

場の活かし方

今回は、「場の活かし方」についての情報提供をします。

ダイアログをするうえで場を選ぶことはとても重要です。本音が話しやすい場もあれば、つい自分を守って建前だらけになってしまう場など、場をどう選ぶかでダイアログの結果も大きく変わってきます。でも実は、そんなに難しいことではないのです。場が目的に沿ってさえすれば大丈夫。

ダイアログを日常に取り入れて、自分が安心して本音を話せる環境をつくりたい人が1歩を踏み出せる、この資料がそんなきっかけになれば嬉しいです。

まずはじめに、今回は場と言っても「空間」としての場の話をしていくのですが、そもそもダメな場なんてありません。場の要素が目的に沿いさえすれば、どんな場でもダイアログの目的は果たせます。もしうまくいかないと、「あそこでやったからダメだった」とか思ってしまうかもしれませんが、それこそダメなのではなく、場が目的に沿ってなかった、ただそれだけのことなのです。

例えば僕は、「そこに来れば自然と変われる環境」や「主体的に学び合える環境」のためにダイアログの場をつくっているので、「その場に来れば、自然と本音を話せること」基本的にそんな場をつくることを目的としています。なので、本音を出しやすい環境を常に探すのですが、自分の中では人工物が少ない空間や自然の中で話すことを選択することが多いです。

自分で場を探すときは、ネットで写真や地図を見ながら探すのですが、それがもし会議室だとしても、窓の外に緑が見えるとか、内装が木目や塗り壁など、有機質なものは視界に入る場を選ぶことが多いです。それに部屋の色合いが白すぎる空間は僕は選びません。ある程度木の色があるところを選ぶことが多いですね。

それに、ひとことで白と言っても赤っぽい暖色系の白と青っぽい寒色系の白があります。これは建築の仕事をしてきたことで持っている経験なのですが、今の建物に多く使われているクロスを選ぶのに、同じ白でもたくさんたくさんサンプルがありまして、白い色のクロスといっても数ある中から選ぶのはなかなか大変な作業なのです。

その経験もあって、白いクロスの壁の空間であれば、僕は赤っぽい暖色系の白を選びます。可能な限り家に近い感じの雰囲気を持っている場であったり、どこか懐かしさを感じる場であったり、感覚な部分の方が多いですが、そんな風に僕は場を選んでいきます。

それと実際に見に行き確認できるのであれば、部屋の中で空気がきちんと流れているか、空間によどみがないか、部屋の隅に近寄りながら判断しています。わかりやすい判断の仕方としては、隅に向かって立ちながら手を叩いたり指を鳴らしたりして、音の響きで確認しています。

カーテンなど、音を吸収するものがあれば音は変わってきますが、実際にあまり変わらない空間でも実際にやってみると音の響きが違ったりするので、よかったらどこかで試してみてください。

ダイアログをする相手の未来を象徴する場というのもひとつの切り口です。普段はチェーン店で珈琲を飲んでるけど、実はこんなお店に行ける自分でありたいという思いがあるのであれば、そんな店を選んでダイアログをしてみるとか、お城のような空間で過ごす自分を描くのであれば、そんな空間を探してみたり。あなたの未来を象徴する場所でも大丈夫ですよ。とにかく目的が大切なので。

単純に壁があるかないか、それによってもダイアログの内容は変わってきます。人に言えないネガティブな内容をダイアログするのであれば、絶対に人に聴かれていないことが伝わるクローズドでなおかつ話しやすさのある場がいいでしょうし、自分の夢や希望を無制限に開放するのであれば、自然豊かな公園の芝生広場などいいでしょうね。

僕は散歩でダイアログというダイアログセッションを行っていて、その時は相手の好きな場所を歩きながらゆっくりとダイアログしていきます。好きな公園であったり、好きな街であったり、山を登りながらダイアログをした時もありました。散歩でダイアログの目的は、自分の持っている才能や経験に目を向けることなので、心地よい気分で過ごせる環境でリラックスしてゆっくりダイアログができる場、それが必要になるのです。

