




# 「会話」と「対話」 その決定的な違い

## 対話の定義と目的

単なる情報の交換である「会話」に対し、対話は**相互理解**の追求と**問題の探求**を目的とします。

-  明確な目的やゴールの共有
-  価値観の異なる他者との協働
-  「気持ちよく働く」ための基盤構築



# 相互理解を深める4つのプロセス



## 1. 準備

- 相手との溝（適応課題）に気づく
- ギャップ、対立、抑制、回避の4つの型を認識する



## 2. 観察

- 相手の言動を客観的に捉える
- 「ナラティブ」（背景・専門性・文化）を観察する



## 3. 解釈

- 相手の視点で自分を見つめ直す
- 新しい関係性の架け橋（構想）を練る



## 4. 介入

- 実際に行動し、結果を再観察する
- 関係の補強とリレーション構築の継続

# 自己理解と実践へのステップ

## | A.C.S診断：12の尺度

対話の第一歩は、自分のコミュニケーション傾向を客観視することです。



実践：少し苦手意識のある相手を選び、その背景にある「ナラティブ」を想像することから始めましょう。