

コミュニティファシリテーション入門
～ 最適化を生み出す人間力・組織力 ～

第1回 コミュニティファシリテーション概論

*A dream you dream alone
Is only a dream
A dream you dream together
Is reality*

Yoko Ono

はじめに

コミュニティファシリテーションの全体的枠組みと入門書の位置づけ

1. 理論：個人心理学・量子場・フラクタル・目的論・最小作用の原理
2. パラダイム・態度：世界観モデル・フィールドモデル・エルダーシップ
3. 視点・スキル：メタスキル・エッジ・シグナル・チャンネル・フィードバック
1～3：入門書・基礎クラス
4. ファシリテーショントレーニング：個人・人間関係・集団
4：コミュファシ道場・基礎クラス・認定プログラムレベル1ベーシックコース
5. 実践応用トレーニング
5：認定プログラムレベル2以上

第1回：『コミュニティファシリテーション概論』（概論）

コミュニティファシリテーションとは・最適化とは・介入の6形態

第2回：『コミュニティファシリテーションと他領域：心理学・量子力学・数学』（理論）

実践機能性をめざした先人たちの智慧の統合

第3回：『最適化理論への道』（理論）

最小作用の原理：出来事はどこからやってくるのか

第4回：『コミュニティファシリテーション世界観モデル』（パラダイム）

個人の行動はどこまで周囲で起きることとつながっているのか・フラクタル構造

第5回：『フィールドモデル』（パラダイム）

自由と不自由の関係・なぜ葛藤が生じるのか・エルダーシップ

第6回：『プロセスモデル』（視点）

なぜ出来事は繰り返されるのか・どんな気持ちでするのか・エッジ・メタスキル

第7回：『個人最適化の手がかり』（視点）

気づく力をどう高めるか・介入の成否を決めるもの・チャンネル・フィードバック・シグナル

第8回：『人間関係・集団の最適化の手がかり』（視点）

違和感とどう付き合うか・見える特権見えない特権・発話の3レベル

コミュニティファシリテーションとは

なぜコミュニティファシリテーションが生まれてきたのか

コミュニティファシリテーションとは、人間の営みのあらゆる状況に対応するための方法です。まずこのようなコミュニティファシリテーションなるものが、なぜ生まれてきたかについてお話ししましょう。

私は世界平和の実現を目指しています。私の考える世界平和は、すべての存在を尊重することです。いいかえれば、多様性を尊重する文化を育むことです。多様な生き物、環境、歴史によって影響されながら『今』があるわけですから、そういった影響するすべての存在を大切にすることで世界平和が実現すると考えています。

では、多様性を尊重する文化を育むとはどういったことでしょうか。

多様性を尊重するとは、異質なものへの理解と共感に基づくと考えます。異質なものは、自分を取り巻く社会の周辺にあるだけでなく、自分の中にも発見することがあります。異質なものが現れると、それを理解したり共感したりする前に、拒否したり無視したりするかもしれません。そのとき、多様性は尊重されません。拒否されり無視された部分は、私たちを糾弾するかもしれません。私たちの体験においてそれらは、『葛藤』として現れるでしょう。この『葛藤』に取り組む結果として、自分の心の平和や身近な人との関係の平和が訪れるでしょう。そこで、『世界平和は、自分の心の平和と身近な人との関係の平和から始まっていく』と考えました。

自分の心の平和や身近な人との関係の平和を生み出すには、どうしていったらいいのでしょうか。

実は、この問いそのものが、もっとも世界平和に機能する問いだと考えています。この問いに関する答えは、状況に応じて変わるからです。大切なことは、この問いを持ち続けながらあらゆる状況に向き合うことです。ある決まったプログラムだけが機能する方法だと考えた瞬間に、私たちが状況の全体性から切り離され、盲目になってしまうからです。この問いが機能すると考える背景には次のような考えがあります。

