

circles program

人との交流安全(安心・安全を守るバウンダリーを意識した人との関係性の構築)を学ぶプログラム

「サークルズプログラム®」は、主に知的・発達障がいのある人たちが安心・安全な人との関係性の構築のための知識とスキルの獲得を目的に1983年にアメリカで開発されたプログラムです。

人との社会的距離、親密さの度合いを7つに色分けされた同心円図を使い、「触れる」「話す」「頼る」について確認しながら、相互性・尊重・同意を意識し、関係を築いていくことを学びます。自分を肯定的に捉え、ふるまい、周囲の人々とコミュニケーション(言語・非言語)をしていくには、サークルズプログラム®の考え方を体現するおとなの存在が重要で、そのためにサークルズおとなセミナーでまずおとなが学びを深めます。

人との交流安全には、まず自らを認め、肯定できることが、社会性を的確に発揮するための決定的な基盤となる

サークルズプログラム®は、“人は誰でも、自らを認め、肯定できることが、社会性を的確に発揮するための決定的な基盤である”という信念から生まれました。これは、CAPプログラムの考え方と合致するもので、この信念とここから生まれた実践方法をCAPセンター・JAPANは支持しています。

私たちは、著作権管理者であるスタンフィールド社から許可を得て、3年をかけて「Circles Curriculum® Level 1&2」の日本語への翻訳・監修を行い、日本での普及をめざしています。

まずは、おとながロールモデルとして使いこなせるように

子どもが人との交流安全を自分のものとして実現するには、おとながモデルとして体現していることが必要です。そうすることで、相互性・尊重・同意に基づく対話を通して、誰にとっても生きやすい社会を実現することができます。

ぜひ、職場や地域のおとなでお誘いあわせのうえ、開催をご検討ください。

Q&A

Q.サークルズおとなセミナーは誰が対象ですか。

A.学校、特別支援学校、児童養護施設や障がいのある子どもの入所施設、学童保育での開催を想定してします。さらに、放課後等デイサービス、こども食堂や子どもと関わる現場だけでなく、事業所や企業でもお役立ていただけます。お気軽にご相談ください。

Q.最少開催人数は？

A.子どもに関わる人により多く理解者になってほしいと考えています。基本は7人以上が望ましいです。

Q.なぜCAPセンター・JAPANがサークルズプログラム®を提供するのですか。

A.これまで、あらゆる形態の子どもへの暴力防止をめざして予防教育を提供してきました。その活動のなかで「すべての子どものウェルビーイング(幸福と喜び)と子どもの権利の実現」をめざすには、子どものバウンダリー(心とからだの安心や安全を守るもの/境界・境界線)について学ぶ必要性を痛感しました。そこで、改良を重ねられた最新版のサークルズプログラム®に取り組むため、長年の活動のなかで培ってきた知見をもとに監修しました。CAPプログラムに加えて、「相互性・尊重・同意」に基づく対話を通して、人との交流安全を子どもが実感・体感する環境を整えていきます。

お問い合わせ



認定NPO法人 CAPセンター・JAPAN

〒545-0051 大阪府大阪市阿倍野区旭町 2-1-1-104

☎ 06-6648-1120 (FAX:06-6648-1121)

✉ info@cap-j.net

<https://cap-j.net>



人との交流安全

サークルズ おとなセミナー



認定NPO法人 CAPセンター・JAPAN

人との交流安全 (安心・安全を守るバウンダリーを意識した人との関係性の構築)

について、どのように教えていますか？

How?

