



## 【目次】

1. 「第29回 定例会」ダイジェスト報告  
(2018年1月18日開催)
2. 次回「第30回定例会」開催のご案内  
平成30年3月2日(金) 13:00~16:40  
於；日比谷図書文化館
3. 会員募集のご案内



(定例会の様子)

### 【1. 第29回 定例会；ダイジェスト報告】

日 時：2018年1月18日(木) 13:00~16:40

場 所：日比谷図書文化館

参加者数：32名(講演者を含む)

※ 今回の講演資料およびメールマガジンのバックナンバーは以下からご覧いただけます。

<https://resiliencej.wordpress.com/mailmag/>

(講演資料はバックナンバー・ページ右側帯「最近の投稿」欄にあります。)

### <定例会内容>

- (1) 13:00~14:00 『レジリエンスを高める暗闇での企業研修  
：ダイアログエマージェンシーワークショップ』  
志村季世恵・志村真介 [ダイアログ・イン・ザ・ダーク](#)

#### 〔講演者抄録〕



〔志村季世恵 氏〕

■ ダイアログ・イン・ザ・ダーク (DID) とは  
ダイアログ・イン・ザ・ダーク (<http://www.dialoginthedark.com/>)は、1988年に真っ暗闇のソーシャルエンターテイメントとしてドイツで生まれました。参加者は、完全に光を遮断した空間の中へグループを組んで入り、視覚障がい者のアテンションのもと、さまざまなアクティビティを体験するプログラムです。すでに世界42か国、130都市、800万人以上が体験。日常では簡単にできる作業が、暗闇では出来ません。視覚以外の五感、声でのコミュニケーションを通して、体験者は先入観にとらわれないさまざまな気づきを得ることができます。このDIDプログラムを

「コミュニケーション向上」「チームビルディング」「イノベーション能力向上」「リーダーシップ養成」「ダイバーシティ推進」「レジリエンスを高める」などの目的で、既に 700 社を超える企業が研修として導入し注目されています。



### ● 緊急災害時のトレーニングとしてのエマージェンシーワークショップ



〔志村真介 氏〕

それは 2011 年 2 月 22 日。ニュージーランド沖に起きた地震 (M6.1) のニュースをご覧になった森ビル・森稔会長からの一本の電話でした。「きっと日本にも起きる。その時にどう対応したら最小限の被害に防ぐことが出来るのか考え行動するワークショップを作りなさい」と。実際にその三週間後に起きた 3.11。私たちは必死でこの緊急災害時のプログラムを作りました。そしてレジリエンス力を身につけるためのプログラム【ダイアログ・エマージェンシーワークショップ】を震災後、わずか 2 か月後の 5 月、六本木森タワーアカデミーヒルズで発表しスタートしました。

### ● 災害時に最も必要な要素を秘めるこのワーク

長く続く困難をポジティブに変えてきたレジリエンス力の高い視覚障がい者との「暗闇」の中で出会う。大切なことは防災、減災だけでなく「しなやかな力」「助け合い」「シェアする力」を養成します。非常事態となる環境を暗闇内に設え、チームメンバーと協力し、様々な課題に取り組んでいきます。

このワークショップの特徴は①普段通りの力を発揮できない想定外の暗闇②知恵ある人々との出会い③想定外の環境で冷静に自分を見つめる④正確な情報のやり取りと他者との協力など、短時間で同時に経験することで緊急災害時のコミュニケーション、リーダーシップだけではなく日常の関係性の構築などに効果があります。



〔質疑応答〕

なお、このエマージェンシーワークショップの体験会を開催しています。詳しくは以下をご参照くださいませ。

<http://www.dialoginthedark.com/event/details.html?no=2240>

➡ 講演資料は講演者のご厚意により協会 HP に掲載させていただいております。

### (2) 14:00~15:30 『ダイバーシティとレジリエンス』

小林美佐子 一般社団法人日本ポジティブ教育協会理事

<http://www.j-pea.org/>

〔講演者抄録〕

● 本日はダイバーシティとレジリエンスについてお話をさせていただきました。私は現在早稲田大学で大学院生と大学の仕事をしながら、日本ポジティブ教育協会ですべての年齢層から高齢者まで、さまざまな方へ予防的なレジリエンス教育を行っていま



す（レジリエンスとは心理学では精神的回復力や逆境力と言われ、いくつからでも育てることができる心の力です）。そこで今回は教育分野におけるダイバーシティとして、2017年に「ダイバーシティ宣言」を公表した早稲田大学のダイバーシティ推進の取り組みを、「スチューデントダイバーシティセンター」を中心にご紹介させていただきました。そしてダイバーシティ（多様性）を多面的に捉えるために、昆虫や粉体の研究もご紹介しました。さらに大学生や就労支援NPOで行ったレジリエンス・プログラムの結果と効果もお伝えし、組織や地域、社会のダイバーシティ推進と、個人のレジリエンスとの関連についてお話ししました。



