションリストに登録している。これでは一貫した活力ある貢献をしてもらうには明らかに人数不足である。
- こどものウェブサイトでは41人が書いた67本の論文が入手できる。しかし、2001年以降に書かれたものはこのうちたった一つしかない。様々な論文が2006年に「Fokusz-Tanulmányok」というハンガリー語と英語の小冊子にまとめられたのだが、いまだにウェブサイトには掲載できていない。
- 1997年の「The Folio」には、幼児から10代までの子どもたちとのフォーカシングやクラスでの取り組み、芸術療法やプレイセラピーとフォーカシングといった内容の論文が発表された。
- こどもフォーカシングについての様々な論文が「Staying in Focus」の中に記されている。
- この10年間にこどもフォーカシングに関する5つの国際会議が開催されており、全体で約200名の参加があった。
- 把握している限りでは、フォーカシングで子どもの問題の手助けをする大人たちは16カ国にいる。
- こどもフォーカシング部門には現在1074.27ユーロの予算があるが、私たちが直面している研究には不十分である。

## コミュニケーション構造

残念なことに、既存のコミュニケーション構造に加わっている人の数では力動感が生まれてこない。現在の国際的な構造は、2年ごとの会議とディスカッションリスト、ウェブサイトである。こどもフォーカシング会議は小規模で、常時参加しているのは25~40人である。参加者は主に主催国かその周辺の国々から来ている。フォーカシングで子どもの問題の手助けをすることに関わってきたほとんどの人々が、こうした会議に出席するのは困難だと思っていることは明白である。会議の小規模化も、こどもフォーカシングにおけるあらゆるコミュニケーションに影響している根本的な問題の結果であると思

う。英語がシェアリングの第一言語であるために、多くの非英語圏の人々がこどもフォーカシングのコミュニケーション構造に加わることができない。フォーカシングで子どもの問題の手助けをする、多くの、ないしほとんどの人々が英語を話すことに自信がないだろうということが仮定される。

加えて、コンピューターの操作技術やアクセス能力もまた、インターネット上のウェブサイトやディスカッションリストのような重要なシェアリングの構造への障害となり得る。

## 個人のコミュニケーション

こどもフォーカシングコミュニティは、あまりにも多くの人々が孤立して活動していることを懸念している。その問題点の中にはこどもフォーカシングの歴史的な発展の仕方に影響されているものもあるかもしれない。こどもフォーカシングの活動拠点は小さくなり、また地理的にも距離が離れていきつつある。そうした拠点はその内部で支援を求める傾向にあった。こどもフォーカシングコーディネーターのネットワークはやっと発展し始めたところで、一般的なフォーカシングコーディネーターのコミュニティの中にはまだ根付いていない。一般的なフォーカシングコミュニティでは、全国組織や同じ興味を持つ人たちのグループが、所属している意識のもてる既存の国際ネットワークの中にまとまっているのだが、こどもフォーカシングの場合はそれにあてはまらない。カナダ、ドイツ、ハンガリー、アイスランド、イスラエル、日本、ルーマニア、スリナム、オランダ、イギリスには様々な全国組織があり、そこに所属する人たちはそれぞれ、国際的なフォーカシングコミュニティに所属意識をもっていることがわかっている。にもかかわらず、こうした小グループや個人は、こどもフォーカシングコミュニティを前進させるほど十分にはコーディネートされてこなかった。

おそらくこどもフォーカシングに関わる多くの人々は国際的なコミュニティに加わることの利点についてまだ考えていないのだろう。さもないと、もっと国際的に関わりを持つという最初のステップを思い付かずにきた可能性がある。おそらく彼らは日々の活動に忙しくて、このような観点について時間をとって考えるほどの所属意識をまだ持てないのだろう。

その上、こどもフォーカシングには、赤ちゃんから10代までといった様々な年代と活動するための技術がたくさんあるのに、その技術を裏付けるような同じ興味を持つ人たちのグループをまだ内部に作り上げていない。もっといえば、保育や発達の重要な分野（例えば、教育、健康、社会医療、家族）において必要とされる様々なアプローチに関する記述もほとんど共有してい

