

## 「ワークショップの基本を学ぶ」講座

12月16日（火）、長野市ふれあい福祉センターで、「ワークショップの基本を学ぶ講座」を開催しました。

意見が出ないまま説明だけで終わってしまうようなシーンとした「四角い会議」を、参加者みんなが多様な意見を出し合い、活き活きとした話し合いになる「丸い会議」にしていくには、どうしたらいいのか考えました。



講師はフリージャーナリスト、長野市ボランティアセンター運営委員長の、内山二郎さん。



内山さんの講座は、席に着いたまま資料を読む…なんてことはありません！講師自ら、どんどん受講生の元へ出向き、輪の中心で話し始めます。上下のないフラットな関係づくりの第一歩。

まず始めは、場の雰囲気や和らげる「アイスブレイク」の手法を、実際に体験しながら学びます。

最初は、時間内にできるだけたくさんの人と自己紹介して握手をする「社交界風挨拶」。今日一緒に学ぶ仲間たちを知ります。

続いて、言葉を使わずにコミュニケーションを取り、誕生日順に並ぶ「お誕生日の輪」（バースデーリング）。これはグループ分けにも活用できます。



そうして分かれたグループで「人間知恵の輪」も体験。交差してつないだ手をくぐったり跨いだりして一つの輪に戻していきます。

すぐに「できた！」と声があがる一方で、絡まってなかなか解けないところも。他グループからのアドバイスも飛び交います。やっと輪になると、会場全員から歓声が！全員で一つのことを達成した連帯感が生まれました。



グループの仲間と打ち解けてきたところで後半は、「模擬会議」を体験しながら、ワークショップの手法を学びます。

今回取り入れたのは「KJ法」。まずは付箋に自分の考えや思いをどんどん書いていきます。テーマは「地域の困りごと」。

付箋に書くことで、一人ひとりの意見が埋もれず、目に見えるかたちで残ります。



発表時間を計る「タイムキーパー」も体験！



出た意見をグループで共有していく中で、ルールは、他の人の意見を「否定しない」、そして「全員が発言する」こと。

シンプルなルールですが、これで話し合いは活き活きしてきます。みんなが「参加者意識」を持ち、多様な考えに触れ、自分たちの中から方向性が見えてくるからです。

実際この日も「模擬」の会議ですが、グループ発表では熱い意見が続々！

最後に、自分が一番気になった言葉、いいなと思った意見に付箋を貼っていきます。こうした「応援メッセージ」があると、行動への後押しにもつながっていきます。

また内山さんの講義では、他にも様々なワークショップの手法を紹介していただき、活用したいという声が多く聞かれました。



#### 《参加者の感想より》

- ・考え方に広がりがある。ぜひ丸い会議をやってみたい。
- ・役員会などに、まずはレイアウトから変えてみる提案をしてみたい。
- ・ワークショップが、楽しく意見が出せる場ということが良くわかりました。
- ・アイスブレイクで仲間意識ができたり気持ちがやわらいたり、不思議な力があると思った。
- ・参加者全員を分け隔てなくつなぐ、すごい手法だなと感じた。自分の組織や地域に活用したい。