

経営のヒント197 あなたの「ストーリー・テリング」はどのパターンですか？

ストーリー・テリング

Tさんは、いつも思っていました。「私は不幸の星に生まれてきた」と。何をしてもし失敗したりぱっとしないのです。ですから「自分はだめだ」と強く思っていました。周りの人も自分をあざ笑っているのではないかと不安な気持ちでいっぱいです。世の中のあらゆることが自分を失敗させるよう仕向けられているようにすら感じました。こうして、何をすることも積極的になれず、中途半端なアイデアしか浮かばず、中途半端な行動しかできません。そして失敗する悪循環です。

「自分はどうしてだめなんだろう」 Tさんは悩んでいました。

しかし、ある日「ワールド・カフェ・ダイアログ」というセッションに参加しました。

4~5人ほどのテーブルについた人たちの間で、心にあることを語り、ある時間を過ぎると、テーブルを変え、又4~5人とじっくりと話しをする。そして、大勢の人たちと語り合うというものです。

Tさんは他の人の話を聞きながら思いました。「大変なのは私だけではない。みんな大変なんだ。でも、どうしてあんなに前向きに振る舞えるのかだろう？」

Tさんは思い切って自分の悩みを話し、どうすればもっと前向きになれるのかを聞いてみました。

ある人が言いました。「外からはそういうふうに見えないけど、Tさんはなぜそう思うのでしょうか？」

又ある人はこう話しました。「私は上手くいく時も、いかない時も、何事も『学習』だと思っています。学習者の視点で見れば、どんなに大変なことがあっても、それは学習の機会だと考えられます。その時うまくいなくても、なぜうまくいかなかったのかを考え、次回に活かします。それを積み重ねて行ったら、うまくいくようになっていきました。でも、学習者として物事を捉えると、どんなにうまくいっても浮かれることはありません。成功したらなぜうまくいったか、次はどのようなチャレンジに取り組むか、と考えるからです。人生、いくつになっても学び続ける『生涯学習者』ですよ」

ストーリー・テリング

最近、リーダーシップ研修などで、自らの半生や過去の出来事を振り返ってストーリーとして「ストーリー・テリング」の手法がよく使われるようになりました。

ストーリーを語る時のコツは、映画の脚本のように筋を作ることです。

著名な脚本家のジョセフ・キャンベルは、映画の筋書きにはいくつかの基本的な「原型」があると指摘します。その典型の1つが「ヒーローの成長を描く物語」です。「指輪物語」(ロード・オブ・ザ・リング)や「スター・ウォーズ」などでおなじみですが、「主人公の若者が故郷を離れて旅に出て、仲間と出会い、さまざまな試練を通じて人間的に成長し、敵を倒して勝利を収め、故郷に帰る」というものです。

あなたも、何か試練があってそれを乗り越えた経験はないでしょうか？

その体験を「ヒーロー・ヒロイン」の筋書きに乗せて語るすることができます。(自慢話が苦手な人は少しいやかもしれませんが、ここでは異なる筋書き、異なるストーリーが違う見方を引き出すことを実感する目的で行います)

脚本の原型は「ヒーロー・ヒロイン」型には限りません。

例えば、「自分はあいつのせいでいつもしいたげられる思いばかりしている」といったような「犠牲者」のストーリーもよく見られます。

この視点で見ると、自分に降りかかる悪いことばかりいろいろと思い起されます。そこで関与した人への復讐すら感じることもあるでしょう(この筋書きは、しばしば「ヒーロー」の筋書きの裏返しです)

数々のシナリオ・プランニングを手がけ『シンクロニティ』出現する未来』などを編集したベティ・スー・フラーズは、「学習者」のストーリーを提案します。

「学習者」のストーリーというのは、大きな目的を持っています。

いいことが起こっても、悪いことが起こっても、「このことは、自分のもつ目的達成に欠かせない成長のために、きっと意味があるだろう」と考えます。

自分の半生を振り返って、「ヒーロー」、「犠牲者」、「学習者」のそれぞれの筋書きでストーリーを語ってみてください。

おそらく、それぞれ違ったストーリーが展開されることでしょう。

脚本は自分の過去に起こったさまざまな事実の中から、異なる組み合わせを引き寄せてストーリーを展開させます。さらに、同じエピソードでも、どんな筋書きをベースにするかで、事実の解釈の仕方もずいぶんと変わってくるものです。

Tさんの例に話を戻すと、「学習者」という言葉がTさんの中に残りました。

これを転機にTさんは学習者の視点で自分の行動を見るようにしてみました。

すぐ、教えてもらったとおりに振り返りをするようにしました。

ありのままを観察する

振り返りの重要なポイントは、ありのままに見る事です。

Tさんも自分の思い込みは脇に置いて、起こったことをできるだけそのままに観察してみました。

その結果、思っていたほど自分の行動の結果は悪くないことや、どうい状況でうまくいかないかなどがわかってきました。又、他の人がどう思っているかを勝手に解釈せず、聞いてみるようにしました。

そうしたら、意外にも自分の行動に感謝してくれる人もいることがわかったのです。

このような振り返りと改善の習慣がつくにつれて結果もよくなり、自信も出てきました。

前のように尻込みすることもなくなって、いろいろなことに好奇心を覚えるようになりました。

Tさんは今ではこう思っています。

「学習って勉強のことかと思っていたけど、自分自身をありのままに見つめ直すことなのか」と、世の中に生まれつきだめな人間などいません。

周囲の環境がだめな行動をとらせることもあります。そのような環境との関係も自分で変えることができます。

自分を責めず、他人を責めず、なりたい自分をイメージしながら環境の構造を変え、学習を積み重ねれば、誰だって理想の自分に近づいていくことができます。

「システム思考教本」枝廣淳子・小田理一郎、東洋経済新報社より参照

<経営のヒント>

視点のフレーム

自分の人生をどんな筋書きと捉えるかでストーリーは変わります。

自分の語りたい、人生のストーリーを見つけ出しましょう

自分のなりたいようになれるのです！

あなたはヒーロー・ヒロインですか？

それとも犠牲者ですか？

常に成長・発展していく学習者ですか？