

ひきこもり家族支援VR



User's
Voice
vol.17



ひきこもり家族支援VR ～活用事例～

NPO法人CNSネットワーク協議会



CNSネットワーク協議会について

NPO法人CNSネットワーク協議会は、2017年4月より、東京都若者社会参加応援事業の研究団体として、ひきこもり等で悩む方やそのご家族を対象にした居場所、「ほっといい場所 ひだまり」を開設しました（2018年4月より登録団体に認定）。

居心地よく、安心して通っていただける居場所の提供を通じて、ひきこもり等で自信を失ってしまった方、こころの悩みや病気を抱えている方、大切な家族の苦しみをそばで支えている方などが、少しでも心が軽くなって気持ちが前向きになり、社会に一歩を踏み出す準備ができるよう、取り組んでいます。



石黒 薫 様



時田 梓子 様

FACEDEUO導入のきっかけ

ひきこもりのご本人が外に出るのが難しいとき、大切なのは、家族内で「安心できる関係性をつくること」と言われています。とはいっても、ご本人とうまくコミュニケーションが取れないことも多いため、関係性を良くするきっかけをつかむことが難しいという方もいらっしゃいます。

コミュニケーション力の向上のためにはロールプレイが重要ですが、参加へのハードルとなることが少なくありません。一方でテキストによる学習などは気軽に開始できますが、スキルの定着が難しいことが想定されます。

FACEDEUOは、「聴き方」や「声のかけ方」、「やりとりの仕方」を、VR空間で体験しながら学習できるため、ご家族も参加しやすく、体験型学習によるスキルの定着も期待できるため、導入致しました。

家族会での「ひきこもり家族支援VR」の活用

現在、3週間に1度、各回90分の家族会にてFACEDEUO「ひきこもり家族支援VR」を活用しています。



このプログラムには、家庭内で起こりがちなすれ違いや対話の場面が多く収録されており、参加者は疑似体験を通じてコミュニケーションの工夫を学べます。

視聴後には意見交換の時間があり、参加者同士で気づきを共有する場となっています。

長年関わり方を摸索してこられたご家族には、やや基礎的に感じられるかもしれません、他のご家族との対話を通じて、新たなヒントを得ていただければ幸いです。

実践を通じて見えてきたこと

「ひきこもり家族支援VR」は、状況体験・工夫発見・実践練習の流れで毎回進行します。ディスカッションでは、次のような声が聞かれました。

- 「本人の気持ちをまず聞くことの大切さに気づいた」 ●「親・子ども・自分自身など、いろんな立場で振り返ることができた」
- 「親として頑張りすぎていたことに気づき、気持ちが少し楽になった」
- 「子どもと冷静に向き合えるようになった気がする」 ●「実際に試してみたら、娘との関係が少し変わった気がする」

また、「子どもの性格や状況に合わせて伝え方を工夫したい」といった声もあり、具体的な関わり方を見直すきっかけや、前向きな気づきにつながっていることがうかがえます。
今後も参加者の声を反映し、内容の充実に努めてまいります。

詳しくは公式サイトにて

[faceduo](http://faceduo.jp) 検索