子どものこれからの人生で、安心して人と関わってほしい、そして幸福と喜びに満ちた人生を送ってほしい。
子どもを見守るすべてのおとなの願いです。
人との交流安全について、一緒に考え、願いを実現しましょう。

どう教える？
子どもがまちで独りぼっちで困ったら
誰に助けを求めたい？



どう教える？
子どもが出会ったばかりの年上の人から
「連絡先を交換しよう」と言われたら…



どう教える？
子どもが、顔見知りの近所の幼い子どもと
一緒に遊びたいと思ったら…



どう教える？
子どもがネット上で出会った人から、
あなたの写真を送ってと言われたら…



おとなも体系的に学ぶ機会がなかった— 安心・安全を守るバウンダリーと 「人との関係性の構築」の捉え方

わたしたちは子どもの頃から「交通安全」について繰り返し交通ルールを学んできました。しかし「人との交流安全」についてのルールを学ぶ機会はありませんでした。自分を肯定的に捉え、周囲の人とどのくらいの距離感で、どんなコミュニケーション(言語・非言語)をするか。「触れる」「話す」「頼る」という関係を視覚的・体系的に理解することで「人との交流安全」を実現します。

サークルズおとなセミナーの内容紹介

サークルズプログラム®は、7つに色分けされた同心円図を使って、人との社会的距離(親密さの度合い)によって相応しい適切な行動ルールがあることを、具体例を挙げて学びます。「バウンダリー」と「人権」がベースです。子どもが、人との交流安全を繰り返し学び、身につけていくには、周囲のおとなが共通認識を持って、具体的に、一貫性を持って継続して関わる安心・安全な環境を整えることが重要。おとなセミナーはおとながモデルとしてサークルズの考え方を体現することを実現する内容です。

自分の身体感覚・感情(気持ち)・思考に気づき、肯定します

サークルズの中心に自分(自分だけの紫色サークル)を据えて、人との関係の構築と自分の身体感覚・感情・思考について自覚し、肯定することを学びます。



相互性や尊重・同意の重要性を学びます

人には、誰にも入ってほしくない“自分だけの紫色サークル”があります。お互いのバウンダリーを尊重した「触れる」「話す」「頼る」について、感情の信頼性と身体的安全性から学びます。また、バウンダリーを越えるには、一定の手続きと同意が必要であることを確かめながら、実生活で使えるようにアプローチします。



対話を大切にします

参加者それぞれの経験や考えを尊重しながら、守るべき権利(基本的人権)や社会規範を対話の中で深め、人間関係がどのように構築・維持・変化していくかを学び、「人との交流安全」を体現することをめざします。



voicé 受講者の声

「ほかのおとなにも勧めたい」と
高く評価されています

これまでの自分の思い込みに
気づいた (30代・教員)

普段何気なくやっていた子どもへの関わりが、子どもの人権を蔑ろにし、バウンダリーを侵害していたことに気付かされました。



circles program

seminar

120分バージョン 人との交流安全

7つの色で知って、考えて、活かす「わたし」の人権とバウンダリー

「サークルズプログラム®」の概念を学び、バウンダリーを自分事として捉え、互いの気付きから学びを深めます。日常で活用できるアイディアを広げる、体験型の講座です。



時間 120分

内容

1. サークルズプログラム®とは何か
2. バウンダリーとは何か
3. なぜ人権とバウンダリーを知ることが必要なのか
4. サークルズプログラム®の中心は“自分だけの紫色サークル”
5. アクティビティ:マイサークルズをつくる
6. 当事者から見たわたしの立ち位置
7. 当事者がバウンダリーを作っていくプロセスにおけるわたしの関わり方を考える
8. 継続的な取り組みのために必要なことを考える

料金 20,000円(交通費別) ※30名まで/資料代を含む

時間の確保が難しい
という方に

60分バージョン(10,000円)と
90分バージョン(15,000円)もご用意しています。

※料金はいずれも(交通費別)。 ※30人以上については、一人資料代300円×人数をセミナー料金に加算となります。
※セミナー料金についてはお気軽にご相談ください。

サークルズの考え方を広められる
おとなを増やす必要がある (60代・施設職員)

おとなが同じ言葉を持つ重要性を感じた。暴力なのに暴力と捉えない人、バウンダリーの侵害なのにそう捉えない人は多い。そのために、子ども視点に立つことが難しい。同じ言葉、同じ理解をする人を増やしていかないといけない。



子どもと接するおとなは
ぜひ学んでほしい (30代・助産師)

教員、学童スタッフ、保育士、幼稚園教諭、塾や習い事などで教えるおとなは「バウンダリー」と「尊重」「同意」について学んでほしい。

