

キャリアを考える「場」をつくる (3)

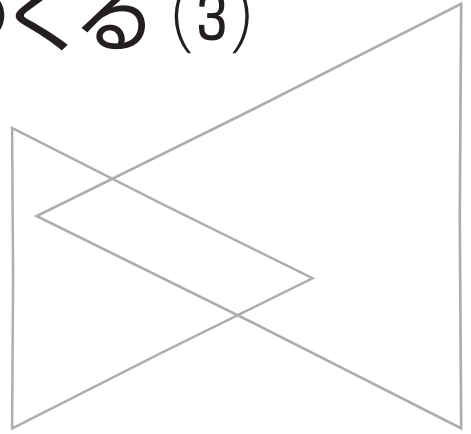
— 語りを支える「聞き手」 —



小野田博之

有限会社キャリアスケープ・コンサルティング 代表

おのだ・ひろゆき ● 経営人事コンサルタント、キャリア・カウンセラー。大学卒業後、新聞社記者、ソフトウェア会社人事教育部等を経て、現職。内的キャリアを自覚した個人と社会的ミッションを自覚した組織の成長、発展の支援を目的とした経営コンサルティング、組織開発／キャリア開発、キャリアをテーマとしたグループワーク、カウンセリング等を行っている。



先回、キャリアを考える場で、自分のことについて理解を深めてからグループで話すことの大切さを説明しました。キャリアについて「語る」ことは、ふだんのグループ・ディスカッションとは異なる意味があります。

人は認識の中で生きている

キャリア・カウンセリングの領域にも、社会構成主義という考え方が広がってきました。詳しい話は専門書に譲るとして、ごく簡単に説明するならば、「人は自分が認識したように世の中、社会を捉え、その文脈の中で生活している」という考え方、世界観といえるでしょう。

キアス・リーブスの現実離れた派手なアクションシーンが印象的だった「マトリックス」という映画がありました。天才ハッカーの主人公は起きているのに夢を見ているような感覚に悩まされ、「今生きているこの世界は、もしかしたら夢なのではないか」という漠然とした違和感を持ちます。

やがて彼は「白ウサギについていけ」というメッセージに導かれ、人類の現実に直面します。ハッカーとして生きている世界はコンピュータシステムによってつくられた仮想現実であり、実際はそのシステムの動力源としてカプセルの中で培養されているのが人類の本当の姿であるということを知ります。かつて現実だと思っていた世界はシステムがカプセルの中の人類に提供している幻想だったのです。

この映画に戦慄するのは、この話があくまでも映画の中の話であって、現実とは違うと否定しきれないからです。私たちは眠っているのかもしれないのですから。

このように、私たちが現実だと認識しているものはそう見えているだけで、別の世界観に則ってみると、全く違って見えてしまうのです。社会構成主義とはこのような考え方といえるでしょう。

物語としてのキャリア

キャリア・カウンセリングでも同様のことが起こります。

「上司には恵まれず、部下も自分勝手なやつばかり。自分一人で苦労してきた……」と話していたのが、自分のことを見つめ直し、語っているうちに、「そういうえば前の上司は親身で今もメールで様子を聞いてくれる。部下のAさんは会議でも援護する発言をしてくれていた。自分だけでやってきたわけではないんですよ……」といったように変化するのです。

自分がどれほど不幸かを証明するかのようになり、そうした場面や出来事を紡いで物語にしていたのが、カウンセラーと話すうちに、そのほかの事実が掘り起こされ、違った見方に気づき、それに合うように新しい場面や出来事が再構成されるのです。語るという行為を通じて新たな物語がその人の中に立ち現れるとでもいえるでしょうか。

こうした現象はグループの中でも起こります。だから「私たちって……だよね」という同調圧力を恐れるのです。もちろんそれらは必ず回避すべきものとは限りません。しかし集団のノリや圧力で生まれた物語では、グループワークのたびに変わってしまうのではないかと危惧します。それを自分の物語とする前に、もう一度、じっくり考えてみてもよいのではないかと思うのです。