人間はすべてを知りえない。

この考え方が世界平和への鍵です。知りえないことを忘れたとき、決め付けたり何かを無視したりし始めます。これが多様性を尊重しない『葛藤』を生み出すのです。私たちは、盲目的な部分をもっているともいえます。その自覚が、あらゆる状況への注意深さになり、機能性を高める効果を生むのです。またこの考え方が、対話における聞き方を変えていき、対話による協働性を高めていきます。この考え方が正しいかどうかの議論はしません。私のさまざまな実践経験から、この考え方が世界平和実現に向けて今のところ機能するらしいことだけ確認しているから、このように言っているだけです。なぜなら決定的な方法をもたず、問いを持ち続けて機能するかどうかを探究する仕方が、もっとも機能すると考えているからです。

少し人間について述べておきましょう。何のために人は生まれ生きていくのでしょうか。人が生きていく、この世界に普遍的な原理原則はあるのでしょうか。「あるなら知りたい」、そう思ってこれまで生きてきました。これまでの人生と先人たちの議論から想像すると、「どうも普遍的な原理原則はない」と今のところ考えています。なぜなら誰もが納得する（あるいは論証に耐え得る）決定的なものはなく、多くの人が言いたいことを言っているのが現実だからです。

人間や社会のこと、世界のことは、普遍的な原理原則はない。

この考え方をもっていることが、世界平和、多様性を尊重することに一番機能する考え方なのです。普遍的な答えがあると考えたときから、機能不全に陥ってくるのです。なぜなら普遍的なものがあると思っ

たとき、ほかの可能性を否定する立ち位置になるからです。こうしてもめごとや葛藤が始まるわけです。ただ、その人が信じたいことはあるでしょう。人によって世界はこうだと思っていると考えているでしょう。それぞれが信じたい形があるでしょう。私がここに述べていることもそういった信念や考えのひとつです。機能する立ち位置からは、「普遍的な原理原則はあるよ」という人もいていいことになります。この立ち位置では論争する必要はありません。この立ち位置が世界の真理というつもりはないのです。ただ世界平和に機能するようだと今のところ、廣水個人としては満足していますというところ。したがってコミュニティファシリテーションは永遠に不完全なわけです。ずっとそれを探究し続ける必要があるという立ち位置だからです。世界平和を実現するには、自分の心の平和をどう作ってイけるか、身近な人との平和をどう作ってイけるか、この問いをもつことが、足がかりとなります。

これからこの入門書で提示するすべての知見は、実証性を保障しません。あくまでも私の探究の結果として、ここにあげている知見は総合的に扱うと自分の心の平和と身近な人との関係の平和を生み出す上で機能するらしいと考えているものです。あらゆる状況に対応していく方法論を探究することに終わりはありません。ただ機能しないものを改善したり、機能するものを整理統合したり、それらをよりわかりやすく表現したりしたものを、この入門書で体系的にまとめておきます。

自分の心の平和と身近な人との関係の平和を生み出す機能的な方法を明らかにする、この終わりなき探究での基本方針は、次の2つです。第一に、実践で機能することです。第二には、再現性のある形にすることです。機能する知見が、誰かの知恵にもなり得て、誰でも再現できれば、世界平和が推進しやすくなるからです。そのためにもっとわかりやすい形に整理していくことも今後必要でしょう。

こうした考えに基づいていますので、あなたも、世界平和実現に向けて、自分の心の平和、身近な人との関係の平和をどう作るかという探究の参加者だと考えています。この入門書が答えではなく、ここにあり知見が機能するのかどうかを体現し、確認する参加者であってほしいのです。

コミュニティファシリテーションとは

私は、『コミュニティとは多様な立場の声が影響し合う場である』と定義します。コミュニティ論での議論はここでは必要としません。なぜなら、あらゆる状況に対応する方法を探究するために、一番機能する定義を採用する立場をとるからです。もう少し具体的に考えてみましょう。世界平和は自分の心の平和と身近な人との関係の平和から始まるという立場では、平和の対象として自分の心と身近な人との関係の二つがあります。

では私たちの心が平和でない状態、身近な人との関係が平和でない状態とはどのような状態でしょうか？

例えば仕事を続けるかやめるか、引っ越すか引っ越すまいかのように悩んでいる状態はそのひとつでしょう。自分の中に二つ(以上)の声が立ち上がってきて相反するために葛藤状態が起きてしまいます。このとき、自分の心の中が、相反する声の影響し合っている場になっていると言えます。つまり、定義に従えば自分の心の中も『コミュニティ』のようになっているということです。

