



三鷹市地域福祉ファンリテーター フォローアップ講座29

「共感」をつくる活動の進め方：  
自分たちの「思い」をつなげていくには

## プログラム

日時：平成30年3月7日（水）

午後1時～4時

（3時30分～4時は情報交換タイム）

会場：三鷹ネットワーク大学AB教室

講師：首都大学東京 都市教養学部准教授

室田 信一氏

### 本日の予定

- 午後1時 開会
- 午後1時 講義と演習の時間
- 午後3時25分 アンケート記入
- 午後3時30分 情報交換会（自由参加）
- 午後4時 閉会

## 室田 信一（むろた しんいち）氏 プロフィール

首都大学東京都市教養学部准教授

1977年生まれ。東京都練馬区出身。専門は地域福祉の実践研究やコミュニティ・オーガナイズング、アクション・リサーチ。

アメリカの大学・大学院でソーシャルワークを学び、その後ニューヨーク市内のNPOでコミュニティ・オーガナイザーとして勤務。日本帰国後に博士号を取得。大阪のNPOでコミュニティソーシャルワーカーとして勤務。

NPO法人寝屋川市民たすけあいの会 外部理事

NPO法人三島コミュニティ・アクションネットワーク 監事

NPO法人コミュニティ・オーガナイズング・ジャパン 代表理事 など

## 地域福祉ファシリテーターについて

地域福祉ファシリテーター養成講座は、平成21年度から、身近な地域での支え合いを推進する事業の一つとして、ルーテル学院大学と三鷹市、武蔵野市、小金井市と3市の社会福祉協議会の7者で実施しています。

地域福祉ファシリテーターとは、身近な福祉活動を企画・実施できる能力を身に付けた方で、養成講座終了後も自主グループとして地域で様々な活動して実施していただいています。

本日のフォローアップ講座は、三鷹市独自の事業です。修了生同士の交流や課題解決等を目的として、平成22年度から年1度実施しています。



平成29年度地域福祉ファシリテーターフォローアップ講座 名簿

No.	受講年度	名 前	班
1	21	竹 上 恭 子	1
2	22	田 山 光 興	5
3	22	畑 谷 貴 美 子	3
4	23	清 水 八 千 代	2
5	24	多 田 典 代	5
6	25	日 比 野 光 男	2
7	25	森 田 義 一	4
8	26	坂 戸 由 香	3
9	27	相 良 裕 江	4
10	27	湯 原 利 美	5
11	28	新 居 み どり	4
12	28	伊 東 邦 江	5
13	28	近 藤 敬 子	3
14	28	佐 藤 綾 乃	4
15	28	嶋 崎 公 代	1
16	28	た な べ あ き こ	1
17	28	平 岩 康 美	2
18	28	松 本 輝 一	5
19	29	荒 木 高 子	2
20	29	齋 藤 俊 哉	3
21	29	佐 野 章 子	2
22	29	千 葉 清	1
23	29	長 野 貴 子	3
24	29	村 井 千 鶴 恵	4



