

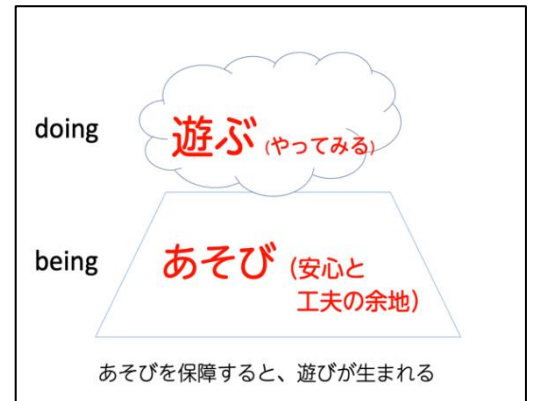
●エンパワメントを考えるためのワークシート

*このシートは、2021年2月28日に実施された『市民の参加と協働を進める多様なコーディネーション実践研究集会』（主催：同企画委員会／認定NPO法人日本ボランティアコーディネーター協会）の分科会番号C-3タイトル[ひきだす]縁（エン）パワメント～チカラは“引き出す”ものなのか?!」の結果をふまえて作成したものです。ここでは「遊ぶ」をキーワードに、「エンパワメントされやすい環境≡『遊ぶ』（やってみる）が生まれる環境」と位置づけて、本人が「遊ぶ」ためには何が必要かについて検討・提案しています。いわゆるボランティアに限らず、その場に集った人たちの力が湧いてくるような働きかけについての一つの視点です。それぞれの現場で安心と工夫をキーワードに、アレンジしていただければ幸いです。

エンパワメントは、一般には「引き出す」と訳しますが、そもそも「気」（勇気や元気）は内側から「湧いて」くるものです。身体も心も動き出すもの。であるならば、まわりの人にできるのは、本人がなにかしてみたいと思える環境をつくること、すなわち「遊ぶことができる環境をつくること」です。

そして、その環境に必要なのは「あそび」があることです。ここでいう「あそび」とは、①安心（気持ちの余裕・安全性の確保）と②工夫の余地（ゆるみ）です。この「あそび」があるとき、人は「遊ぶ」（なにかしてみよう）が生まれます。コーディネーションの中で、この2つを適切に整えることが、本人の心身が動くことを促していきます。

このワークではコーディネーションしている活動について、本人にとってエンパワメントされやすい活動になっているのかを二軸で分類し、日々のコーディネーションをふりかえるシートをつくります。



① 「安心」のためのスケールづくり

なにかをやってみる＝結果のわからないことに挑戦するのですからそもそも不安を感じるのは当然です。例えば、「もし失敗したら、責められるかもしれない」「何をしたらいいかわからない」というような不安を感じたら、人は動き出しません。人の心身が動き出す＝冒険には、安心が必要です。

では、本人は、安心してそこにいることができているでしょうか。どんなことに不安を感じているでしょうか。不安と取り除くためには何が必要でしょうか。考えてみましょう。

Work1 本人にとって「安心できていないという状況」（不安）はどのような状況でしょうか。書き出してみましょう。

- ・
- ・
- ・
- ・

例：大学1年生が大学ボランティアセンターのスタッフになって窓口に先輩とすわることになったときの不安

- 何をしたらよいかわからない（先輩が何にも話しかけてくれず、気まずい。やることを説明されたけどついていけない。「なんでも質問して」と言われたが、そもそも何を質問したらいいかわからない）
- 仲間に入れるかどうか不安（先輩だけで楽しそうに話している。自分が入っていけない。・自己紹介しようと次々と質問されたが、そんなにいきなりいろいろ話したくない……）

