

★個別フォローで話したい話題として準備をしてきていたものの、事前準備として考えの深め方が足らず、話があちこちに脱線してしまい申し訳なかったと思います。

いっぺんに解決しようとせずまずは10年プロジェクトの中で感じたことはフィルターをかけずに表に出す、ということに絞ってやっていこうと決めました。

あさみさんのお話についてはこれまで聞いたことのなかった部分の話で、迷いも含めたあさみさんの気持ちを聞くことができたと思います。

一方で「すべてをさらけだそう」をいう言葉の意味については認識の違いが現れたと思います。

話題によって一般的に感じる話しやすさ、話しにくさがある一方、その人の個人的な置かれている状況によっても自己開示のレベルは変わってくるし、自分では全部話しているつもりでも気が付かない本質が隠れていることもあると思います。

それを質問によって表に引っ張り出せば良いのですが、それは勇気よりもまだ質問スキルの部分かと思います。人の話を聞きながらいかに本質を見つけ出せるかという部分がまだ自分には能力不足なのかなと感じました。

えみさんのお話については前回のミーティングあたりで初めて聞いた話、個人ボードに書いていただいた話から発展していったのですがどうしても本音を言おうとするとパートナーを否定するような発言になる気がして話しにくさもありました。

ただその後の時間も含めある程度私の価値観の部分はお伝えできたかなと思いました。

ただ私が最後意見を言えたときは陽子さんの「どう思う？」発言があったから言えたと思うので、それがなくても自分で切り込めるような行動がまだ自分にはできていないなと認識しました。

ここは自分の課題である「黙っていた方が良い」が無意識に出ているところなので、意識的に気が付けるようにしたいと思いました。

(A.K 30代女性 富山県)