- 早稲田大学は学生およそ5万人（外国人留学生は約5000人）と、教職員1万人で構成されています。学生の多様性を支援する「スチューデントダイバーシティセンター」は、「障がい学生支援室」、「異文化交流センター」、「GS（ジェンダー・セクシュアリティ）センター」から成り、①大学生生活全般において不利益を被りうる多様なマイノリティー学生が安心して学業に専念できる学生生活環境の確保、②大学に集う全構成員が多様な価値観や生き方を受容するキャンパスづくりの推進、という2つの理念に沿った具体的取り組みをしています。

- 多様性（障がい、国籍、エスニシティ、性別、性的指向、性自認、信条、年齢、健康等）は、可視化できる部分はほんの一部であることから、氷山に例えられることがあります。そして、可視化できない多様性の自己理解や自己受容が困難な場合は、自尊感情や自己肯定感の低下などメンタルへの影響もあるため、レジリエンスは極めて重要な要因です。ダイバーシティ（多様性）の重要性については昆虫や粉体などの研究からも明らかになっています。どの研究結果も人間行動に置き換えられる知見と言えるでしょう。（研究の詳細は添付のスライドをご参照ください。）

- 美術専攻大学生対象に予防教育として行ったレジリエンス・プログラムでは、レジリエンス、自尊感情、自己効力感が有意に向上しました。特にレジリエンスが低い学生の伸び率が有意に上昇しました。また、引きこもりや発達障がいの就労支援NPOでもプログラムを実施していますが、まったく声を出さなかった方が大きな声で話せるようになったり、笑顔が出るようになってきました。また、「講座を受けてから生活の質が上がったと心から思う。」と好奇心を持って主体的にプログラムに参加する方や、就労支援の段階が上がった方もいらっしゃり、じわじわとプログラムによる効果が出てきている状態です。



日本ポジティブ教育協会の「レジリエンス・プログラム」では、さまざまな方向からのアプローチでレジリエンスを高めていきます。ワークショップやプログラムに参加した高校生、大学生、大学生アスリート、PTAのお母さま方からの感想からも、有効性がお分かりいただけると思います。（感想はスライドをご参照ください。）

- 今後、日本は少子高齢化がさらに進みます。多様な個人が日本を支えていかななくてはなりません。そのためダイバーシティ推進は不可欠です。広がるダイバーシティの中で、個人がレジリエンスを高めて成長

することで、多様な個人の活躍が期待できます。すなわち個人のレジリエンスを高めることが組織や地域、社会を強くすることに繋がります。一方で組織や地域、社会は、マイノリティーを除外すればもろく崩れる危険性があることを強く認識し、長期的存続の観点でダイバーシティを推進することが必要でしょう。

- 当日ご参加いただいた皆さまに、グループで「ダイバーシティ（多様性）」について話し合っていたいただいた内容もスライドに追加いたしました。



講演資料は講演者のご厚意により協会 HP に掲載させていただいております。

### （3） 15:40～16:40 『チームレジリエンスを高めるコーチングワーク』

井田浩正・平賀恵美 [SOMPO リスケアマネジメント \(株\) ヘルスケア事業本部](#)

〔講演者抄録〕

- チームレジリエンスを高める上で、最も基本的で重要な要素の一つはチーム風土にあるといえます。2011年に開催された女子のサッカーワールドカップで優勝を果たし、「レジリエントチーム」と称賛されたなでしこ JAPAN や、箱根駅伝で4年連続4度目の総合優勝を果たした青山学院大学の成果は、それぞれが



有する独特のチーム風土と強く関連していることがうかがえます。すなわち、チームメンバー間に信頼関係があり、自己開示が許容されている、メンバーそれぞれの気づきや強みが共有され、チームとして活用されている、メンバー個々が有する内発的な動機が尊重され、引き出され、チーム力として活用されるのみならず、メンバー個々の成長も促され、成長実感が個人の幸福感につながるようなチーム風土は、個人のみならず、チーム全体のレジリエンス力を高める基盤になります。

〔井田浩正 氏／平賀恵美 氏〕

- チーム風土づくりで参考になる理論の一つとして、アメリカの社会心理学者カート・レヴィンにより提唱された「グループダイナミクス」理論があります。レヴィンは、集団の心理、行動は個人の心理、行動を単に総和したものではなく、個人が集団と関わる中で変化し、その結果として、集団の風土が作り出される点を指摘していますが、レヴィンの理論を踏まえると、レジリエンス力の大きいチームは、チームメンバーがチームと関わりあう中で、それぞれが変化し、その結果として集団としてのレジリエンス力が高められていくと考えることができます。すなわち、チームメンバーによりつくり出された風土が、メンバーの行動、モラル、生産性、レジリエンスにさまざまな効果をもたらすことが期待されます。