Work2

Work1 であげた状況を改善する（安心を感じてもらう）ために、だれがどんなことをする
といいでしょうか。

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

例： ○仕事を明確にしておく（口頭で伝えるだけでなく、マニュアルを作っておくなど）

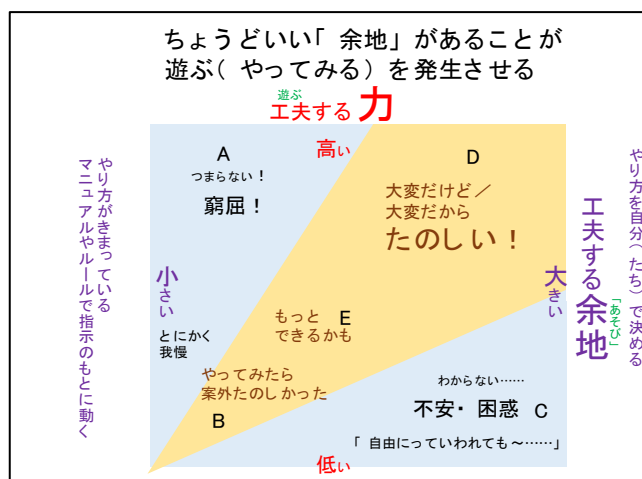
○仲間づくり（シフト中に先輩と二人で相談、工夫してできる課題（チラシラックの見栄えをよくするなど）
を用意しておく。自分自身で記入するプロフィールシート(自由記述のもの)などを活用する、など

○先輩として迎える準備（自分達が新人だったころ「何が不安だったか」「どんな言葉がけが嬉しかったか」
を共有しておく。また、迎える側としての不安も共有しておく）

② 適切な「工夫の余地」(ゆりみ) を考える

やり方があらかじめすべて決められており、
その通りでなければならない、自分なりに工夫
することができない環境では、人の気持ちは動
きません。逆に、何をしてもいいと言われても、
どこから考えてよいかわからない (C) というときも、
とまどいの中で、動きはとまります。適切な
工夫の余地 (ゆりみ、すきま) があるとき、人
の気持は動きます (図の黄色の部分 B,E,D)。

ここでいう「適切」とは、本人の持っている工夫する力に対して、工夫する余地がちょうどよいかどうかを意味します。どこまでをあらかじめ運営側が決めておくのか、どこから先を、本人にまかせるのか、その見極めをすることがコーディネーションになります。



Work3

そのプログラム・活動の中で、あらかじめ運営側で準備しておくことと、本人自身が考え
工夫すること、を分けけて考えてみましょう。

運営側で準備（ルールや材料）すること	本人自身が考え工夫すること
・ ・ ・ ・	・ ・ ・

* 現在のプログラムを見直す際に、上記の工夫の余地についての視点を入れてみる。

* 「人」は場合によっては「組織」「チーム」に置き換えて考えることができます。そのチームにとって適切な工夫の
余地となっているか。



第4回 図解! 「やってみたい(「自発性」)」の正体を探ってみた

「はい、中学生〜! こっちの椅子を運んで〜」

私の住む団地は高齢化率が50%に近く、夏祭りのお神輿も担ぎ手がいません。そこで中学校に「ボランティア」という名の動員を依頼。なので朝、現地に来た中学生くんたちのやる気は…。他方、運営はといえば、作業の中身がすべてあらかじめ決まっており、結果、冒頭のセリフのような指示語が飛び交いがちです。地縁の活動ではこんな風景をよく見ます。

中学生の「おもしろかった!」の理由

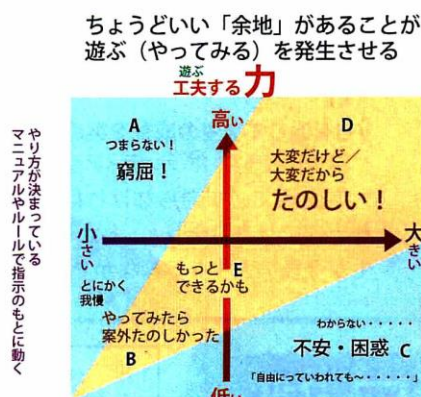
少し前、多文化交流がテーマのイベントを開催しました。地元に住む外国人ルーツの方々(PTAのお母さんなど)に民族料理のお店を出店してもらって、「地元にいるんな人が住んでくれてよかった」を味覚から感じてもらおうというものです。私が担当したコーナーは、五輪ならぬ「七輪ピック」。お客さんに七輪で自分でおせんべいを焼いてもらい、世界各国のディップ(メキシコの辛いタコスソース、リトアニアのマヨネーズ…)を自由につけて食べてもらおうという企画です。3人の中学生が「七輪ピック」担当で来てくれました。朝、自己紹介のあと、このコーナーのねらいを伝えます。「せんべいを焼くというより、とにかくお客さんと楽しい時間をつくりたいのね。やり方はみんなにまかせるから、失敗してもいいので、やってみて〜。困ったことがあったらいつでも相談してね」。

