

今回の個別フォローでは最初に、今後環境を変えるにあたって10プロの釜立てネタとも合わせて、土地柄について思い出したことを話しました。

住民以外に伝わりづらい地域特有のことについて、沢山聞いて下さってありがたかったです。

陽子さんが今の住まいで気に入っている点についても、条件面だけではなく、人とのつながりという観点で聞くことが出来たのもよかったです。

次に、大人の発達障害について、私が感覚として分からない点を中心に改めて深掘りをしました。

キツイ時も"気合と根性"で乗り越えてきた私ですが、そういった発達障害は"強い意志で乗り切る"という脳の使い方をやろうとしても出来ないし、トレーニングで治ると言うものでもないということを改めて聞きました。

一方で、「悪意」を持っている訳では無く、曲がった解釈をされる訳でもないので、率直に話すこと、気負わず普通に接することの大事さも伝えられました。

最後に、2024年のコーチングでの獲得目標について話しました。

これまでも「職場でコーチングを使えるようにする」が目標だったのですが、その思想・文化を自分から若手をはじめとした周りの人に伝えていくことを2024年の目標にしようと思いました。

共感ベースのチーム作りをしていると、旧来の指示命令系統の考えがベースにある、先輩や上司には揶揄されることも多々あります。実は陽子さんも似たような場面があると聞き驚きました。

そういった声のある環境であることも念頭に置きながらも、2024年は自分がコーチングの練習をするだけでは無く、職場の中で、「どうしたいの?」「何がしたいの?」といった声掛けが出来るような場づくりをしていきたいと思っています。

(A.S 40代女性 北海道)