「共感」をつくる活動の進め方  
自分たちの「思い」をつなげていくには

室田信一（首都大学東京）

shin1@tmu.ac.jp

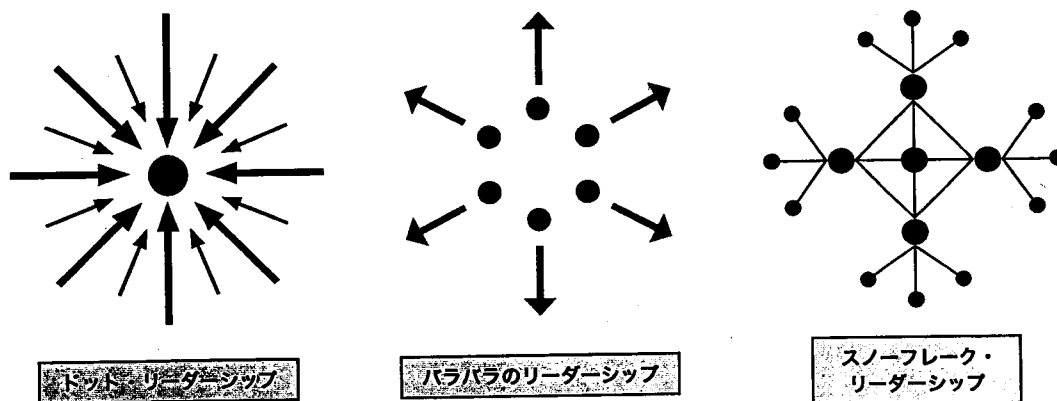
1. 地域福祉ファシリテーターに求められること

- ① 地域福祉ファシリテーターにはどのような能力（技術、知識、資質など）が求められる？
- ② どのような能力を伸ばす必要がある？

2. 地域活動に求められるリーダーシップのカタチ

- 皆さんはなぜリーダーシップを発揮している？
- どのようなリーダーを求めている？
- 地域活動に求められるリーダー像 【図1】

図1 リーダーシップの形態

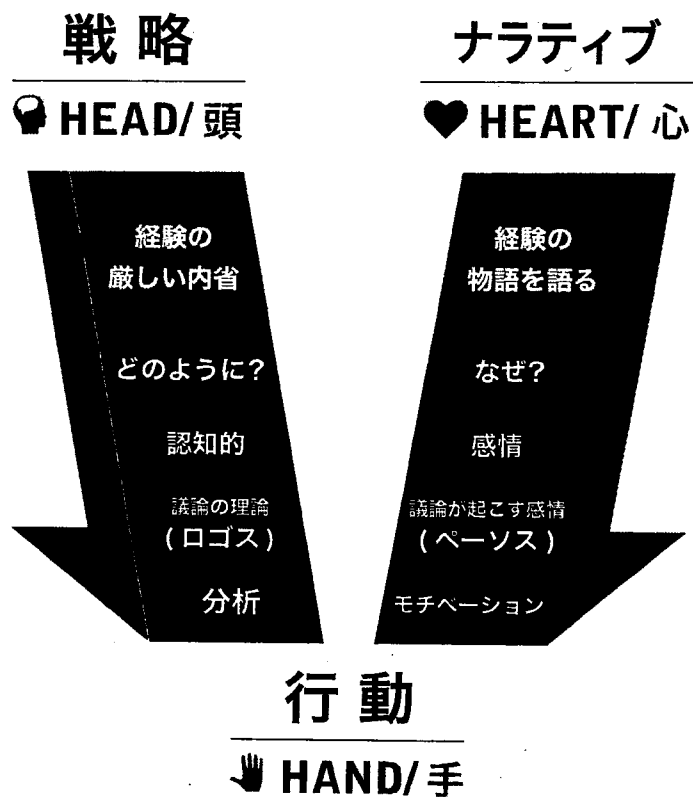


出典：Ganz, M. 『リーダーシップ・オーガナイズ・アクション』 pp15.

3. 主体的に活動する組織をつくるには

- 戦略 (How) とナラティブ (Why) 【図2】
- 戦略は明確ですか？
- 活動の動機を語っていますか？

図2 戦略・ナラティブ・行動



出典：Ganz, M. 『リーダーシップ・オーガナイズ・アクション』 pp27.