また、目の前で誰かと誰かがけんかしているのを目にして、なんとも言えない気持ちになってくるようなときはどうでしょう。誰かと誰か、それぞれもある立場の声と言え、それを見ているあなたもひとつの立場の声をもっているかもしれません。これも『コミュニティ』と言えます。何人かの人たちが集まっている状況も、多様な立場の声が影響し合っています。

さらにある集団に実在しなくても、場に影響している声はあります。たとえば、家出る前にパートナーとけんかしてきたとします。そのパートナーとのやり取りが、今出ている会議での集中力や思考に影響を与えてしまうことがあります。こうして考えていくと、この瞬間、この場所、何重構造にも多様な立場の声が影響し合っているコミュニティと言えます。もしかしたら宇宙まで含めてしまうこともできるかもしれません。

このように認識のレベルによって自在に幅を変えられますが、どのレベルであってもどこまでを対象とするかにかかわらず、どれも同じように『多様な立場の声に影響し合う場』に『コミュニティ』と定義すれば(名づければ)、同じ観点で扱えることとなります。つまり、こう定義することで、自分の心から身近な人との関係、集団、社会、世界、宇宙まで『コミュニティ』ととらえることができます。あらゆる状況を扱うという目的にとって、この定義は機能しやすいわけです。

次にファシリテーションですが、入門書ではファシリテーションの単語の意味だけ採用します。『Facilitate = 促進する・前に進める』という意味で、ファシリテーションはこの単語の名詞形です。したがって、『コミュニティファシリテーションとは、多様な立場の声に影響し合う場を前に進めること』となります。

ところで『前に進めること』の『前』とは、どの方向なのでしょう。

私は、出来事自体が『ある方向性』をもっているとこれまでの実践経験から感じています。それを言葉にしてみると、『前』とは『進むべき方向』となります。わかったようなわからない表現でしょうが、このわからなさこそが大切なポイントとなるので、覚えておいてください。その詳細については、このあとしっかりと考えていきましょう。もう少しだけ定義を整えると、『コミュニティファシリテーションとは、多様な立場の声に影響し合う場をその進むべき方向に進めること』です。つまり、人の営みをどう進むべき方向に進められるかが、コミュニティファシリテーションの機能ということになります。

コミュニティファシリテーションは何をするのか

すべての存在を大切にすること

先の議論で残された問いとして、次の3つがあります。進むべき方向とはそもそもあるのでしょうか。あるとしたらその進むべき方向はどのようにわかるのでしょうか。また進むべき方向に進むと平和になるのでしょうか。このことについて考えてみましょう。

入門書の最初に私は『私の考える世界平和は、すべての存在を尊重することです』と述べました。これはとても大切な宣言です。たとえばここで私が何かは正しいと考え、何かは正しくないと考えた場合、論理矛盾を起こします。なぜならすべての存在を尊重できないからです。この例からわかるように、すべての存在を尊重するという目的において正しいかどうかの判断は矛盾を引き起こしてしまいます。このことは、すべての存在を尊重するためにとらなければならない前提があるということをはのめかしています。

私たちが生活する上で、「これは役に立つけどこれは役に立たない」「これは必要だけどこれは必要ではない」「これは価値があるけどこれは価値がない」など判断することは不可欠な要素です。それを否定しては私たちの生活は成り立ちません。一方で、価値判断を行うことで何かを排除したり無視したりもするでしょう。それが対立や葛藤を生み出します。これは世界平和と反対の機能なわけです。世界平和を求めるには、この論理矛盾や論理破綻を無視するわけにはいかなくなります。

こういった考察から、私はすべての存在を尊重する文化を生み出すには、次の前提を採用することにしました。それは、『すべての要素を大切にすれば自ずと最良の結果が生まれる』という前提です。すべての要素を大切にすることは、パズルのピースがきれいにはまったときのように、すべて使い切って過不足なくすべてはまり込んだ状態を生み出すことです。コミュニティファシリテーションでは、このことを『最適化』と呼びます。つまり、言い換えればコミュニティファシリテーションとは、『最適化を生み出す方法』ということになります。

