



チームビルディングのプログラム「ヘリウムリング」。10人程度で輪になり全員の人差し指だけを使ってフラフープを地面まで下ろすという課題解決を目指す。やってみるとなかなか難しく、課題を解決するプロセスで様々な気づきがある。

●チームビルディングが気になる！
森林文化アカデミーの教員になって二年が経ちました。前職では、主に都市部の公園緑地において環境教育や公園管理に携わってきたのですが、アカデミーで自身身のあり方を問い直し、日々、新鮮な気持ちで学生と共に学んでいます。
そんな中で、私の周りで頻出してきたキーワードとして「チームビルディング」があります。チームビルディングに関する授業や研修の一部を担当させていただくこともあり、現在、気になるワードの上位にランキングし続けています。

チームビルディングの

初めの一步「名前を呼べる」

岐阜県立森林文化アカデミー 講師●谷口 吾郎

●チームビルディングってなに？

調べてみると、チームのメンバーがそれぞれの長所や特技・能力を十分に生かし、チーム全体で目標を達成できる関係づくりの取り組みのようです。

森林や地域社会が抱える課題の多くも、一人では解決できないことばかり。さまざまな立場の人、さまざまな得意分野を持つ人と協力しながら根気よく課題解決に臨む必要があります。そうしたことを推し進めたり、自分たちを客観的に把握する意味でもチームビルディングは有効そうです。

●あの人の名前を呼べてる？

ところで皆さんは身の回りの人の名前を気持ちよく呼べてますか？実は私は名前を覚えるのも呼ぶのも苦手で……。「あっ、ちよっといい？」とか呼んだりしてしまっ



仲間同士の呼び名を覚えるゲーム「ネームトス」。互いの緊張を解く「アイスブレイク」の効果がある。またボールのやり取りをコミュニケーションの言葉のやり取りと置き換えたとき、投げ方、受け止め方を考えるきっかけにもなる。

●名前を呼び合うゲーム「ネームトス」

最近、チームビルディングに関する研修に参加することがあるのですが、研修の初

期の段階で「名前を呼び合うプログラム「ネームトス」」を行うことが多いです。まず参加者十人くらいで円になり、それぞれが「自分の呼ばれたい呼び名」を皆に伝えます。その後誰かが柔らかいボールなど持って、そのボールを、好きな人に向かって呼び名を呼びながら丁寧に投げ渡します。これをどんどん繰り返していきま

す。慣れてきたら徐々にボール数を増やしたりして難易度を上げていきます。このネームトスを行うと、一気に参加者の名前が覚えられ、参加者同士の関係性の距離が縮む感じがするんです。お互いの名前を覚えていて呼び合える、心理的に安全なグループの第一歩ですよ。また、「呼ばれたい名で」ってところが大切です。名前ってとても大事なもので、その人の呼び名を大事にするってことは、その人自身を大事にすることにつながります。

私も、アカデミー入学生の交流会などで、ネームトスを何度かやってみたところ、その後のグループ内のコミュニケーション量が増え、笑顔で和やかに会話をしている雰囲気になりました。すごく大切なことだなあと感じました。

これからの季節、森や川など野外活動も増えると、いろんな危険も伴いますね。ちよっとした声掛けの躊躇が事故につながる。当たり前のことだけど、普段から気軽に呼び合える関係性が大事になってきます。