第6回講座

■日時／令和5年8月5日（土）10:00～15:30
■会場／益城町総合体育館会議室（益城町木山236）
■参加／ 26名（うちアーカイブ視聴4名）

1部　リーダーとしてのスキルアップ実践編①

「メンタルケアとレジリエンスワークショップ」

講師：山本トースネスみゆき氏（EQ College主宰）



【事業内容】

リーダーとしてのスキルアップ実践編。こころを立て直す力（= レジリエンス ）について学び、多様な人と関わりながら問題解決を導き、なおかつ人間として成長を遂げていけるようなこころの指針を得ることを目的とし、自己を振り返る時間を設けワークなどを行った。リーダーの在り方は多様であることを再確認した時間になった。





2部　視察の振り返り

【事業内容】

東北視察を振り返り、グループワーク･発表を行い、ワークショップ企画に向けた話し合いを行った。



絵手紙





【参加者アンケートより】 ＊1期･2期より抜粋

ストレスやネガティヴな思考を抱えてしまった時に、自身のケアをすることができるよう自分自身に対しての信頼を育まなければならないと感じました。

自分と向き合うのはちょっと辛いことでもありましたが、そのようなきっかけができたことは良かったです。

一人ひとりを大切にされているというのが伝わる優しくて深い講義内容であり、自分と向き合うとても有意義な時間でした。

自分の中でこんなにも地震の思いが深く残っていることに驚きました。

第7回講座

■日時／令和5年8月19日（土）10:00～12:30
■会場／益城町交流情報センターミナテラス視聴覚室（益城町木山236）
■参加／ 26名（うちアーカイブ視聴4名）

リーダーとしてのスキルアップ実践編②

「アクションに向けてのファシリテーションワークショップ」

講師：平田隆之氏（NPO法人市民プロデュース 理事長）

【事業内容】

ファシリテーションスキルの基礎を学びながら実践してみるという全体構成。さらにその中に修了式の発表のポイントを含んでいただき、受講生一人ひとりにとって、これまでの学びの総括や、今後に向けての考えをまとめる機会にもなったようである。

会議や話し合いの場で合意形成をしながら進行するファシリテータースキルは、今後の受講生の活動のさまざまな場面で必要となると思われる。時間が足りなかったという声も多く、今後につながる学びの多い講座であった。







【参加者アンケートより】 ＊1期･2期より抜粋

リーダーシップを取るようなタイプでない人でも、ファシリテーションスキルを学ぶことで、中立の立場で参加者からより多くの意見や情報、アイデアなどを引き出すことができるなと思いました。

対話がどこでも大切で、参加者の自発性を大事に待つこと。答えは自分の中に。みんな一人ひとりの中にある。これから、会議やイベント主催など行う時に役立つ学びになりました。

相手のことを理解する、しようとする気持ちと、否定されず受容される安心と、関係性の構築には、こうしたスキルが必須と再認識しました。

ファシリテーションの重要性、必要な役割を学ぶことができた。ぜひ自ら学び実行できたらと思う。防災に限らず全てのことに言えることだと思いました。

活動する上で周囲と良い関係性を築けるよう努力したいと思います。