

オンラインでファシリテーション研修

オンラインで1日、ファシリテーション研修をさせていただきました。これからは、事業を進めていく上でファシリテーションのスキルは必須、という会社さんからのご依頼でした。

☆オンラインで1日。

オンラインのミーティングって、思わないところで神経を使っていて、なぜだかとても疲れますよね。今回は、私の方からお願いして、10:00~16:00（お昼を除いて5時間）という時間をいただきました。

5時間全部オンライン！これは、少しでもお疲れやストレスを減らさなくては！これもファシリテーションのコツ！でしょうか。休憩を1時間に1回のペースでとることにしました。（アンケートでは、休憩が多かったことが好評でした。たとえ5分でもPCから離れることが大切なのですね）

☆内容は？

事前にどんなことを盛り込んでほしいか？についてのアンケートを行っていただきました。どうやって、これらのご要望をすべて盛り込むか？と、研修の内容を考えるのは、とても楽しい時間でした。

ワークショップで起こるあれやこれやについて、この話題は説明にこう組み込んで、エピソードも交えつつ…。

そして、一番お伝えしたいことは何かを探求し、コンパクトに伝えるにはどうしたらよいかをじっくりと考えるととてもよい機会となりました。

ファシリテーションに関する考え方の整理ができ、新たな研修のヒントも見つかりました。

☆オンラインでの研修

オンラインの研修では、リアル対面で行うよりも時間がかかりますが、良いこともありました。

- ・ 各地から一斉に参加できる「オンライン研修」。在宅勤務の方もいらして、小さなお子さんの声が聞こえたので、リアルだったらご参加いただけなかったのでは？と思いました。
- ・ 同じ会社でも初めて会う方々もいらして、社内での交流にも少しお役に立てたのでは？とうれしくなりました。

新しい時代には、より必要だと思われる、話し合いを促進する「ファシリテーション」。もっと、みなさまに知っていただけるよう、努力してまいります。

*初めての長時間・オンライン研修でした。FAJ（日本ファシリテーション協会）で培ったノウハウを活用していきたいと思いました。

