

・前回の個別フォローでは踏み込んだコミュニケーションが取れない理由が子供の頃からの成功体験の積み上げなのだと発見していただきました。

今回は次の段階として踏み込んだコミュニケーションを取らないとどうなるのか、何が困るのかをじっくり考えることができました。

はじめメリット、デメリットを考えた時にはなかなかじっくりいく答えが見つからずにいましたが、陽子さんの体験談をきっかけに自分の若手時代にお世話になった上司や先輩のことを思い出しました。

その人たちは私に対してしっかりと踏み込んだコミュニケーションを取ってくれたからこそ、時間が経過した今でも深く感謝しているし、その人たちがいたから今の自分があると思っています。

一方で今の自分は後輩たちからそう思われているか？と自分に問いかけてみると**YES**とは言えないなと思います。

また子供の目線から見た親の話をしていただき、私が思い描く理想の親像と陽子さんが話してくれたことがとても近いと感じられました。

子供や後輩から見た自分を意識してみると、長いものに巻か

れて迎合したり、面倒なことを避けて丸く収めようとする姿は見せたくないと感じました。客観視ができたことで、嫌なことはしっかり嫌と主張できる自分でいたいという想いを強く持てました。

これまでは自分の主観でしか考えられていなかったもので、面倒なことが起こらなければ良いと思っていましたが、客観視できたことで目指したい姿が明確になったと思います。

まだ無自覚に丸めようとするところがあると思うのでそのあたりはグループでの活動の中で遠慮なく指摘してもらえるような関係性を作っていけたらと思います。

今回も個別フォローでじっくり話すことができたからこそその深い気付きがありました。本当にありがとうございました。

(A.K 30代女性 富山県)