

FAJオンラインファシリテーション研究サロン
「私たちはオンラインとどう関わっていくのか？」

話題提供 今こそファシカを生かそう！

2020.4.18

FAJフェロー

中野民夫

東京工業大学教授、
ワークショップ企画プロデューサー

集い合い、問い合うことが力です

- 91年湾岸戦争時、ジョアンナ・メイシーの言葉
- 「戦争を止めるために、私たちに何ができるのでしょうか？」という私の愚直な問いに対して
- 「その質問こそが出発点です。孤立しないで、集い合い、問い合うことが力です。すぐに答えが出なくても、必ず次の何かにつながります」
- 簡単な答えの出ない大きな問いの前で、問い合うのも考えるのもやめてしまいがち。(今も)
- 実際にここからBerkeley KAIが生まれ、展開！

輪になって座ろう、語ろう！

- 「集い合い、問い合う」にも良い形が大切。
 - 一部の人でなく皆の思いや知恵が共有されるように
 - そこから私の「ワークショップ」探究が始まった。
- サークルとトーキングスティック
 - 輪になって座り、棒を持つ人だけが話し、他は傾聴
 - CIIS組織変革学科のハワード先生から
 - アメリカ先住民の話し合いの知恵を応用
- 輪になって座ると、お互いの顔が見える。
- 一人一人の声が邪魔されず最後まで傾聴される
- 対話促進ツール「えんたくん」(円形段ボール)

2018年1月30日FAJ東京定例会「Frの楽しい修行」、小瀬さんzoomで全国へ



今や「zoom開いて座ろう！」

- コロナで、「集い合う」ことができない！
 - 世界中が、未曾有の事態に！
- zoom凄い！
 - ブレイクアウト機能で少人数グループに
- 元々「生身のコミュニケーション」にこだわり
 - 文字だけでなく、表情、間合い、相互作用、場の力
 - ネット依存高まる社会だからこそ、ライブで！
- しかしこのたび、宗旨替えしました。
 - Zoom博士か～ず先生、よろしくお願いします！

輪になって座ろう(えんたくんの歌)替え歌 新曲「zoom開いて座ろう！」

2020.4.18

C C G C F C G C

*zoom開いて座ろう、ミュート解除し語ろう、
zoom開いて座ろう、ミュート解除し語ろう。

1) zoomを開くとお互いの 顔が見えるよニッコニコ。
誰が上だかわかんない、私もあなたも皆大事。
一人ひとりが場を創る、遠慮しないで言ってみよう。

*zoom開いて座ろう、ミュート解除し語ろう

2) ジャッジするよりそれぞれの、想いを良く聴き響き合おう。
いろんな人の違いこそ、活かせば新たな知恵となる。
あっという間に時が経ち、平和と喜びあふれ出す。

* zoom開いて座ろう、ミュート解除し語ろう。
zoom開いて座ろう、ミュート解除し語ろう。
輪(わ)、話(わ)、和(わ)～！

オンライン時代の意義

- 人と人がつながり合うことへの力
 - 「やっぱりこうして仲間と話せるのいいね！」
 - Be-Nature School講師チーム、東工大教員の会議体、東京GRACE研究会／AWARE座談会、そしてFAJなど
- 普通は来られない人も参加できる！
 - 遠くても、移動の時間なく
- 「万物が相互に関係している！」コロナで痛感
 - SDGs、持続可能な世界への共通の課題を実感
 - 人々が集い合い、問い合い、できることから動く。
 - つながり、違いを認め、違いを活かして協働する。
 - ほっとし、癒され、触発され、活性化し、前へ！

