

No.39 可視化

今回は、「可視化」についての情報提供をします。

ダイアログをしていく中で可視化することは、場を促すことにおいてとても大きな役割を果たしてくれます。本来、言葉は生まれた後にその場からは消えていくものなのですが、それが見えるようにすることで得れる気づきが変わってきます。

ダイアログを日常に取り入れて、自分という人生を歩みたい人が足を踏み出せる、この資料がそんなきっかけになれば嬉しいです。

可視化いう思い出すことがあります。これは加留部 貴行(かるべたかゆき)さんというファシリテーターの大先輩が宴会中に割り箸の袋に描いてく説明してくれたのですが、Aさんが「あ」ということを言った時に「あ」と描くことで、Aさんが言ったのは「あ」だということを見えるようにすること、それが可視化なのだ。

可視化についてまずわかりやすいのは、ダイアログで生まれた言葉を空中で消さないように描いて見えるようにすることです。ただ話すだけだと場から消えてしまう言葉たちも、描いて見えるようにすることでその後の流れに影響を与える可能性が高まります。

あとワードジャングルで付箋に文字やイラストを描き続けることで付箋が重なり山になるのは、脳内の言葉が山になっている状態を表していて、付箋が増えて山になることはつまり、同じように脳内でイメージや言葉が増えていることを表します。

文字やイラスト、イメージを描くことやグラフにすること、線を引いたり丸で囲ったりすることだけでなく、粘土や積木などで状態をカタチにすることも可視化のひとつです。

ここでひとつ注意点というか、人が陥りやすいことがあるのでそれについてお話すると、伝わるという思い込みはすごく強くて、どんなに自信がないって言っている人でも、一度想いを発すれば相手は自分を理解してくれるという期待が生まれることが多いです。はっきりと言葉になる想いでないことが多いようですが。

どうあっても前提は自分と相手との価値観やモノの見方、受けとめ方は違います。空中で言葉を投げ合うよりも可視化した方が断然伝わるのですが、例えば「普通」という言葉が描かれたとして、「普通」という言葉は伝わることになるのですが、その意味がそれぞれ存在する、なので結果的には伝わったつもりの可能性が高い、ということは忘れないようにしてください。

正しさは人の数だけあるので、どんなに言葉が伝わってもそれぞれで受けとる意味が変わってきます。なので、そこ言葉やイメージの向こう側にあるも、それは相手においても自分においてもですが、それもまた探求しながらダイアログを行えば、より深い気づきを手にすることになるのです。

それと、可視化するのは清書のようにまとめてキレイに書くのではなく、話している流れを描くように可視化してください。話の内容を全部書き記すことはする必要ないので、話を聴いている中で内容を要約したり、思いついたことを描いてみたりと自由に可視化してみてください。

といっても素直にできる人と、でもって人がいますよね。そういう人のためにひとつ質問を投げかけてみます。

可視化してわかりやすくするのは、何のためだと思いますか？

あなたの字がキレイだということを褒めてもらうためですか？

そんなことはないですよ。意地悪な質問でごめんなさい。褒めてもらいたい気持ちや、字が汚いからって気持ちも大いにあるでしょうが、可視化の目的は、ダイアログで生まれた言葉やイメージを見えるようにしてダイアログを促すことです。議事録にも使うことはありますが、まずはダイアログしている最中に活かすために可視化するのです。

その目的からするとキレイであるかキレイでないかではなく、相手に見えやすい字やイラストであるかどうか、ということになるで、少し大きめにゆっくり描くとか、そんな気遣いさえすれば、相手もあなたも、それを見直すことでダイアログが促されます。

コミュニケーションは言動を受けとることだけではなく、その向こうにある感情や価値観などを理解することが大切です。表現の向こう側にあるものに気づき、それに寄り添うからお互いにとって必要な気づきや学びを得れるのです。それを行うのがダイアログであり、だからこそきちんとダイアログできた後には、とても良い関係性を相手とむすぶことが可能です。

可視化で重要なことはまず遊び心であり、でも、言葉やイメージを見える化させた満足感で終わらないこと、それも重要です。その先にある感情や価値観など、きちんと相手に沿うことを忘れずに、ダイアログがより心が躍る楽しいものとなるようにと、まずは遊び心を持って可視化してみてください。

それでは最後に、どのようにダイアログの場面で可視化を活かすのか、その話をしたいと思います。

まずは2人の間にA3、なければA4の用紙を置きます。もっと人数が多ければ模造紙のようにみんなで書き込める紙を準備してください。それと3色以上、黒以外のペンや色えんぴつを準備します。

あとはダイアログしながら同時に描いていく、ただそれだけです。相手に見える程度の字の大きさで、とにかく自由に描いていきます。まずは、相手が発した言葉で気になったもの、そしてそれを聴いたことで自分の中に生まれた言葉など。

イラストですべてを表しても構いません。何のイラストかわからなければ訊かれるはずなので、それはそれでまた探求のきっかけになりますし。まず自分が率先して行うことで、「自由に描いてもいいんだ」という気持ちを相手に届けてください。

ひとつ気をつけることとしては、描くことばかりに夢中になって耳が相手に傾かなくなることです。ある程度の関係性があれば、何か考えているんだろうなって思ってもらえるでしょ

うが、まだ関係性が構築されてないのであれば、「この人、全然話を聴いてくれてない」ってことにもなりかねません。

なので、基本相手の話す姿や目を見ながら、描く時に紙に目線を持っていく、最初はそれくらいがオススメです。ちなみに、話の内容をちゃんと可視化すれば、「ちゃんと聴いてくれている」という安心感も生まれてくるので、まだ未体験の人はぜひ、誰かとのダイアログの時、何気なく紙を置いて、何気なく落書きしている、そんな感じで可視化してみてください。

あなたは、どんな気分でダイアログしたいですか？

もし、楽しい気分でダイアログしたい人は、可視化すること、それが楽しいダイアログの場をつくるために導入できる、1番簡単でとても効果的なものですよ。

今回は「No.39 可視化」のお話をしました。次回は「No.40 役割」の話をします。

ダイアログのススメは、ダイアログを日常に取り入れたり、ダイアログの場をつくったりする仲間たちと一緒にダイアログを学び合うためのコミュニティです。僕も含めたメンバーそれぞれが実践し、それを共有し合いながらまた実践し、それによってダイアログへの理解をより深めていく、そんな環境をつくるために一步一步進んでいるところです。

ぜひメンバーと一緒に、ダイアログ学び合う環境をつくっていきましょう。

ダイアログの教科書 No.39 可視化

投稿日 2015/05/27・最終更新日 2015/05/27

