

夢 PCAGIP 実施手順表

Yusuke Tsutsui Ph.D.

手順 Phase	夢提供者 Dreamer	メンバー Member	ファシリテーター Facilitator
Phase 1 構造を決める	夢提供者とファシリテーターを決める。夢提供者は夢の語り手であり、夢を提供したい人が立候補することが望ましい。夢提供者にファシリテーターを選んでもらうこともできる。その際、夢提供者が「今日は誰に聴いてもらいたい感じだろう」とフェルトセンスを確かめることで、夢提供者が安心して夢を語るができる。役割が決まれば、夢提供者の隣にファシリテーターが座るようにし、構成員全員で円を作って座る。		
Phase 2 夢を語る	(A) 夢の内容をファシリテーターに語る。	(C) プレゼンスを持って夢提供者とともにいて、夢の内容を把握する。	(B) この段階ではメインリスナーとして機能する。まだ質問を行わず、夢提供者に夢と関与させる。
Phase 3 夢の理解を確認する	(B) ファシリテーターの理解した夢の内容が違う場合は修正し、理解を一致させる。	(C) ファシリテーターと夢提供者の話聞きながら、夢の内容を確認する。	(A) 夢を一通り聴いた後、確認のために理解した内容を夢提供者に伝え返す。
Phase 4 夢の内容について質問する	(B) メンバーの質問に対して、答えられるものに答える。答えたくない質問には答えなくても良い。	(A) 夢についての理解を広げるため、夢提供者に夢の内容について質問する。夢提供者の両隣にいるメンバーのどちらかから始めて一周する。一人一問が原則であるが、聞きたい事を聞くために複数回発言するような場合も可とする。 ※ 夢の状況をより理解するために質問する。この段階ではまだ、夢で起こっていないことを「もしそれが起こっていたら…」などと取り上げたり、夢提供者の体験過程に触れる意図がある問いかけを行ったりしない。	(C) メンバーが聞きたい事を夢提供者が答えているか確認をする。同時に、夢提供者が答えたくない質問には答えなくても良いと伝えるなど、夢提供者のプライバシーが守れるよう配慮する。夢提供者の夢に対する理解が促進する場所があるため、夢提供者の様子を見る。質問が一周し、まだ質問が出そうな雰囲気であれば、メンバー2~3人に質問を許可する。
Phase 5 感じられたことを共有する	(B) メンバーの発言を聞いて思ったことや感じたフェルトセンスを自由に述べる。すべての発言について返答する必要はない。	(A) 一人ずつ順番に、夢の感想や思ったこと、夢を聞いて連想したこと、感じられたフェルトセンスなどを夢提供者に伝える。	(C) 夢提供者の様子を見るとともに、夢提供者のプロセスを促進する。この時のファシリテーターの行為としては、場合によっては沈黙を保証することであり、場合によっては「何が起こりました？」と発言を促すことである。
Phase 6 夢提供者の体験過程に問いかける	(B) 体験過程への問いかけによって何か浮かんだら答える。無理に答えようとせず、まずは「何か浮かんでくるかな？」と楽しんで待ってみる。	(A) 夢提供者の体験過程に問いかけを行う。問いかけはどのようなものでもよい。夢フォーカシングの『質問早見表』から問いを選んでいいし、フォーカシング以外の理論に基づく問いかけをしてもいいし、Phase 5のように連想したことやフェルトセンスを伝えてもいい。夢提供者に「どのように問いかけてもらいたいですか？」と尋ねることもできる。	(C) メンバーが問いかけを行う際の不安を軽減できるよう、問いが外れてもがっかりしないことと、「夢提供者が反応するかな？」などと楽しむようにして問いを試してみることを事前に伝える。Phase 5に引き続き、夢提供者の様子を見るとともに、夢提供者のプロセスを促進する。
Phase 7 体験のプロセスを振り返る	(B) メンバーのメッセージを聞いて思ったことを自由に述べてもよい。最後に夢提供者が体験のプロセスを振り返って感想を述べる。	(A) 体験のプロセスを振り返って、夢提供者に一人ずつ「メッセージ」をプレゼントする。 ※ 「メッセージ」には、夢提供者へのねぎらいの言葉や、ともに夢を体験してきた感想などが含まれる。 ※ 夢 PCAGIP という手法についての感想は Phase8 で扱う。	(C) メンバーのメッセージによって夢提供者の体験過程が推進することもあるため、夢提供者の様子を見る。
Phase 8 クロージング	夢提供者、ファシリテーター、メンバーの順番で夢 PCAGIP という手法を体験した感想を一人ずつ述べて、体験をシェアする。		