ファシカ、ネットでも発揮を！

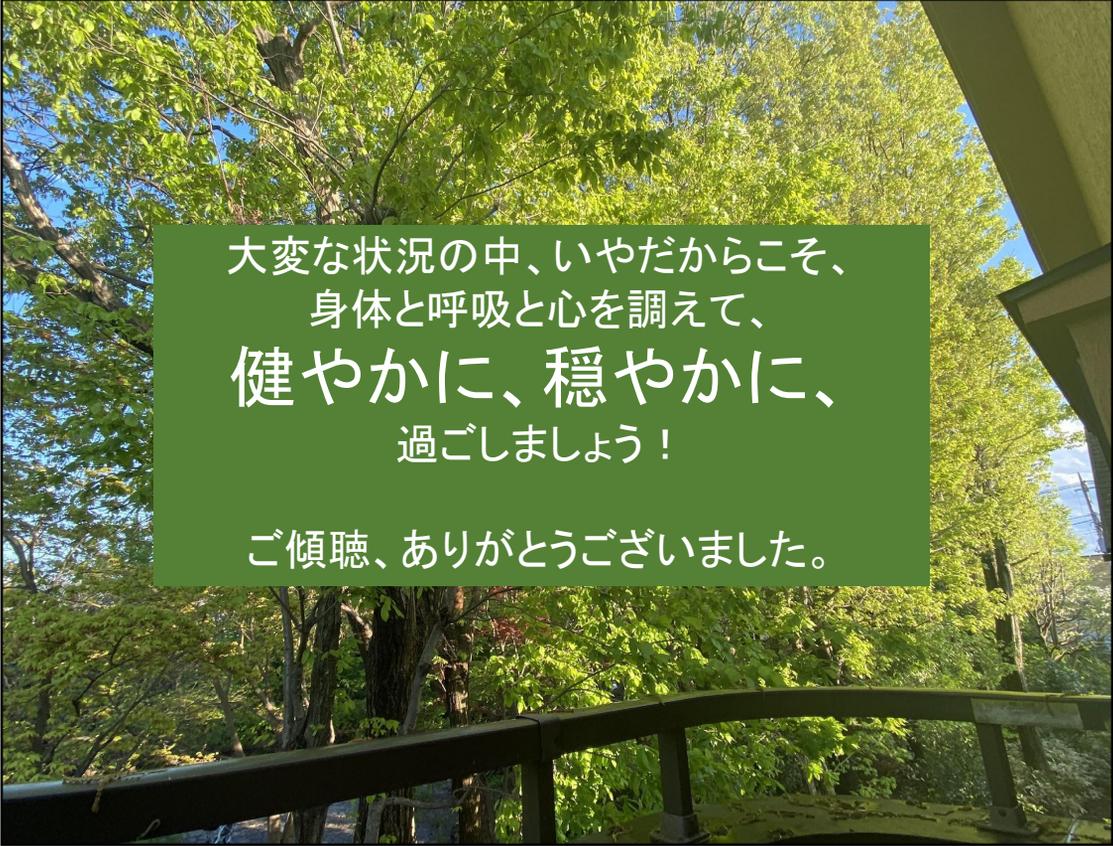
- 基礎スキルは共通！（『学び合う場のつくり方』岩波書店）
- 「場づくり」
 - 環境設定、オリエン、導入（チェックイン、顔合わせ）
- 「グループサイズ」
 - 少人数グループに分かれて濃く話す。何人が適切？
- 「問い」
 - 共通で触発的、身近・具体・裁かれない問いから
- 「見える化」
 - マーカー、紙芝居→画面共有、チャット
- 「プログラムデザイン」
 - 起承転結、流れのあるデザイン。身心の自然に沿って。

オンライン時代の課題1 身体性の欠如

- 座りっぱなし、見つめっぱなし・・・
- 妙な疲れ方、しませんか？
- 心身一如：身体と心は一つ
- 今こそ大切な「調身・調息・調心」
 - 身体(からだ)を調える→呼吸が調ってくる
 - →そうして、ようやく心が調う
- ヨガ、マインドフルネス
- 各自に合った心身を健やかに保つ工夫を
- 普通の生活を大切に：よく食べて、よく寝て

オンライン時代の課題2 自然との関係

- コロナウィルスも野生動物から？
 - 人間と野生生物の距離が近くなり過ぎた。
 - 霊長類学者のジェーン・グドール
 - <https://www.google.co.jp/amp/s/www.afbbb.com/articles/amp/3278221>
- 自然環境を大切にしていなかったツケ
- 「みんな地球の子どもたち」
 - 私たちは自然の一部。自然そのもの、のはず。
- 窓の外の新緑の美しさ。いのち芽生える春！
- 万物の相互依存の中で、この機会に、人と人、人と自然、人と自分自身とつながり直そう！



大変な状況の中、いやだからこそ、
身体と呼吸と心を調べて、
健やかに、穏やかに、
過ごしましょう！

ご傾聴、ありがとうございました。