3人は、最初こそとても硬い表情で、「まかされても〜」ととまどい気味。それでも、お客さんから「これはどこの国のもの?」と聞かれると、瓶の前に国名を書いた札をつくって置いたり、「このメキシコの辛いディップ、意外とせんべいにあうわよ」と聞くと、その感想をポップに書いて貼り付けたり。団地のおばちゃんたちとやりとりをしながら工夫を重ねるうち、「世界のディップつけてみよう!」と自作の看板をつくり、

今、ボランティアセンター担当者にとって大切なコーディネート力。企業との連携、福祉教育の推進、そして災害ボランティアなど、地域の課題に協働で取り組むため、コーディネートが重要になっています。ボランティアセンター担当者が押さえるべきコーディネートのポイントを連載で紹介します。

お客さんにおすすめを語っていました。夕方、感想を聞くと、満面の笑みで「たくさんの方に声かけてもらって、おもしろかったです! またやりたい!」。

きっかけは動員でも、そこに「安心」と「工夫の余地」があれば、「やってみよう」(自発性)が生まれてきます。「言われたとおり、決まったとおり(前年どおり)」ではなにも生まれません。また、逆に何も決まっていなさすぎて、人は立ちすくみます。これを図にしてみました。



「おもしろい」の正体とは?

その人(または組織)に工夫する力があれば、ルールやきまりごとは少なく、工夫の余地が大きいほうが「楽しい」になりやすい(D)。しばらく窮屈だと不満が出る(A)。しかし、持っている力以上に求められると、「どうしていいかわからない」=「不安で動きが止まる」(C)。その「ちょうどいい」を狙って、活動(プログラム)を準備(図の左に移動する)すると、「これならやってみよう」との気持ちになります(C→B)。

人は、「やってみたら意外と楽しかった」や、「もっとやってみよう」、そして「できるかも」となります(B→E)。一足飛びが無理なら、小さなステップを用意すると、「やってみる」と「できた」の両方が体験でき、それが「もっとできるかも」につながります。ただし「やってみる」のなかには、必ず「うまくいかない」失敗が含まれます。その失敗を許容

し(待ち)、不安や疑問に答える、すなわち安心を保障すると人は自ら動き出します。結果のわからないことをやってみるというドキドキが、「おもしろい」の正体です。

次の担い手が見つかる組織とは

被災地などで、ボランティアセンター(ボラセン)が整備され、ルールやしきみをつくると多くの人がかかわることができます。しかし、あらかじめ決まっていることばかりになると、自発的

な動きは減っていきます。かつて大学生は、勝手に自分の興味にあわせて、地域に飛び込んでいきました(その分、大きな失敗も)。今は、地域に出ることを怖く感じる学生が多数。そこで、大学にボラセンが必要になります。その学生にとっては、いきなり(D)ねらいがいいのか、それとも(B)からがいいのか、を見極めつつ、活動先を探したり、自らプログラムを企画し

たりしているはず。また、団体側でこのことを気にしてくれる人(コーディネーター)がいれば、多様な学生が送り出せます。

地域には、地域のために自分が動くことが大好きな人はたくさんいます。しかし、上手に他人に仕事(工夫の余地)を残しておける人は少ないです。地縁系の活動が世代交代しにくいのは、このためです。地域は「正しさ」が先に立ちがちですが、同時に「楽しさ、おもしろさ」に気を配ることが、メンバーの自発性を膨らませます。自分が体験しておもしろかったら、友達を誘ってくれます。今やっている人(役員さん)が楽しくやっているかどうか、次の担い手が生まれるかどうかを決めるのではないのでしょうか。



参考資料

「福祉教育のススメ ver2020」(長野県社協・まちづくりボランティアセンター)
地域における福祉教育を推進するため、社協職員をはじめ地域住民、企業・団体、学校等に対する理解促進資料として作成。
WEBよりダウンロード可能。
(詳細は「長野県社協」で検索、「地域福祉・ボランティア」の「福祉教育」に掲載)