**演習****「共感」を生み出す語り方****1. 変化を起こす「戦略」と「物語」****1) 共感を生むためには「感情」が重要**

地域活動の輪が広がって社会にインパクトを生み出すためには一人ひとりがリーダーとして一歩踏み出すことが求められます。では、人が行動を起こすためには何が必要でしょうか。ここでは「戦略」と「物語」の両者が重要であると整理します。戦略とは、どのように行動すればいいのかについて頭で考えるということです。一方で、物語とは、なぜ行動するのか、その動機について心で感じるということです。

物語にとって重要なことは「感情」です。物語は私たちの中から感情を引き出し、行動へと奮い立たせます。また、人は感情をとおして価値観を受けとります。語り手が自分の価値観と共通する価値観に基づいて物語を語っている時に、何ともいえない高揚感を覚えることがあるかもしれません。それこそが共感なのです。

**2) 物語の構造**

人が語る物語には「筋」と呼ばれる構造があります。映画や演劇等、物語にはどれも筋があるのです。歴史の教科書のように単に事象を並べただけの文章には筋が存在しないため、それを読んで感情が高ぶることはないと思いますが、歴史小説には人を感動させる何かが存在します。それこそが筋なのです。

物語の筋には3つの構成要素が含まれます。それは、「困難」「選択」「結果」です。物語は、主人公がある思いがけない困難に直面したことから始まります。主人公は、その困難な状況をなんとか打開するために、いかに行動をとるか、その選択をします。主人公が選んだ選択によって導かれた結果から、私たちは教訓を得るのです。

聞き手は主人公に感情移入して追体験することにより、その人の感情を経験することができます。主人公の勇気ある決断と選択から、聞き手はその選択の背景にある価値観を読み取り、自身の物語の中にも同様に奮闘や選択、行動があり、その動機となった価値観を思い起こすこととなります。

図3 物語の構造

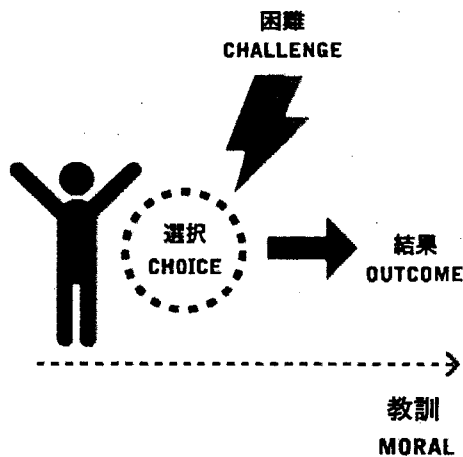
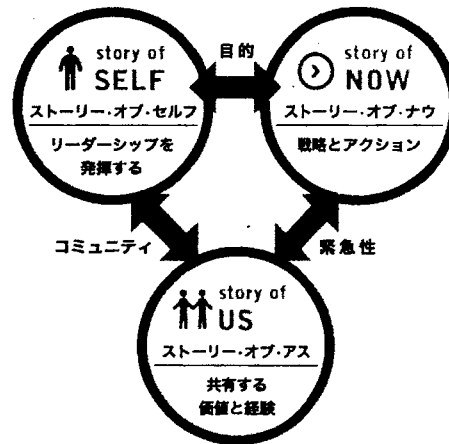


図4 パブリック・ナラティブ



### 3) 3つの物語（パブリック・ナラティブ）

この研修では物語の語り方を、私（セルフ）、私たち（アス）、今（ナウ）という3つの要素で整理します。

「ストーリー・オブ・セルフ」とは、地域活動にかかわっている自分自身の話です。なぜ自分が地域活動に関わっているのか、その問題意識の原点となる出自や体験、価値観について語ります。

「ストーリー・オブ・アス」とは、自分を含む多くの人（コミュニティ）が共有する問題意識について、その基盤となる価値観について語ります。

「ストーリー・オブ・ナウ」とは、その問題の緊急性について語ります。なぜ、今、行動をとらなければならないのか、その具体的な内容も含めて語ります。

今回の勉強会では私（セルフ）の部分のみを練習しますが、実際に人々の共感を得て、行動に結びつけるためには3つのストーリーを組み合わせる必要があります。今回は、その完成形を学んだ上で、私（セルフ）の部分を意識して練習をします。まずは自分を語ることから始めてみましょう。

