
LEADERSHIP CHALLENGE

大隈塾 LC レポート vol.05

大隈塾リーダーシップ・チャレンジは7月4日（土）、2020年度第4回を開催いたしました。今回はクリエイティブ・ファシリテーターの山田夏子さんを迎え、「感性開発」のワークショップを行いました。

2020年7月4日（土）13:45～17:10（Zoomを使ったオンライン講義）

大隈塾 LC 第4回 ワークショップ「感性開発」（グラフィック・ファシリテーション）

講師：山田夏子さん（クリエイティブ・ファシリテーター 株式会社しごと総合研究所代表取締役）

【このコンテンツの目的】 =====

- ・自分の中に放っておいた感性をオンラインで目覚めさせる
- ・その感性で、オンラインでも対話を深める
- ・オンラインでの会議、プレゼンテーションの効果を上げる
- ・オンラインで生じるモヤモヤ、解消できない感情の奥のニーズに気付く
- ・同僚、部下、上司とのコミュニケーションをなめらかにする

=====

この講義は実際に手を動かして行うワークを行うため、受講生・スタッフ一同ポスターカラーやプロッキーなどのマジックと白紙を用意して臨みました。

まず冒頭、講師からニックネームで呼び合うルールの確認が行われ、全員 Zoom の表記をニックネーム（本名）に。せっかくあだ名をつけたのだから、実際に使わないともったいないということで、それぞれのニックネームをみんなで呼ぶというアイスブレイクから。シンプルに本名を使った人もいれば、ひねったニックネームを考えた人もいて笑いを誘いました（しゃん、うみんちゅ etc）。山田夏子さん（なっちゃん）としごと総研の伊澤祐美さん（おゆみ）が積極的に全員をニックネームで呼んでくれたため、より距離が縮まりました。

グラフィック・ファシリテーションは言葉以前の無意識をつかまえて、色や絵で表現していく技術。久しく使っていなかったであろう芸術的感性を呼び起こすワークを実践しました。絵にはその人の個性が如実に出るため、話をするだけでは分からなかった、新たな一面を知

