

◆ 《ファシリテーターとは》

1. 物事を容易にできるようにする人や物。また、世話人。
2. 集会・会議などで、テーマ・議題に沿って発言内容を整理し、発言者が偏らないよう、順調に進行するように口添えする役。議長と違い決定権を持たない。

※ ファシリテーションを行う人。進行役、促進役、推進役、引き出し役、調整役、介助役、世話人などと訳される。

※ チームや集団（会議などの一時的な集団を含む）において、中立的な立場からその集団の活動プロセスを管理し、成果が最大となるように支援する人という。

※ 教育においては参加型学習（ワークショップ）の進行役を指す場合が多く、学習者が持つ知恵や知識、情報などを出し合い、共有する“学びの場”を促進する役割の意味で使われる。また、社会活動・地域住民活動などにおいては、参加者を結集して意見を引き出し、提案をまとめ上げる役割の人をいう。

今例会で神谷先生に行ってもらおうファシリテーターの役割は、主に進行役、引き出し役、きっかけ作りを努めていただきます。

◆ 《体験型心理学講座 5つの特徴》

I. こころの仕組みを知る

こころや感情について体系的に学ぶ。自分は勿論、周囲のの気持や感情も理解することで人間関係も良好になる。

II. あなたの知らない、あなたの才能を見つける

自分にはどんな才能があるのか。誰にでもある才能の芽に気づき、それを磨くことによって、自分の思わぬ才能に気が付く。

III. 自分を好きになる

自分の好きなところ、嫌いなところ。自分のことを認めて、好きになることで優しい気持ちになれば、優しい気持ちはやすらぎをはこんでくれます。自分を幸せにすることができる人は自分自身です。

IV. 自分らしくなることを止めているブロック

自分が思うように行動できない。なぜか行動に移せない。長続きしない。ジヤマが入る。それらは、あなたの気がついていない無意識の仕業です。あなたが何かを始めるとき状況が変わります。そして、過去の失敗やわだかまりが自分の行動にブレーキを無意識にかけているのです。過去のわだかまりを癒してブロックを外すことで、自然と新しいことにチャレンジできるようになる。

V. 無理なく目標に近づく方法

目標という概念が頭中で創られることにより不安が生まれ、やる気を失う。目標の先にある楽しさや、目標に自然の流れで行く方法などの簡単なイメージの力を利用して、目標や夢を近づけ叶えやすくする。