- チーム風土づくりで参考になるもう一つの理論として、アメリカの心理学者アルバート・メラビアンが指摘する非言語コミュニケーションがあります。日常生活では、多くの場面で言語によるコミュニケーションが重視されていますが、メラビアンの理論を踏まえると、言語によるコミュニケーションに聴覚や視覚などの非言語コミュニケーションを併用すると、コミュニケーションの有効性が高まる可能性が期待されます。チーム風土の基盤となるチームメンバー間の信頼関係づくりにおいて、メンバー間に存在する心の距離を、より短期間で近づけるための演出効果として、非言語コミュニケーションは有効な手段になる

可能性があります。

- 本セミナーでは、グループダイナミクスが可能な環境で、メンバー相互の自己開示を促すコーチングメソッド、非言語コミュニケーションを組み合わせたワークを行います。



[ミラーリングの実践；中央にいる人と同じポーズ・動きをします。最初はぎこちなかったのですが、すぐに皆さん馴染んで楽しそうにやっていました。短時間で皆さんの心の距離が縮まったようです。]

16:50 閉会

## 【2. 次回『第30回定例会』開催のご案内】

日 時：2018年 3月2日(金) 13:00 - 16:40

場 所：千代田区立 日比谷図書文化館 小ホール 千代田区日比谷公園1番4号  
(大代表) 03-3502-3340

<http://hibiyal.jp/hibiya/access.html>

参加費：会員；無料

一般；3,000円 会費は当日、会場受付でお支払下さい。  
(お釣りが無い様をお願いします。)

- ・領収書が必要な方はその旨お知らせください。当日受付でお渡し致します。
- ・会員からの紹介者は1000円で参加可能です。申込の備考欄に〇〇の紹介とご記入ください。
- ・その他無料招待の該当者がいらっしゃれば、備考欄にその旨お書きください。

事前登録のお願い：会員の方も一般の方も、参加する際には事前登録をお願い致しております。

参加申込登録は以下からどうぞ（協会HPからも申し込いただけます。）

<http://www.kokuchpro.com/event/rrcj20180302/>

<プログラム； 講演者敬称略>

12:40 ～ 受付開始 ～

13:10-14:40 レジリエントな組織を作るための実践的方法に関する講演（仮題）  
林 祐（株式会社 イージスクライシスマネジメント 代表取締役）

14:40-15:00 ～ 休 憩 ～

15:00-16:00 「組織レジリエンス研究会の研究経過について（報告）」  
田代邦幸（レジリエンス協会 組織レジリエンス研究会）  
（株式会社 サイエンスクラフト）

16:00-16:40 「BCM の新しいガイドラインの紹介（BCI Good Practice Guidelines 2018 年版）」  
田代邦幸（株式会社 サイエンスクラフト）

16:40 閉 会

\* プログラムは予告なく変更になることがございますのでご了承ください。

### 【3. 会員募集のお知らせ】

◎ 当協会では会員を募集しております。当協会はレジリエンスに関する情報収集、意見交換の場として各業種、団体等の方々にお気軽に参加いただいている会です。レジリエンスにご興味をお持ちの方は、ぜひ一度定例会に参加いただき、会の活動状況等を実際にご確認いただければと思っています。

（参考）個人会員の年会費は 10,000 円です。年 6 回程度開催予定の定例会・訓練会等の参加費（1 回 3,000 円×6 回）が無料となる他、各研究会（チーム）にも自由に参加することができます。

法人会員（100,000 円／年）もあります。

入会申し込み方法につきましては下記リンク先のページをご参照ください。

<https://resiliencej.wordpress.com/aboutus/application/>

-----  
※レジリエンス協会のメールマガジンは次の方々にお送りしています。

- ① 当協会の会員および会員から紹介のあった方。
- ② 当協会開催のイベントに、申込み・参加された方でメールアドレスをお知らせ頂いた方。
- ③ 当協会の関係者と名刺交換された方で、レジリエンスにご関心があると思われる方。

※ 当協会のメールマガジンにお心当たりがない場合、また講読を中止する場合は、以下までメールにてお知らせください。登録を解除いたします。

「[info@resilience-japan.org](mailto:info@resilience-japan.org)」

※ 本メールマガジンに掲載される記事の著作権は、原則として発行元に帰属します。

引用、転載、雑誌掲載いずれの場合も、本メールマガジンのコンテンツを利用される場合は出典を付記するようお願いいたします。

※ 本メールマガジンに関するお問い合わせは下記までお願いいたします。

発行元：一般社団法人レジリエンス協会

<http://www.resilience-japan.org/>

-----