これまでの実践から、すべての要素を尊重することで生まれてくるものがあることを強く感じています。まさにこの最適化で起こってくる方向が『進むべき方向』ということになります。そしてすべての要素が大切にされているために、当然その進むべき方向は平和的なものになるわけです。

この前提は私の考える世界平和(すべての存在を尊重すること)と論理矛盾しません。最良の結果に行くには、すべての要素を大切にすることがあるからです。逆にすべての要素を大切にしないと最良の結果が生まれにくいということになります。この前提を採用すると、世界平和だけでなく最良の結果のためにはすべての要素を大切にすることが出てきます。この前提のもつ機能は、世界平和を引き起こす上でとても役に立つものです。

一方でここまでの議論は循環論法的です。しかし、この前提は、世界平和を推進するためや論理矛盾しないためだけに生まれてきた前提ではありません。論理的に述べると、この前提の根拠はまた別のところにあるということです。この前提がどこからやってきたかという、量子力学にある『最小作用の原理』(他にもさまざまな科学的な知見)の様相がこういった内容を含んでいるところからインスピレーションを得ています。その詳細は第3回で明らかにしますが、次に簡単にその内容に触れておきます。

最適化の考え方とコミュニティファシリテーション

『すべての要素を大切にすれば、自ずと最良の結果が生まれる』という前提をもう少しだけ噛み砕いて述べましょう。コミュニティとは多様な立場の声の影響し合う場であり、相反するものも生じてきます。そのとき、『葛藤』が現れます。

なぜ『葛藤』が生じるのでしょうか。

これは私たち人間の認知の仕組み上避けられないことだと考えています。これは、第5回で詳しく述べますが、ここでは簡単に説明しておきましょう。まず私たち人間が『世界』をどのように体験するかということについて考えてみます。私たちは、必ず何かを意図して行動しています。意識上に『意図』があります。行動は世界への働きかけです。そこに意図した方向があります。これに対して結果は不可知です。結果は意図しないものになることもあります。意図したとおりの場合もあります。問題は意図しない結果のときでしょう。通常、意図しない方向が生じ始めると、それを生み出す要素を『障害』、『妨害』、『邪魔』ととらえます。そしてその要素を拒否したり排除したり無視したりします。(下図)

通常のアプローチ

意図していること 大事

意図しないことを分断・排除・無視

意図しないこと 障害・妨害・邪魔

では、なぜ意図しないことが生じてくるのでしょうか。

先ほど採用した前提と関連する、システム論のひとつですが、意図することと意図しないことがごく小レベルまで含めて関連しているという考え方です。ある出来事が発生するとその影響を受けて別の出来事が発生するという考え方です。意図して行動した結果、その影響を受けて意図しないことが起きてくるととらえます。何かを行動すると、めぐりめぐっているんな状況が発生しているわけです。意図しないことを排除しようと意図することを強めていくと、意図しないことも強まってくることがあります。私の経験では、このように一般のアプローチ(意図しないことを分断・排除・無視するやり方)が機能しないとき、目に見えないレベルまで含めて系統的に『つながっている』と考えます。それはバランスをつくるために起こるようです。あることをやりすぎると、補完するためにあることが発生してきます。

そこでコミュニティファシリテーションでは、意図しないことも大切な要素のひとつととらえて、意図していることと意図していないことを合流させ『足し合わせる』ことを意識的に行っていきます。(下図)

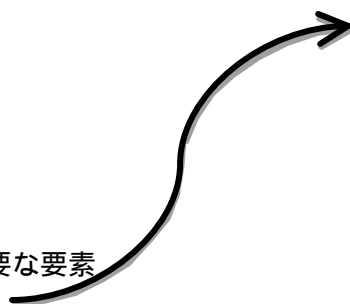
コミュニティファシリテーションのアプローチ

意図していること 必要な要素

合流 新しい意図

バ
ラ
ン
ス

意図しないこと 必要な要素



意図することと意図しないことはエネルギーを最小にするためにバランスする(背景に『最小作用の原理』を想定している)と考えており、これらを合流することが最も効率的でスムーズであると見ています。そして実践を通してこの仮説を検証していくわけですが、証明は不可能なので私見を述べているに過ぎません。しかしながら今のところ、この仮説は機能するという見通しでいます。