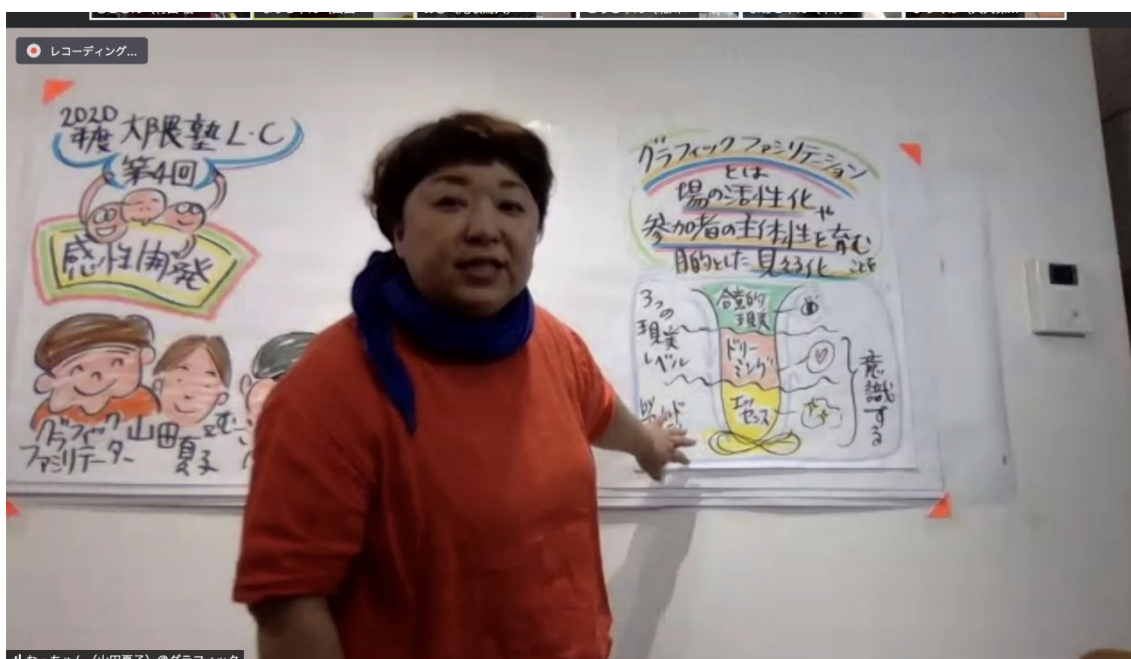
ることができました。

講義中、現代社会を生きる上で「感度のツマミ」を自由に上げ下げする能力の重要性が語られました。過酷な状況においては感度を低くしないと、ストレスに耐えきれません。しかし、感度のツマミを下げたままでは、クリエイティブな発想も生まれません。ストレスフルな日常生活の中で下がりきった感度を上げるために、自然や芸術、好きなものに没頭する時間が必要なのです。

「五感を使うこと」は大隈塾LCの大きなテーマです。今回の講義も受講生の感性をおおいに刺激することができました。

ワークショップ「感性開発」(グラフィック・ファシリテーション)

講師：山田夏子さん(クリエイティブ・ファシリテーター 株式会社しごと総合研究所代表取締役)



- ・グラフィックファシリテーションとは、場の活性化や参加者の主体性を育むことを目的とした「見える化」。
- ・言葉以前の無意識のものをつかまえて色や絵で起こしていく能力が必要。
- ・アーノルド・ミンデルによる3つの現実の定義
 - 1, 合意的現実(我々がふだんビジネスで使っている領域)
 - 2, ドリーミング(願っていること、思っていること、考えていること) ex.松岡修造

3, エッセンス（言語以前の感覚、赤ちゃんが感じている世界）ex.松木安太郎
グラフィックファシリテーションは2と3を扱う。コミュニケーションが1ばかりだと殺伐としてくる。

- ・我々はすぐに How を求めがち。モヤモヤした感情、感覚を感じ取ることが大事。
- ・オンライン会議は知覚が狭められるので、ストライクゾーンが狭くなる。リアルではなんとなく五感で感じ取れていたノイズ、背景情報が伝わらない。会議の目的を明確にしないと話がぶれてしまう。

- ・会話、議論、対話の違いを認識する。

会話：言葉のキャッチボールが目的

議論：結論を出すことが目的

対話：お互いの背景を理解し合うことが目的

- ・感性と感受性の違い

感性：感情を知覚に変える力。エッセンスを自覚し表現する力。他者に五感を使って共感し、相手を感じて理解し表現する。≠センス：自分で思い描いたことの表現。

感受性：情緒的な感情を起こす力。エッセンスにアクセスする力。

- ・感性を育む方法

0, 自分の中の宇宙を育む

1, 自分は何を感じて、どう思っているかを大事にする

2, お互いの背景を想像して、深く人と話せる対話力をつける

【受講生のレポートより】

社内外、場合により海外とエッセンス（文化や慣習、価値観）が異なる色々な方々と触れあう中で成長していくことを考えると、本講座であった場の活性化や参加者の主体性を育む為に言葉以前の無意識のものを捕まえる感受性と見える化していく能力（感性）の重要性を体系的に再認識致しました。

=====

企業人は、HOW を考える“解決脳”は長けているが、“感性を味わう脳”が未発達。（≡自分のモヤモヤしている感情と向き合うことは二の次で、すぐさま解決策を見つけてしまう。自分のモヤモヤ感性・感情に付き合えない人は、人のモヤモヤ感性・感情にも付き合えない。≡傾聴が苦手な人が多い）。生産性・効率性を追求するビジネスパーソンにとっては、難しい点であるが、中長期的視点に立てば重要であり、これを置き去りにすると、心の豊かさは得られないと学んだ。

=====

所謂ミレニウム世代は、小さい頃から SNS を通じて、ありとあらゆる人から「いいね！」をもらうことが当たり前であり、自分の言動に反応してくれないことにフラストレーションを感じる人が多い。そんな彼らが会社に入って、傾聴が苦手な上司や先輩と仕事をすると、自分の言動に反応してくれないことが、存在意義すら否定されているような錯覚に陥り（どうせ発言しても聞いてくれない、変わらない）、モチベーションが下がり、負のスパイラルに陥ってしまうのではないかと考えた。