### 4) ビデオ視聴

アメリカの大学院生ジェームズ・クロフトさんによるパブリック・ナラティブのビデオを視聴します。このビデオでクロフトさんが語っている物語にはセルフ（私の物語）とアス（私たちの物語）、ナウ（今の物語）の3つの要素が含まれています。どのような内容が「セルフ」「アス」「ナウ」に該当するかメモをとってみてください。



セルフ (私)	アス (私たち)	ナウ (今)
<p>どんな経験が彼の価値観を形作ったのですか？</p> <p>それらは誰の選択ですか？</p> <p>なぜそれらはストーリーとなったのですか？</p>	<p>彼が訴えかける「アス」は誰ですか？</p> <p>どんな瞬間の選択を彼は思い出しているのですか？</p> <p>どんな価値観ですか？</p>	<p>それらの価値観に対するどんな困難を彼は描きましたか？</p> <p>希望の源は何ですか？</p> <p>どんなアクションに私たちの参加を求めていますか？</p>

## 5) 見本

この後の演習では一人2分間で「自分の物語」を語ってもらいます。2分間で語るとどのようなものになるか、その見本をみてもらいます。

## 6) 決まりごと

安全な環境でお互いの学びを深めるためにこの場の決まりごとを決めましょう。

---

 演習：「ストーリー・オブ・セルフ」の語り方
 

---

5人一組に分かれて「ストーリー・オブ・セルフ」を語る練習をし、他の参加者から助言をもらいます。

(全体で45分)

1	一人30秒で簡単な自己紹介をしてください。	3分
2	各自で「ストーリー・オブ・セルフ」について考える時間を取ります。 次のページのシートを使ってください。	5分
3	グループの中で順番に、一人ずつ、「ストーリー・オブ・セルフ」を語ります。 ・1人2分間で「ストーリー・オブ・セルフ」を語ります。 ・3分間で他の参加者から助言をもらいます。	30分
4	グループの中で、お互いの物語を聞いた上で気づいたことや学んだこと、演習の進め方でよかった点や改善点について話し合います。	5分

<コーチングのポイント>

コーチングの目的は正解を教えることでも、よりよい語り方を教えることでもありません。(例：もう少しこういう風に話した方がいいでしょう。)

また、単に相手の気分を良くするための、曖昧なコメントをすることでもありません。(例：いいお話だと思います。感動しました。など。)

語り手の物語の内容で共感した点について伝えると共に、どのような点を伝えようとしていたけど、伝えきれていなかったのか、どのような点を伝えることでより伝わったのか、ということに気づいてもらうことです。

語り手が何を意図してそのストーリーを語ったのか、質問を投げかけてみましょう。具体的には・・・

- ・自分の物語の中でうまく語れた部分はどこでしたか？
- ・反対に、改善点はどこだと思いますか？
- ・この物語の「困難」「選択」「結果」は何でしたか？
- ・この物語を通して伝えようとしていた「価値観」はどのようなものでしたか？
- ・どのような「場面」が描かれていましたか？

ワークシート：「ストーリー・オブ・セルフ」の作り方

自分の人生のどの部分を話すかを決める前に、次の質問について考えてみましょう。

- 1) なぜ、私は地域の活動に取り組んでいるのか。なぜ、他の人は取り組んでいないのに、自分は取り組んでいるのか。
- 2) どのような価値観に基づいて行動をとっているのか。
- 3) 人生の基盤となるような価値観をどこで得たのか。どのような光景を伝えることで、その価値観を得た経験を伝えることができるのか。

「ストーリー・オブ・セルフ」の中に含まれる「困難」「選択」「結果」について考えましょう。

困難	選択	結果
<p>宝飾                      子供への                      関心</p>	<p>子供                      への関心</p>	<p>子供への</p>

「ストーリー・オブ・セルフ」に対する参加者からの助言を以下に記録しましょう。

他の参加者の「ストーリー・オブ・セルフ」に対して助言をしましょう。

参加者の物語を聞きながらメモをとっておくことで、助言をする上で役に立ちます。

下の表を活用してください。

名前	価値観	困難	選択	結果