

・初回の合宿は、チームItoの活動を続けられるかどうかがかかっていたし、楽しみより緊張の方が大きかった。ただ、今回は楽しみの方が勝ったし、初回より気負いのない、自然な状態で臨むことできたと思う。

全体を通して、それぞれのプログラムが充実してたのはもちろんだけど、プログラム以外の時間からも、お互いの価値観を自然に拾うことができたと思う。陽子さんから合宿の最後に、これからは「話したいことを自分達で作っていく」という話があった。

今までは10年プロジェクトでこんなことがあった、メンバーが辞めることになった等、話題がある種外部から提供されていたところがある。同じ出来事からそれぞれどう感じるか？感じ方は違ったとしても、それを恐れず出すことが1年目の目標だった。

それができるようになってきた今、そういう時期を過ぎて、自分たちで話したい話題を作っていくフェーズになったんだと陽子さんの話を聞いて思ったし、その手触りを合宿では感じられたと思う。

そして、陽子さんに感想でもらった「向き合うこと」について。

合宿で陽子さんから、「向き合うってことは、解決に向かって進めるってことじゃん！」とコメントをもらって、たしかにそうだよなあと思った。理想とかけ離れた自分を知ること、認めることは、勇気が要ることだ。知らずにいた方が、自己肯定感は保てるだろう。(ただの認知の歪みな訳だけど・・・)10年プロジェクトを直近辞めていったメンバーは、それに耐えられなかったのだと思っている。

たしかに勇気が要ること、しんどさを伴うことだけど、でも、今まで向き合わなければ良かったと思ったことは一度もない。今回も公開個別フォローであえて蓋をしていたことに向き合ったら、気持ちがすごく楽になった。自分の思い込みや固定観念に気付くことで視野が広がったし、自分の感情が理解できると、自分自身の取り扱いがうまくなる。向き合うことで次の課題が見えてきて、はてしなく思うこともあるけど、それはステップアップしている証拠だとも言える。

合宿を終えて振り返った時、メッセージとして1番心に残ったのが、「向き合うこと」に対する、陽子さんとの意識の違いだった。今までは向き合うことに対して、「えいや」という気合が必要だったけど、メンバーの力を借りながら、向き合うことにもっとナチュラルに取り組めるようになりたいと思う。

(E.M 40代女性 埼玉県)