

・待つて実は続きがあったのかを見つけるという課題で、相手の話したいことを聞くことで、長尺で話さなくなるということが印象的でした。

確かに相手の言いたいことを遮って話を進めても、話の内容が入る隙間が相手に全然ないので、話を進めたところで理解を深められるはずがないと思いました。

私も陽子さんと話すときに、陽子さんは私の話を最後まで聞いてくれて、喋りきった?と確認までしてくれていたことを思い出しました。話したいことを喋り続けてもいいんだという安心感にも繋がると思いますし、次は相手のターンだと切り替えもスムーズにできる気がします。喋りきったかどうか判断できないときは、話したいことは話せた?と直接相手に聞いてしまうのも1つの方法だと思いました。

私が今回、待てたと思えた出来事は先輩に対してなのですが、質問をした時に、反応もなく作業を進める先輩に対して、今までは聞いてくれない、無視されたのではないかと勝手にマイナスな方に考えてしまっていました。作業中だったので今は質問をする時ではなかったのかと考えたり、聞こえてるはずなのに何で答えてくれないんだろうと不信感にまで繋がってました。しかし実際はその沈黙を待つときちゃんと答えてくれることが分かりました。沈黙=マイナスなイメージを勝手に持っていたのですが、それは決めつけだったと気付きました。反応もなく長い間沈黙を待つのは怖いですが、考えてくれていると今では思えるようになったので待てるようになりましたし、相手の印象も変わった気がします。

今回もコーチングの構造を意識して聞くようにしました。やはりリアルタイムで構造を理解するのは難しく感じてしまいます。会社で学生さんの面接に参加させてもらっているとき

は、今回はここがゴールなのかなと聞きながら考えることができるのですが、皆さんの話を聞いているときはなかなか頭に内容が入らないです。この違いは何なのか考えてみたときに、学生さんの話は私も就職活動を経験して想像が付きやすいので話しもずっと入ってくるのですが、皆さんのお話は私にとったらとても新鮮で想像もしづらいという印象があるのでそれで理解するのにとても時間がかかってしまうのではないかと思いました。皆さんのお話を沢山聞いて自分の引き出しを広げたいです。

ミスをしたら犯罪レベルにまで発展してしまうというお話も私にとったらとても驚きでした。陽子さんも分かりづらいとおっしゃっていましたが、犯罪レベルになってしまうと、毎日の反省文や営業停止などとても納得のいく処置だと府に落ちました。「ミス」と話していても会社や仕事内容によってレベルが違うのだと新しい知識になりました。言葉はとても曖昧だと改めて思いました。

そういう環境の違いがあるのだと少しでも頭にあれば、クライアントの話から、もしかしたらこうなのかもと考えられるようになるのではないかと思います。私の経験だけでは想像できないような環境があることを少しでも多く知りたいと思いました。

転職者と新入社員との接し方もとても異なるものだと感じました。私の会社だと新入社員と接する機会が多いです。ですので、私がコーチだったらどうしてやらないのかもっと本人に聞いた方がいいのではないかという方向に持っていきいそうだと思います。もっとコミュニケーションが必要なの

ではないかと、クライアントに寄り添ってしまいそうだと思います。そもそも家庭を持っている人なのだから大丈夫だとクライアントと距離を保ってそのことを指摘できるようにしたいと思いました。家庭がある方だとこちらが気にして接する必要性が低いのだと分かったので、これも知識として入れています。

コーチングの構造が全然ないときもあるのだと分かりました。モヤモヤする問題を掘り下げて考えて行動したとしても、世の中の考え方がそう簡単に変わる訳でもないというときは解決を目指さずに少しでも納得をしてもらうことがゴールになるのだと分かりました。私もやっぱり可愛い子がいいんでしょと思ってしまうことは全くないと言いきれないのですが、私もジャニーズが好きでビジュアルで選んでいるときも確かにあるなと気付きました。こういう風に自分もそういうところがあるなと気付けると他人に対するモヤモヤが軽減すると思いました。

ビジュアルが良いものを選ぶときはきれいなモノを選ぶ。その人間バージョンで考えると可愛いやかっこいいを選ぶことになる。陽子さんがおっしゃっていて、とても納得しました。あくまで人間はビジュアルの具体的な例の1つで、もっとそもそもそのところを考えるとそういうことになる。と分かって、具体的に抽象的の使い方を学びました。

クライアントがこうするべきだと考えていた場合は遠慮なくかみついた方がいいと分かりました。こうするべきだと分かりやすく話してくれていたら決めつけているなと分かるのですが、助けを求めてくれないという内容から助けは自分から言うべきだと考えているとすぐに受け取れないと思いました。ようは

こう考えていると自分の頭の中で柔軟に考えられるようにしたいです。

今回も皆さんのコーチングから新しい知識を沢山得られました。ありがとうございました。

(20代女性 東京都大田区)