きちんと聞く場をつくる

自分の物語を丁寧に考察し、語れるようにするならば、焦らせたり、雰囲気や気をさせたりすることなく、落ち着いて話せる場をつくるのが大切です。語りによって自分の世界を構築していくのですから。

一方で、カウンセリングをしていて思うのは、わたしたちは自分の話をきちんと聞いてもらおうという体験がとてもし少ないことです。十分に自分の気持ちや思いを口にする時間や場所がないのです。そもそもふだんの会話ではそんなに丁寧に聞いていません。暇がないということもありますが、会うごとにそんなに内面を話されては、聞くほうも疲れてしまいます。

グループ・ディスカッションの場では相手の話を聞くというよりは、自分の意見を述べようかと隙をうかがっていたり、賛否の表明や反論のために内容を精査し、批判的に聞いていたりすることがほとんどではないでしょうか？

聞いてもらえたという感じは、出来事にまつわる感情も含めて、話し手の物語をまるまる受けとめてもらえたと思うときに湧いてくるものです。キャリアを考える場では、話すことや話す内容に関心が向きがちですが、聴き合えるようにすることも大切です。聞いてくれる場があること、聞いてくれる人がいるからこそ、自分の思いや考え方を丁寧に話せるからです。

キャリアを考える場が、発言が活発なグループワークであればよいというわけではないというのは、こうした面があるからです。

このように、私たちが現実だと認識しているものはそう見えているだけで、別の世界観に則ってみると、全く違って見えてしまうのです。社会構成主義とはこのような考え方といえるでしょう。

物語としてのキャリア

キャリア・カウンセリングでも同様のことが起こります。

「上司には恵まれず、部下も自分勝手なやつばかり。自分一人で苦労してきた……」と話していたのが、自分のことを見つめ直し、語っているうちに、「そういうえば前の上司は親身で今もメールで様子を聞いてくれる。部下のAさんは会議でも援護する発言をしてくれていた。自分だけでやってきたわけではないんですよ……」といったように変化するのです。

自分がどれほど不幸かを証明するかのようになり、そうした場面や出来事を紡いで物語にしていたのが、カウンセラーと話すうちに、そのほかの事実が掘り起こされ、違った見方に気づき、それに合うように新しい場面や出来事が再構成されるのです。語るという行為を通じて新たな物語がその人の中に立ち現れるとでもいえるでしょうか。

こうした現象はグループの中でも起こります。だから「私たちって……だよね」という同調圧力を恐れるのです。もちろんそれらは必ず回避すべきものとは限りません。しかし集団のノリや圧力で生まれた物語では、グループワークのたびに変わってしまうのではないかと危惧します。それを自分の物語とする前に、もう一度、じっくり考えてみてもよいのではないかと思うのです。

きちんと聞く場をつくる

自分の物語を丁寧に考察し、語れるようにするならば、焦らせたり、雰囲気や気をさせたりすることなく、落ち着いて話せる場をつくるのが大切です。語りによって自分の世界を構築していくのですから。

一方で、カウンセリングをしていて思うのは、わたしたちは自分の話をきちんと聞いてもらおうという体験がとてもし少ないことです。十分に自分の気持ちや思いを口にする時間や場所がないのです。そもそもふだんの会話ではそんなに丁寧に聞いていません。暇がないということもありますが、会うごとにそんなに内面を話されては、聞くほうも疲れてしまいます。

グループ・ディスカッションの場では相手の話を聞くというよりは、自分の意見を述べようかと隙をうかがっていたり、賛否の表明や反論のために内容を精査し、批判的に聞いていたりすることがほとんどではないでしょうか？

聞いてもらえたという感じは、出来事にまつわる感情も含めて、話し手の物語をまるまる受けとめてもらえたと思うときに湧いてくるものです。キャリアを考える場では、話すことや話す内容に関心が向きがちですが、聴き合えるようにすることも大切です。聞いてくれる場があること、聞いてくれる人がいるからこそ、自分の思いや考え方を丁寧に話せるからです。