ない。今、存在する同じ興味を持つ人たちのグループは、せいぜい初期の段階にある。

## 生活状況

私たちは、大規模なこどもフォーカシングコミュニティにあるもう一つの障害として、雇用、文化、自己意識があることを認識している。フォーカシングで子どもの問題の手助けをする人の多くは比較的低賃金で雇われている。彼らにも子どもがいたり、孫がいたりするかもしれない。出かけていくには経済的に限りがあるし、休暇も一定ではない。彼らは仕事の予定を自分で決められる立場にもないし、国際会議にかかる経費に対して助成金が支払われるわけでも、課税控除されるわけでもない。もう一つ考えられるのは、多くのこどもフォーカサーにとって、国際的で多言語のコミュニティという圧倒されるような舞台でまさに現実的な技術を発表するのは肩がこるということである。

## 制限されている展望

展望を制限する一つ目の領域は、一般的なフォーカシングコミュニティの中にある。多くのフォーカシング専門家やトレーナー、コーディネーターはフォーカシングで子どもの問題の手助けをする大人たちの利益や技術を積極的に向上させようとしていない。

二つ目の領域はフォーカシングコミュニティの外にある。子どもを対象に働いているけれどこどもフォーカシングについてまだ耳にした事がなく、ましてや自分たちの治療によって子どもにもたらされるであろう「ある種の未来」を置き去りにしている人が多いのは明らかである。この層はかなり多く、教育、健康、社会医療、家族という分野に分けることができるだろう。その中で、さらに対象年齢ごとのグループにわかれている。こどもフォーカシングはこうした分野の“門番”に接触し、様々な分野の人々が持っている問題に対してシンプルで安全で費用対効果の優れた解決策を実証する必要がある。

## 私たちはどこにいたいのか？

子どもたちこそが私たちの世界の未来であり、フォーカシングする子どもたちこそがフォーカシングの未来である。

## 要点

- 子どもたちはフォーカシングによって力を与えられて育っていく機会を持っている。
- こどもフォーカシングは子どもの発達のあるあらゆる領域でよくみられる。
- 私たちは効果的な地域、国内、国際的なコミュニケーション構造を有している。
- こどもフォーカシングは子どもやその養育者、専門家が直面する問題の解決策として理解されている。
- 「子どもたちこそが未来」という言葉はたびたび、フォーカシングコミュニティの優秀で活動的なメンバーやそれ以外の人々の口に上ったり、文書の中にも登場したりする。
- フォーカシング的な態度、技術、言語は子どもの発達のあるあらゆる領域のいたるところにある。

こどもフォーカシングが広められ、明確に述べられるという豊かな成果を得るために、広がりがあって積極的な地域、国内、国際的こどもフォーカシングコミュニケーション構造を、こどもフォーカシングに関わる人々のニーズや性質に合わせて形作らなければならない。また、養育者やあらゆる年齢の子どもたちが理解できるようなこどもフォーカシングの言語を持たなければならない。

### 可能なステップとは何か

子どもたちにフォーカシングする力を与えるために、大人たちにこどもフォーカシングを教える

### 要点

- 調整やアドバイス、サポート、福祉のために人と人が相互につながったグループに発展することを優先的に行う。
- 鍵となるコミュニケーションをもっと多くの言語に訳す必要がある。
- こどもフォーカシングは、人間中心の子どもの発達に関する理論と実践の一環として広く知られる必要がある。
- マーケティング手法として、子どもたちやその養育者が直面する問題に明確な解決策を与えることが求められる。

## コミュニケーション構造

こどもフォーカシングを国際的に調整する仕事とは、私たちの展望を向上させるコミュニケーション構造を作ることである。まず第一に、こどもフォーカシングのコミュニケーションを維持し発展させる立場にある、既存の構造を認識することが重要である。第二に、国際的なこどもフォーカシングでは活動や日々の役割をもっと分担する必要がある。例えば、国際的なコーディネーターに加えて組織しようとしているのは、次のことである。

### 役員会

- 全国規模の同じ興味を持つコーディネーターグループ
- 翻訳、ウェブサイトの作成や更新、ディスカッションリストやニュースレターの活動、金銭管理を、個人で、もしくは分担して行う係
- 研究、コミュニティの発展、マーケティング、トレーニングといった特定領域をサポートするアドバイザー

調整された組織構造は、フォーカシングで子どもの問題の手助けをする人や、今後するであろう人たちの、それぞれのレベルに合わせたコミュニケーションをより明確で効果的なものにするだろう。国際的なコーディネーターとして私たち自身が効果的かつフォーカシングに基づいた活動を実践する強いチームになり始めて1年が経った。この過程はまだ続いている。