オンラインでの会議だと合意的現実が目がいきがちになり、殺伐とした雰囲気になることがある、オンラインでの会議だと聴覚と視覚のみを使用するため知覚が狭められ意識的にアンテナを張り続けるため疲れてしまうといった点は今の自分にも当てはまるなど感じました。オンラインだからこそ利便性が発揮される反面、意識的に感性を養うトレーニングをしておかないと合意的現実だけの人間になってしまうなど改めて感じましたし、常日頃から（勿論業務だけではなくプライベートにおいても）エッセンスを意識し、自分の気持ちを開放していく必要があると気づきました。

「自分が何を感じて、どう思っているのかを大事にする」という言葉が印象的でした。日常生活の中では、特にビジネスにおいて課題解決能力を求められることが多く、自分の素直な感情に向き合うこと、言葉にならない感情にじっくり味わう時間は新鮮でした。同時に、この感情をグループワークの中で共有する体験により、相手に対する親近感が想像以上に沸くことにも驚きでした。自分の今の気持ちを線で表してみるワークで、言葉にならない感情や思いを、思いのほかうまく絵に表わしている自分に驚きがありました。普段は抑えている感情や思い、言葉にするには抵抗があるものも、グラフィックの方が素直に表現できると感じました。

今回の研修では、日常の業務に追われて目の前の課題を解決することから一歩身を引いて、改めて自分の感性を考える機会となりました。日常生活や仕事において自分が合意的現実レベルで物事を考えているということはあまり意識にないのですが、確かに、急に思ったことを自分の言葉で言ってみろと言われると応えられなかったり、人のモヤモヤに居留まれずすぐに解決策を考える方に向かってしまったりすることは、自分の感性や感受性のスイッチがさび付いてしまっていることを示しているのだろうと実感しました。また、物事を早く前に進めようとするあまり合意的現実レベルで物事を考え、エッセンスを軽視しすぎている部分もあるのだろうと感じました。

1対1で実施した「傾聴」のワークにおいて、私が話したエピソードで抱いていた感情が、相手には全く別の感情として捉えられていた。私の伝え方が、かなり相手に対して行間を読ませるような伝え方をしていた点もあったと思うので、今後はより自身の感情面について

も積極的に表現していきたいと思った。また、価値観を人に理解してもらえた時に、こうも嬉しくなるのかという事を肌で感じる事が出来た。様々な場面において、相手の価値観を探り、それに対して共感を示すことをぜひ実践していきたいと思った。

=====
相手の言いたいことを真摯に受け入れる重要性 2人 1組でのお互いの悩みを読み解く講義が非常に自分にとっては大きな気づきになっています。今までは相手の話を聞きながら、相手の気持ちや背景（価値観）までを読み解こうとしていなかったことに気づきました。また逆に自分の悩みを話した時に『自分以上に自分を理解してくれた』ことに対しては鳥肌が立つくらいの感覚になりました。

=====
1対1の傾聴ワークでは、会社生活での悩みについて初めて他者に本音を晒し、フィードバックをもらいました。言葉で表現するのは難しいですが、ワーク後はすごく「ドキドキ」し心臓の鼓動が止まず、不思議な、フワフワとした晴れやかな気持ちになった感覚が今でも残っています（否定せず、受け止めてくれた相手に感謝）。一方で、これまでどれだけ自分が自分の感情に蓋をしてきたかを改めて認識させられました。これから自分がリーダーとして組織形成していく中で、個々のメンバーの本音を引き出し対話・議論出来るような組織風土造りが重要だと感じました。

大隈塾リーダーシップ・チャレンジレポート vol.05

2020年7月15日発行（通算66号）

大隈塾事務局（一般社団法人ストーンスープ）

杉本健太郎 kensugi9999@gmail.com

169-0051 東京都新宿区西早稲田1-9-19 アーバンヒルズ早稲田207

tel:050-3558-7527

mail:ookuma_school@stonesoup.tokyo