

# “SF inside” Day 2018 大会テーマ「SFという生き方」

## 事前考察 参考資料

「SFコミュニケーションのフレームワーク(前向きな対話の構造モデル)」の根拠となった元データの一部を公開いたします。

- 1、SF実践者へのアンケート調査の質問と回答サンプル (P2～7)
- 2、その回答内容を「意味の塊」ごとに分節し、分類した中でもっとも数多く見られた上位10個の「意味の塊」を表すフレーズ (P8)

“SF inside” Day 2018に参加される皆さんは、2ページの4つの質問に回答を試みてください。そして、3～7ページの回答サンプルの内容を自分にあてはめてみて、自分と響き合うものがあるかどうかチェックしてみてください。また、8ページの回答TOP10を見て、自分の生き方の中で重要視していることと響き合う項目があるかどうかをチェックしてみてください。

# SF実践者へのアンケート調査質問と回答サンプル

SFを活用しているというSF実践者の皆さんに、以下の4つの質問に自由記述で回答していただくアンケート調査をしました。3～7ページが回答のサンプルです。

- 1、あなたが自分自身について、また他の人を見て、SF的だと思うのはどのような時ですか？
- 2、何があるとSFがうまくいった(いきつつある)というサインとして受け取りますか？
- 3、SFを理想的に実践しているあなたやまわりの人の様子を想像してみてください。どんなことがイメージできますか？湧いてきたことを何でも書いてください。
- 4、あなたがSFを活用する上で重要だと思うことは何ですか？  
「心の態度」、「コミュニケーションの取り方に関する具体的な注意点」、「よく使う『質問』『言葉がけ』『フレーズ』」など、思い浮かんだことを自由にお書きください。:

## ■あなたが自分自身について、また他の人を見て、SF的だと思うのはどのような時ですか？

相手の言うことをよく聞く。

その中で良いところを見つけて、相手に返している。

欲しいものではなく、否定的なことに関する会話が続く時、「どうなると良いか」という視点の投げかけをする。

不用意に反応せず、じっくりどのように反応したら良いかを考慮して発言している。

ねぎらいや「できたこと」に対する快反応が上手。

でしゃばりやおしつけがない。

相手の善性を前提として会話をすすめている。

相手に対して必要なだけの働きかけをして、「余計なお世話」は言わない。

## ■何があるとSFがうまくいった(いきつつある)というサインとして受け取りますか？

コミュニケーションを交わっていて、心地よい感覚がある

ちょっとした良いことを見つける視点を相手が持ってくれた時。

受け入れの幅がひろがっていると思える時。

相手が自分からいろいろ語り始めた時。

相手が喜んでうまくいったことを話している時。

大変な状況の中で、前向きな材料が見つかったことを喜べる時。

相手を信頼しようと思える時。

■SFを理想的に実践しているあなたややまわりの人の様子を想像してみてください。どんなことがイメージできますか？  
湧いてきたことを何でも書いてください。

息が深く落ち着いていて、出過ぎず、引っ込み過ぎず。

基本的に若干ポジティブなトーンを保っている。

わざとらしさがなく、自然な会話をしてるだけのように感じさせる

「何ができるか」を考えたり、考えさせるように仕向けている。

「何が欲しいか」を考えるようにしたり、仕向けたりしている。

何が起きているのか、現状の情報を静かに受け取っている。

まわりの人がアイデアを思いついたり、創造的になることを喜んでいる。

普通ならひっかかりそうな否定的事象に対して、存在することは確認するが違う視点でのとらえ方をいろいろ試しにあてはめている。

周囲と不調和の人に対して、受入れと好奇心を上手く伝える。

■あなたがSFを活用する上で重要だと思うことは何ですか？  
「心の態度」、「コミュニケーションの取り方に関する具体的な  
注意点」、「よく使う『質問』『言葉がけ』『フレーズ』」など、  
思い浮かんだことを自由にお書きください。:

全ての人は生命力の現れであると思い、良い悪いの判断を一旦脇に置く。

言葉はポジティブでも、声のトーンに否定的な要素があらわれてしまうと  
逆効果なので、息が落ち着いて言えるかどうかを内側で確認してから伝える。

前に他の人(場面)でうまくいったことが必ずしもうまくいくとは限らないので、  
目の前の人に対して新鮮な目を持つとする。

「他には？」は基本的には役に立つが、タイミングと頻度は場面によって違う。

not-knowing(不知の姿勢)は、自分が思ったことが正しいとは限らないからと  
いうこともあるが、相手が考えていることはミステリーだと思った方が可能性が  
ひろがるからだと考えるようになった。

プラスの反応をしようという構えでいると、早く反応し過ぎて表面的な会話に見えるので、ゆっくりをこころがけている。

余計なアドバイスをしがちなので、「言わぬが花」を思いだす。

「起こったことは最高さ」を思いだし、否定的な感情に浸らないようにする。

自分が与えられる影響は自分の指先までと心得て、そこから先は相手の領分なので敬意をもって接する。

# 回答データ分類項目TOP10

(1番を100とした時の割合↓)

- |                              |     |
|------------------------------|-----|
| 1、相手を肯定する(人を肯定する視点、OKメッセージ)  | 100 |
| 2、相手を尊重する(平等、個性を活かす)         | 71  |
| 3、小さな前進、小さな変化を大事にする          | 66  |
| 4、とらわれない(多様な価値観、決めつけない、心が自由) | 60  |
| 5、「どうすれば良い」「どうなれば良い」と考える(問う) | 57  |
| 6、できていること(うまくいっていること)に焦点をあてる | 50  |
| 7、肯定的枠組みでとらえ直す               | 48  |
| 8、良い表情になる(目が輝く)              | 41  |
| 9、行動を起こすことが重要                | 39  |
| 10、相手(や状況)の流れに合わせる(強制しない)    | 37  |

～ ～ ～ ～ ～ ～ ～ ～ ～ ～ ～ ～ ～ ～ ～