

## U理論に基づいた関係コンディショニングワーク

### —ある父子の関係変化を事例に—

名古屋商科大学 矢部謙太郎

#### 1 目的

この報告の目的は以下の三点である。第一に、人間関係の改善のためにU理論をベースとして考案された「関係コンディショニングワーク (RCW)」を実施することで、どのような関係改善がはかられたのかを、ひとつの事例を通じて紹介すること。第二に、その事例を軸にして、RCWがU理論とどのように対応しているのかを明らかにすること。第三に、それによって、難解なU理論を理解するための糸口を提供すること。

#### 2 事例

##### (1) RCWによって判明する「関係の悪循環」

父との関係にわだかまりを抱えている学生 A に対して、RCW の実施支援 (コーチング) をおこなった。所定のワークシートに記入する形で進められる RCW の実施によって、最終的に判明することがある。それは、自分の意図とかかわらず、「A を悩ませている父の言動・態度」を引き起こしていたのは他ならぬ A 自身であった、という「関係の悪循環」である。これが判明することで、A ははじめて、父の視点から見られている自分を実感することになる。それによって、A は「A を悩ませている父の言動・態度」を無理からぬことと理解し、父へのわだかまりの感情が解消、父に共感することになる。その後、A は、RCW によって判明した事柄について父に話すという自己開示をおこなうことを決意する。

##### (2) RCW 実施後の関係変化

父への自己開示のあと、父との関係がどのように変化したか、後日 A に対してインタビューをおこなった。それによれば、父への自己開示直後、父は A に対し自身の胸の内を率直に打ち明けてくれたらしく、その後、過去の関係においては考えられなかった、父と A との新しい関係が生まれていたことがわかった。新しい関係が生まれたきっかけは、A による父への自己開示によって、「関係の悪循環」という重荷が取り除かれたことによると思われる。

#### 3 結論

この事例における RCW および RCW 実施後の関係変化のプロセスを、U理論の7ステップに対応させてみると、RCW 自体は7ステップのうちの最初の3ステップに相当し、RCW 実施後の関係変化のプロセスは、残りの4ステップに対応していると考えられる。また、この事例を通じて、U理論のもつ以下の3特徴がわかる。第一に、過去からの学習ではなく「出現する未来」からの学習を促す理論であること。第二に、創造 (新しい関係) をもたらすスキルや手法というよりガイドラインであること。第三に、“What” (何をするか) でも “How” (いかにするか) でもなく “Who” (どうあるか) に注目する理論であること。

中土井僚、2014、『人と組織の問題を劇的に解決するU理論入門』PHP 研究所

Scharmer, C. Otto, 2007, *Theory U: Leading from the Future as it Emerges* (中土井僚・由佐美加子訳『U理論—過去や偏見にとらわれず、本当に必要な「変化」を生み出す技術』英知出版、2010)