### ウェブサイト

最新でユーザーに使いやすく、双方向の情報源となるこどもフォーカシング分野のウェブサイトを開発することが重要な長期的目標である。これまでに作ってきたものは、フォーカシング協会から多大なる支援を受けてきた。このサイトはすべて再開発する必要があるし、相互的で活力のあるウェブサイトにも求められる日々の変化を管理できる人が必要である。このサイトには少なくとも次のことが求められる。

- 人を惹きつけかつシンプルなナビゲーションシステムと外観
- 様々な領域で活用されているこどもフォーカシングについて調査している最新の学術論文
- 異なる興味を持った人たちのグループに示すための良質な実践報告

- 様々な国と地域の、こどもフォーカシングに興味を持っている教師や実践者、コーディネーターとコンタクトをとること
- 定期的なニュースの更新
- アクセスしやすいアーカイブ
- (こどもフォーカシングをしている)子どもや大人の言葉の引用など、効果的な活動がなされたという証拠

サイトに必要なデザインの変更と日常管理に効果的に取り組むために、知識豊富で技術をもった人物を求めている。

## ディスカッションリスト

現在、非英語圏の人々も含め、もっと多くの人々が関われる、より生き生きとしたディスカッションリストを作るにはどうしたらよいか研究している。もちろん、多言語のディスカッションリストを取りまとめることは不可能に近いだろう。しかし、関心のある人がその関心領域に的を絞れるように、ディスカッションする領域を、多言語で要約したシステムを構築することは可能だろう。

## 会議

今年のハンガリーでの会議に次いで、現在、国際こどもフォーカシング会議の開催に関心を寄せているのは、カナダ、オランダ、イスラエルである。これはすばらしいことだし、励みになることである。私たちはその他にも集まる計画、例えば地域的な集まりのようにもっと時間やエネルギーやお金を有効に使えるようなもの、を展開させたいとも思っている。そして、もっとたくさんの人に出会いたい。

## トレーニングと質

カナダ、ドイツ、ハンガリー、アイスランド、日本、ルーマニア、スリナム、スイス、オランダ、アメリカを含めた国々にはフォーカシングで子どもの問題の手助けをする大人たちのためのトレーニングプロジェクトがある。アルゼンチン、ギリシャ、スペインではさらに多くのコースが計画されている。

それぞれの国の養成者が独立していてかつ融通の利く存在でありたいと望んでいることは明らかで、とても希望の持てることである。国際的なこどもフォーカシングに共通の基準と手引が持てることよと思っているので、融通

が利いて独立したトレーニング方法やそれと同等のもの、そしてわかりやすいトレーニング基準が必要となる。こうした基準は公共施設の「門番」や政治、あるいは資金調達する際において求められるだろうし、様々な国で固有のものでなければならない。

成長を願うもう一つの領域は、初期の大人のトレーニングコースの中にこどもフォーカシングのアプローチを取り入れ、普及を促進することである。国際会議ではすでにこどもフォーカシングのアプローチにも絵画やコラージュ、動作を通して象徴化されたものと同じくらい、より多くの注目が集まっていた。

「サマースクール」や「一週間資格認定ワークショップ“Weeklong”」のような既存の一般的なフォーカシングイベントは、教育や健康、社会医療、家族といった様々な分野でこどもフォーカシングに関心をもつグループを育てていくためのひな型となりうる。

こどもフォーカシングは子どもの発達と学習理論の中に位置付けられているけれども、フォーカシングの有効性を証拠づけるためには、より多くの研究基盤が求められる。フォーカシングが既存の理論や実践にすでに影響を与えている領域がある。フォーカシングは人間中心の動きに根ざしている。個人の学習方法は現在、教育や健康、社会医療、家族という分野の子どもの発達の基礎をなすものとして広く認められている。根底にある重要な部分は、人間中心の学習と学習者自身のプロセスを信頼するというロジャースのアプローチにある(ロジャース、1969,1982)。学習や指導実践の中核をなしているのは多元的な感覚学習である。フォーカシングは多元的な感覚や体験を明確化するものである。というのは、触ったり、見たり、聞いたりすることへの気づきを通して認知したものを混ぜ合わせる作業だからである。体験に基づく学習や学習に個人的な意味を与えることはクラクソン(1985)の研究の一部である。