私たちは、この巨大な(しかも微細な)システムの全体を見ることはできません。そのため、自分の行動がこの見えないシステムを通してどのように影響を与えながら世界にどのような結果をもたらすか予測

しにくい面があるのです。簡単に言えば、私たちが行動を起こすと世界がリアクションしてくるというわけです。したがってコミュニティファシリテーションでのテーマは、自分の行動と世界のリアクションとをどう足し合わせて踊りながら進んでいくかということになります。

これらはコミュニティファシリテーションの仮説です。ほかの領域、量子場、個人心理学、最小作用の原理などから、想定している仮説ですが、コミュニティファシリテーションでは、人間科学、社会科学的にもその仮説を探究してみましようという立場となります。東洋医学でいう身体のバランス、家族のシステム論なども同様の仕組みを想定しています。ここでは、人の営みにおいても同じような原理で機能しているのではないかとのことです。しかし、この仮説の証明は不可能です。人間科学、社会科学において数学でいう証明はできません。変数が多すぎるのです。

しかし、この証明不可能性が実に好都合なわけです。これが真実とは言えないからです。『本当のことがわからない』という状況は、私たちをととも注意深くする機能を与えてくれるのです。またその状況は、他の可能性に常に開いている必要があるとも言っています。それこそが意識化されにくい意図しない存在を大切にすることへと注意を向けさせてくれる考え方です。仮説を見出せたことと証明できないことが、コミュニティファシリテーションの機能を最大化する状況になったのです。

個人の心の葛藤が起きるとき、相反する立場の声の両方が大事になります。最適化を起こすのに両方必要だからです。『どちらが大切か』と考えるのが一般的な考え方ですが、コミュニティファシリテーションでは『どちらも大切』という前提から道筋を探ることになります。言い換えれば、『何かだけが重要』ではなくて『何もかもが重要』ということなのです。

介入の6形態

前述しましたが、コミュニティとは、多様な立場の声が影響し合う場です。それらの互いに影響し合う多様なパートを大切に、進むべき方向に進めていくのがコミュニティファシリテーションです。

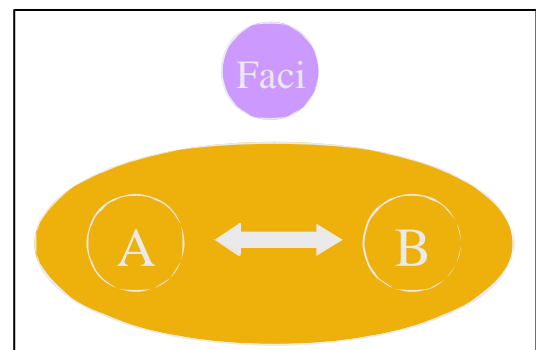
では、実際には何をしていたらよいのでしょうか。

ここでは、コミュニティファシリテーションの介入の6形態をご紹介します。なお、これらはあくまでも形にすぎません。しかし、形から考えることで、その形態の特殊性を理解し、トレーニングのポイントが見えやすくなります。また、多様な形態の共通性を理解し、コミュニティファシリテーションの原理原則が学びやすくなるのです。

介入の様式として大きく次の3つに分けています。個人のファシリテーション、人間関係のファシリテーション、集団のファシリテーションです。さらに、それぞれの様式ごと、2形態ずつに分けています。個人のファシリテーションは相手のファシリテーションと自分のファシリテーション、人間関係のファシリテーションは、第三者介入と当事者介入、集団のファシリテーションには、ファシリテーター介入と参加者介入（隠れファシリテーション）です。これらを『介入の6形態』としています。

