

安心して話せる場をつくる

～心理的安全性とファシリテーションの実践～



社会教育士

令和8年2月5日(木) 午後6時～8時 於セッション杉並第6・7集会室

【目的】 他者との円滑な会議をするとき、心理的安全性を担保した場をつくるにはどのような要素が必要なのかをファシリテーションの視点で学びます。

【内容】 前半は、安心して話せる場をつくるために「心理的安全性」の共通認識をもち、その後個人やグループで心理的安全性を探求する問いを考え、話し合いました。後半は、参加者からの質問に講師が答えるやり取りを通して、「心理的安全性」について紐解いていきました。

【講師】 山ノ内凜太郎さん、米元洋次さん（合同会社 Active Learners）

【参加者数】 41人

【講座の GOAL】 自身の現場で活かせるスキル・立ち振る舞い・臨み方が見つかった、思いついた！

【講座の流れ】

●アイスブレイク(チェックイン・自己紹介)

グループで、「冬」といえば〇〇等を語り合い、知り合いになりました。



●情報提供「心理的安全性」についての共通認識

「心理的安全性」とは何かについて共通認識をもち、参加者全員が考え始める準備を整えました。



●心理的安全性を探求する問いを考えよう(個人ワーク)

まず個人ワークとして、問いを考えました。「心理的安全性を別の言葉に言い換えるなら?」「心理的安全性を感じる場ってどんな場?」等、それぞれの問いをたてました。



●心理的安全性を探求する問いを考えよう(グループワーク)

全員が話せた、聴けたと感じられることを GOAL に、1人ずつ個人ワークで立てた問いについて話し合いました。



●心理的安全性をみんなで紐解こう(トークセッション)

前半のワークで考えた問いや日頃の場づくりでの疑問等、講師の2人に質問しながら、「安心話せる場づくり」に必要な要素を紐解いていきました。場は参加者と共につくる、準備が8割、多重投票等、明日から意識できるキーワードが多く飛び出しました。



《心理的安全性の共通認識をもとう》



《問いを考えよう》



《心理的安全性をみんなで紐解こう》

【地域活動のミーティングの中で抱える悩み(申込時)】

1	時間内に話しがまとまらない	68%
2	みんなが黙ってしまう	33%
3	場の空気が重くなってしまう。	28%
4	その他	20%

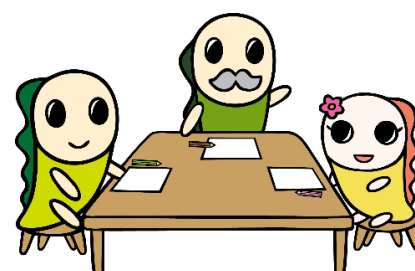
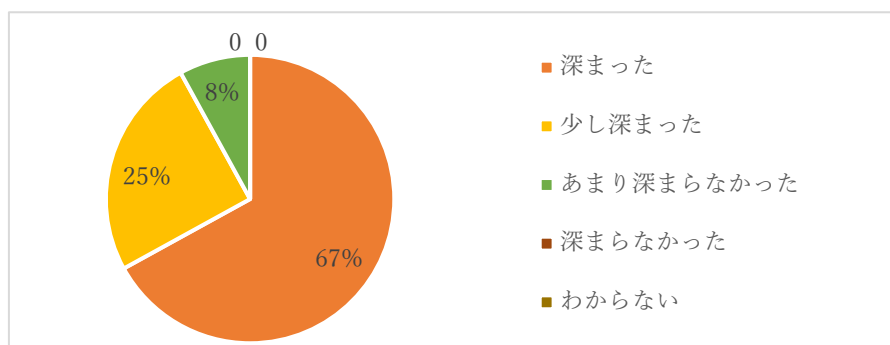
※その他:主張の強い意見に左右されてしまう、活発な意見が出ないなど

回答件数 59 件



【参加者のアンケート(講座受講後)】

質問1. 心理的安全性について理解は深まりましたか？



質問2. どんな気づきがありましたか？

- 事前準備の大切さ、想像・想定することでより良い場づくりにつながっていくということ
- 会議のゴールを明確にすることの大切さ
- 安心して話せる場にはファシリテーターと参加者の関係性も大切だということ
- 親和性のある話題や共通点を見つけることによってファシリテーターと参加者が対等になること
- 異なる意見や反論が出た時、ファシリテーターが判断するのではなく参加者全員に戻していくこと
- 場に安心・安全が機能しているとき、参加者はファシリテーターから離れて主体的に動いていること
- よい場には、一人ではなく複数人で参加するとイメージが共有され今後に生かせること

感想

- ファシリテーターのお二人のかけあいや信頼関係が参加者にとってとてもあたたかく、安心でした。
- 講師への質問タイムはとてもよかったです。手を挙げてくださった方の質問も、slido に書き込まれた質問もとても興味深く、講師のお二人の回答もよかったです。ファシリテーター二人が同じ景色を見ていることが大事、という言葉が印象的でした。
- 会議は人がつくるものであることを忘れずにいたいと思いました。場を支配せず、中立でいられるようマインドを鍛えていこうと思いました。

【本講座開催までの経緯】

地域で社会教育の振興を図るため、社会教育士には「ファシリテーション能力」「プレゼンテーション能力」「コーディネート能力」の3つの力を発揮することが期待されています。区内で地域活動をしている方のスキルアップを促進し、地域により一層貢献していただくために、今回は「ファシリテーション能力」に着目した学習の機会として、安心して話せる場づくりのもと、心理的安全性についての理解を深めました。