フォーカシングは学習に関する理解力を向上させる。その上、個人の持つ不確実なものを管理する際に、他者が学習するのを助けるという技術をもたらす。学習方法は構造化することができ、学習者や生徒が個人的な所有権を持つのを助けるということがヴィゴツキーによって研究されている(Bruner,1990、Wood,1988)。ヴィゴツキーの「発達の最近接領域」という概念で言われているのは、学習とはすでに知っていること(とまだ知らないこと)の境界で起こるものだということである。このことはフォーカサーなら誰でもよく知っている。

学習する中で起こる感情の役割を認めてあげる時にフォーカシングが与えられるものはたくさんある。ゴールマンが提案するのは「心の知能指数

(EQ)」を発達させるカリキュラムで、若い人たちに生きる準備をさせるためのものである(1996)。ル・ドーはこれに神経科学の研究基盤を加えている。こうした着想は個人的、社会的な子どもの発達カリキュラムをますます有益なものにしている。学校関係者は実践していることを発展させるために効果的でわかりやすいアプローチを探している。こどもフォーカシングは学習者の個人的、社会的スキルの発達を助ける道具である。

政治や政策の最高レベルで行われている、イギリスの“Every Child Matters”のような動きは子ども中心の枠組の中での社会的支援、教育的支援、家族支援につながっている([www.everychildmatters.gov.uk](http://www.everychildmatters.gov.uk))。他の国々でも同じような動きがある。小児医療や家族支援、学校で働く人々は政府の政策を実行に移すための方法論を探している。フォーカシングの方法論は、これらの分野において、そうした政府の支援を受けるためのポテンシャルを持っている。

この論文では、私たちはフォーカシングの活用が可能な分野にしかふれることができない。教育や健康、社会医療、家族の中でこどもフォーカシングの役割を発展させるために、フォーカシングの理論と実践を明確に述べることのできる人が必要である。

## マーケティングと普及の促進

こどもフォーカシングは、子どもの発達に関連するあらゆる分野にわたって戦略的なマーケティングと普及の促進をする必要がある。

こどもフォーカシングの普及促進のためには、子どもや養育者、学者、政治家、経営者、資金を持つ人を対象にしたアプローチが必要である。マーケティングのレベルでは、利益と安全性、そして明確で人を惹きつける、わかりやすい言語で述べられた方法を準備しなければならない。話をする対象がばらばらな時は、その人たちが理解できる言語も必要となる。これは差し迫っている問題を達成可能にする解決策となるだろう。フォーカシングは、個人の、あるいは予防的な、スキルベースの、社会的責任を伴う、発達モデルにぴったり合ったアプローチである。この有効性を述べるためには、大人や子どものクライアントが自分のためになる体験をしている、という証拠が必要である。それは短い引用文や事例研究、研究データや本などから得ることができるだろう。

その一例が英語で刊行されたマルタ・スタパートの本(Stapert and Verliefe,2008)である。この本では英語圏の人々がこどもフォーカシングの概要や子どもたちと活動するための実践的な技術を学べるようになってお

り、こどもフォーカシングのプロファイルを前進させるものである。

これらの問題に対するマーケティング戦略は慎重に開発しなければならない。私たちはこの分野に時間をかけ、考えを巡らし続けていこう。私たちは、通りにいる子どもたち、居間でくつろぐ親たち、あるいはオフィスにいる経営者たちにアピールできるような声明や「スローガン」を探し続けていこう。例えばそれは「こどもフォーカシングは友達づくりや意思決定のお役に立ちます」とか、「こどもフォーカシングがあなたの中に眠る知恵をもたらす神秘の力を解き放ちます」といったものであるかもしれない。

**あなたに何ができるか？**

- この論文を読んであなたの中で動かされているものに気が付くだろうか。
- こどもフォーカシングを国際的にもっとサポートする活動からあなたを妨げているものが何かわかるだろうか。
- ディスカッションリストで質問をしてくれるだろうか。
- ディスカッションリストで質問に答えることはできるだろうか。
- 翻訳してくれるだろうか。
- ウェブサイトを手伝うことができるだろうか。
- あなたの仕事の中にもっとこどもフォーカシングを取り入れていだろうか。
- あなたのトレーニングの中にもっとこどもフォーカシングを取り入れることはできるだろうか。
- 人生の中で子どもたちともっとフォーカシングをしていだろうか。

あるいは、こどもフォーカシングをするためのあなた独自の方法があるかもしれない。どうか教えてください。

子どもたちこそが未来であり、フォーカシングをする子どもたちこそがフォーカシングの未来であるのだから。