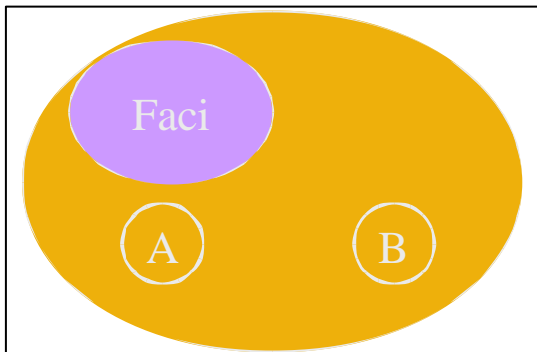
1. 個人（相手）

まず個人のファシリテーション（相手）は、相手の中にある多様な立場の声を最適化していくことを目指します。いわゆるカウンセリング、セラピー、コーチングなどがこの形態に当てはまります。相手の心の中の多様な声を扱うのです。



2. 個人 (自分)

個人のファシリテーション (自分) は、個人の中で起きてくる、多様な立場の声を扱います。自分の中でも、多様な立場の声が立ち上がってきて内的な葛藤が起こることがあります。そんなとき、内なるファシリテーターの視点を持ちながら、自分の中に起きてくる異なるパートを支えていきます。

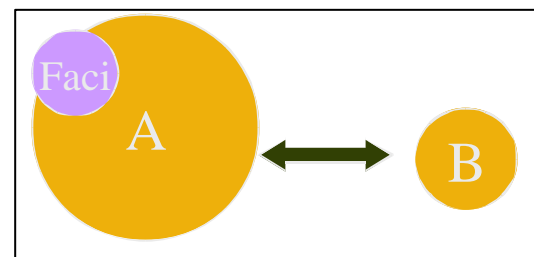
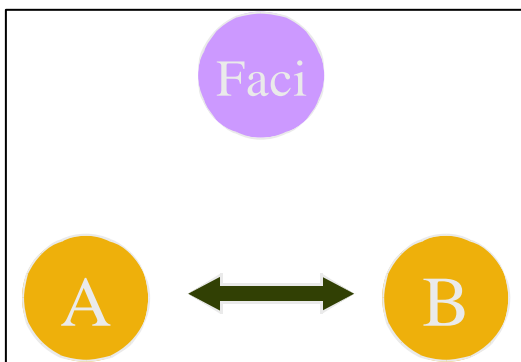


3. 人間関係 (第三者介入)

4. 人間関係 (当事者介入)

第三者介入とは、二人の人の間で利害が衝突した場合などに、第三者として介入することです。いわゆる家庭裁判所の調停員の方などが行っている形態です。(下左図)

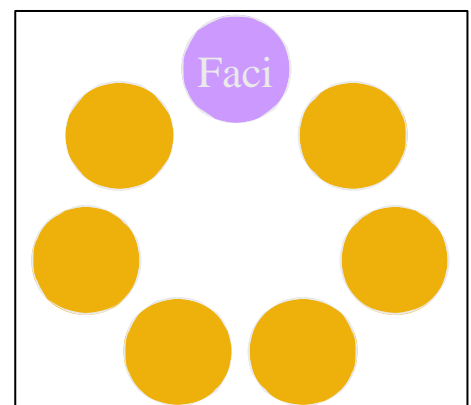
一方、自分自身が当事者として誰かともめてしまうことがあります。そういうときは、自分と誰かの人間関係に当事者として介入することになります。(下右図)



5. 集団 (ファシリテーター介入)

6. 集団 (参加者介入 = 隠れファシリテーション)

集団のファシリテーションでは、介入する人のもつ権限の差で介入形態を分けています。例えば会議の明示的な進行役(ファシリテーター)や主催者は、参加者より会議に対する特権をもっています。ワークショップのような仕方を会議に導入するには、主催者でなければ難しいでしょう。特権とはそういった意味です。だからと言って、会議の参加者が無力かということでもありません。参加者でありながらも場の雰囲気や和ませて話しやすい状態を生み出す方もいます。そこで特権をもつ介入を『ファシリテーター介入』とし、特権をもたない参加者としての介入を『参加者介入』、または『隠れファシリテーション』と区別しました。



コミュニティファシリテーションでは、あらゆる状況に対応する方法を探究しているため、権限の有無で介入上できることの差が大きければ、そこを分けてとらえることで特権があってできていることと特権がなくてもできることを区別して学びやすくなります。また特権をもつ主催者としても、参加者介入がどのようなことを区別して理解していること、参加者に介入について促しやすくなり、参加者の協力の下の集団をさらにファシリテートできることが期待できます。