またひとつ別の切り口として、日頃過ごしている安全領域の中で話すのか、それと安全領域を出て真っ新しい環境の中で話すのか。このふたつの状況は、想像しただけでも話す内容が変わってくると思うくらいなのですが、実際に比べてみても話の内容に確実に変化をもたらすのです。

僕は本音にふれやすい環境をつくるのに、安全領域を出て僕の旅へ合流することを呼びかけています。自分の住み慣れた街を出て話すだけで、話せる内容が自然と変わってくるのです。それが他県であればより変化があり、他国であればとても大きな変化をもたらしてくれます。

それはどうしてかと考えた時、いわゆるパラダイムシフト、思考の枠を動かす状態を物理的に起こしているということに気がつきました。僕の今の生活がまさにそうで、いろんな街を旅しながら生活し、そこでいろんな人でダイアログすることで自分の中にある当たり前がどんどん崩れていって。

でもその当たり前が崩れていく中に、変わらない自分もいるんです。その自分にしっかりと目を向けて話すと、僕は人が変わっても話が続いているという不思議な体験をしはじめました。変わらない自分、つまりそれが自分の素であり、そこから出る音が本音なのだと思います。僕の旅はそんな風に素の自分に出逢うことから始まり、それを繰り返しながら仲間とダイアログを続けています。

それもあって、この先、他県で旅に合流してもらったり、海外に日本から訪ねてもらってと、旅に合流することで安全領域を出てダイアログすること、そんなダイアログの時間を体験できるような企画もどんどん増やしていきたいなと思っているところで、実際にその体験が重なれば、場に対しての可能性がまた広がっていくと信じています。

結局どこまでいっても知識は知識であり、体験は体験です。やったことのない100の知識も大切ですが、僕は1つや2つでも自分が体験したものの方が大切だと思っています。その理由は、僕は単純だからまず実行できる程度の知識を得て、実際にやってみての反省でまた2度目を行い、また必要な知識を得るという流れの中で生きてきたので。でも逆に体験する前に知識を詰め込めないというのもあるのですが。

可能な限り実際に体験して、できない部分はそれを体験している人と情報を共有したりしながら今日まで生きてきました。それは誰もが同じことをしているはずで、可能性は無限に

広がってはいますが僕らの持つ時間は有限で、すべてを決めつけずに行動できる訳ではないので、これからも少しずつ少しずつチャレンジしながら自分のものにしていくつもりです。

そんな限られた時間の中で大きな発見を得たり、世界を広げたい時には、対極な場ほど逆に、実際に選んでみると大きな学びがありそうですね。自分の苦手な人は世界を受け容れれば広げてくれますし、これは場においても同じことだと思います。

もし、実際に体験した結果として失敗が怖い人は、どうなると失敗なのか、失敗の定義をきちんと書き出したりしてから始めてみてください。ものすごく高いハードルを掲げているか、もしくは書いてみるとそんなに失敗って基準がなかったってことに気がつきますよ。

とにかく、場の要素が目的に沿いさえすれば、どんな場でもダイアログの目的は果たせます。なのでまずは、あなたのもともとの体験や今回の情報をもとに、場に対してまた少し考える時間や体験する時間を持ってみてください。視点を変えて日常を見つめ直すだけで、あなたはいろんなところで場を活かして毎日を過ごしているはずです。

今回は「場の活かし方」のお話をしました。次回は「心の開き方」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。

なのでぜひ、今回の内容で感じたことや気づきなど、みんなのダイアログで共有してください。それをもとにまたいろんな気づきが生まれるはずです。

それと、

「こんなことを実践しようと思う！」

「こんな実践をしてみたよ。」

といったことの共有の場にもしてください。そうすることで、投稿したあなたが1番学びを得ることになりますので。

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。

みんなのダイアログ

<http://cobaken.net/webdialog/index.php?qa>

ダイアログの教科書 35. 場の活かし方

投稿日 2015/04/29 ・ 最終更新日 2015/04/29

発行 COBAKEN LIFESTYLE LABO <http://cobaken.net>