

NP再考7ーハートをまわそうについて

文責 中村富美子

トレーナーの勉強会で「ハートをまわそう！」の行い方や、ファシリテーター養成講座で行ったことの意味と親向けの講座での行い方について情報提供してほしいとの要望がありました。ふだん、このアクティビティをお使いの皆様、ご一読いただくと幸いです。

ファシリテーター養成講座の際、フィードバックについて学ぶ前の体験としてこの「ハートをまわそう！」を行ったことと思います。研修では次の順序で行います。

- ① ハートに「私は人から～な人といわれるとうれしいです。(名前)」を書いてください。
- ② そのハートを隣の人に渡してください。ハートを受け取りましたら、そこに書いてあることを黙読してください。その上で、ハートを裏返し、「あなたは～な人だと思います。」と書いてください。
- ③ 書き終わったら、そのハートをさらに隣の人に渡し、次々と同様の手順でコメントを書いてください。
- ④ 自分のハートが戻ってきたら、裏に書かれてあるコメントを読んでください。

こんな感じで行ったかと思います。

さて、このアクティビティの目的はなんでしょうか？ これはフィードバックの体験です。フィードバックについて学ぶ前に、そもそも自分はどのようなフィードバックをしているのか、どんなことに気を付けてフィードバックをしているのか？また、様々なフィードバックをもらった時にどんな気持ちがるのか？これらを短い時間で行っています。

このアクティビティをしているときに、時々「コメントは相手の意に沿ったものにした方がよいのか？」という質問を受けることがあります。私は「それも自分で考えてください。」と答えます。そして全ての行程が終わったあと、自分について書くときにどうだったか、人にコメントを書くときにどのようなことに気を付け、どんなことに気付いたか？人からのコメントを読んでどう感じたか？について共有し、そこで学んだことを活かすべく、フィードバックをする際と受ける際の注意点を資料集で確認します。

このように、養成講座では学びのツールとして、「ハートをまわそう！」を行っています。それに対して、親御さんにこのアクティビティを行う場合は、人間関係のテーマの回や、最終回などのウォーミングアップとして用いる方が多いようです。その時には、ウォーミングアップのためのゲームとして、もしくは最後の回のお土産として行います。ですから、養成講座で行うようなフィードバックについての説明などはしません。

同じゲームでも、皆さんが受けた研修と親御さん向けの使用では目的が異なる場合があるでしょう。それらを明確に意識していただくために、ファシリテーター養成講座での学びを振り返ってみました。