キャリアを考える場が、発言が活発なグループワークであればよいというわけではないというのは、こうした面があるからです。

きちんと聞く場をつくる

自分の物語を丁寧に考察し、語れるようにするならば、焦らせたり、雰囲気や気をさせたりすることなく、落ち着いて話せる場をつくるのが大切です。語りによって自分の世界を構築していくのですから。

一方で、カウンセリングをしていて思うのは、わたしたちは自分の話をきちんと聞いてもらおうという体験がとてもし少ないことです。十分に自分の気持ちや思いを口にする時間や場所がないのです。そもそもふだんの会話ではそんなに丁寧に聞いていません。暇がないということもありますが、会うごとにそんなに内面を話されては、聞くほうも疲れてしまいます。

グループ・ディスカッションの場では相手の話を聞くというよりは、自分の意見を述べようかと隙をうかがっていたり、賛否の表明や反論のために内容を精査し、批判的に聞いていたりすることがほとんどではないでしょうか？

聞いてもらえたという感じは、出来事にまつわる感情も含めて、話し手の物語をまるまる受けとめてもらえたと思うときに湧いてくるものです。キャリアを考える場では、話すことや話す内容に関心が向きがちですが、聴き合えるようにすることも大切です。聞いてくれる場があること、聞いてくれる人がいるからこそ、自分の思いや考え方を丁寧に話せるからです。

キャリアを考える場が、発言が活発なグループワークであればよいというわけではないというのは、こうした面があるからです。

きちんと聞く場をつくる

自分の物語を丁寧に考察し、語れるようにするならば、焦らせたり、雰囲気や気をさせたりすることなく、落ち着いて話せる場をつくるのが大切です。語りによって自分の世界を構築していくのですから。

一方で、カウンセリングをしていて思うのは、わたしたちは自分の話をきちんと聞いてもらおうという体験がとてもし少ないことです。十分に自分の気持ちや思いを口にする時間や場所がないのです。そもそもふだんの会話ではそんなに丁寧に聞いていません。暇がないということもありますが、会うごとにそんなに内面を話されては、聞くほうも疲れてしまいます。

グループ・ディスカッションの場では相手の話を聞くというよりは、自分の意見を述べようかと隙をうかがっていたり、賛否の表明や反論のために内容を精査し、批判的に聞いていたりすることがほとんどではないでしょうか？

聞いてもらえたという感じは、出来事にまつわる感情も含めて、話し手の物語をまるまる受けとめてもらえたと思うときに湧いてくるものです。キャリアを考える場では、話すことや話す内容に関心が向きがちですが、聴き合えるようにすることも大切です。聞いてくれる場があること、聞いてくれる人がいるからこそ、自分の思いや考え方を丁寧に話せるからです。

キャリアを考える場が、発言が活発なグループワークであればよいというわけではないというのは、こうした面があるからです。

きちんと聞く場をつくる

自分の物語を丁寧に考察し、語れるようにするならば、焦らせたり、雰囲気や気をさせたりすることなく、落ち着いて話せる場をつくるのが大切です。語りによって自分の世界を構築していくのですから。

一方で、カウンセリングをしていて思うのは、わたしたちは自分の話をきちんと聞いてもらおうという体験がとてもし少ないことです。十分に自分の気持ちや思いを口にする時間や場所がないのです。そもそもふだんの会話ではそんなに丁寧に聞いていません。暇がないということもありますが、会うごとにそんなに内面を話されては、聞くほうも疲れてしまいます。

グループ・ディスカッションの場では相手の話を聞くというよりは、自分の意見を述べようかと隙をうかがっていたり、賛否の表明や反論のために内容を精査し、批判的に聞いていたりすることがほとんどではないでしょうか？

聞いてもらえたという感じは、出来事にまつわる感情も含めて、話し手の物語をまるまる受けとめてもらえたと思うときに湧いてくるものです。キャリアを考える場では、話すことや話す内容に関心が向きがちですが、聴き合えるようにすることも大切です。聞いてくれる場があること、聞いてくれる人がいるからこそ、自分の思いや考え方を丁寧に話せるからです。

キャリアを考える場が、発言が活発なグループワークであればよいというわけではないというのは、こうした面があるからです。