以上が介入の6形態ですが、これらの形態の間はどのような関係になっているのでしょうか。

例えば、ある相談を専門の方にしたところ、相談に乗ってくれるどころかもめてしまったという場合を考えてみましょう。相談をした人と相談を受けた人の関係は、単純には相手のファシリテーションとなります。しかし、実際に起きてきたことは、双方のもめごとです。そうすると、双方それぞれにとって、自分を含む人間関係に当事者介入することになります。このように、6形態の分類は目に見える形として固定的なものではなく、文脈が決定する側面があります。ある意味、6つの形態は重なり合っているとも言えます。

このことから大きく二つの問題があぶりだされてきます。どの形態のファシリテーションにおいても当事者性は排除できるのでしょうか。もし当事者性を排除できないとしたら当事者介入のトレーニングは十分なされているのでしょうか。

相手のファシリテーションに分類される対人援助の仕事は実にたくさんあります。そういった仕事の方々から、難しい相談ケースの報告を聞きます。『難しい』のはなぜなのでしょう。それは私たち一人一人がある傾向性を帯びており、誰かと関わるとそこに関係性の問題が浮上してくるからです。したがって、何らかの工夫をしなければこういった『難しい』状況は不可避です。おそらく対人援助の仕事ではその仕事を行う方の当事者性や傾向性を極力排除する考え方と当事者性や傾向性のあるものとして活用する考え方とが両極にあり、その濃淡の度合いを変えながら実際には仕事に当たっているのでしょう。自分の傾向性を理解して、ある種類のことには対応しないと明示できれば『難しい』ケースの発生率を下げることもでき、当事者性を排除して客観性を高めて仕事ができるかもしれません。

何かしらの制約を課すこともある特権があるから可能なだけで、それがなくなると対応できるかがコミュニティファシリテーションでは課題になります。対人援助の仕事での前提のちがいはそこにあります。しかしながら、ここまでの考察からたとえ制約を明示的にしたとしても『難しい』ケースは起こると私は想定しています。なぜなら制約は『意図すること』であり、難しいケースが来なくなるかは、『意図しないこと』として世界のリアクションの中に置かれていると考えているからです。したがって、コミュニティファシリテーションでは、『当事者性を完全に排除することはできない』という立ち位置をとります。そのように考えることの方が、どのファシリテーションを想定したとしても対応でき、またすべての要素を尊重する立ち位置と一致できるからです。

そういった視点から対人援助職の方々のトレーニングを調べていくと、当事者介入についてのトレーニングはほとんどなされていないのが実情のようです。当事者介入を行うためには、自分のファシリテーションができる必要が高まります。言い換えれば、当事者介入を可能にするには、内なるファシリテーターを育む必要があります。

対人援助の仕事や第三者介入の仕事のトレーニングは、あくまでも『客観的な立ち位置がとれる』『自分は彼(ら)の問題に影響を与えていない』という考えが前提にあるように見えます。コミュニティファシリテーションでは、『当事者性を完全に排除することはできない』という立ち位置なので、誰かを分析する知識・技術や関係上の問題解決に必要な法律などの知識だけでなく、自分のファシリテーション、当事者介入などのトレーニングも必要だと考えます。

これまで会ったことのある、対人援助の仕事や第三者介入の仕事で優秀な(好評な)方々は、コミュニティファシリテーションでいう『内なるファシリテーター』が十分機能しているのを観察からとらえています。彼らがなぜ成功的に仕事ができるのかの最も本質的なポイントは、内なるファシリテーターの機能が

高いからだと考えます。しかし、一般にはそれは彼らの資質・才能・キャラクターと考え、トレーニングできるものに含めない方向が多いように感じます。コミュニティファシリテーションでは、それはトレーニング可能なものであるという立ち位置をとります。対人援助・第三者介入の仕事を行う優秀な人を高い精度をもって生み出せると考えます。ただこれらのトレーニングにおいていかに早く育てるかについては探究しているところです。