

今回のFB会は冒頭陽子さんからの「話したいことある人？」という問いかけからスタートした。

前回チームとして「話したいことが話せなかった」という反省があったので、同じ轍を踏まないよう配慮して進めてくれたのだと思った。

メンバーAさんから、台北のオフ会でBさんが言いにくかったと打ち明けてくれたことについて、「今回はたまたま対面の機会があったが、それがなかったら言えなかったのでは？」「私は人に対して不快に思うことがほとんどないが、それでも言いにくいかな？」というフィードバックがあった。

このフィードバックは、これだけ自己開示してるのにまだ信じてもらえないのかという、Aさんの悲しみを私は感じた。

そこから私自身もBさんに言おうと思っていた、人に対して防御壁を張っていること、それが過去の失敗から来ているとBさんは言うけれど、それだけが原因とは思えない、という話をした。

過去の失敗から人と関係を深めるのが怖いと言われたら、大抵の人はそれ以上突っ込まないと思う。でも、私たちはそこで遠慮しちゃいけないと思った。私たち以外、Bさんの人生に深く関わる人はいないんじゃないかという気持ちもあった。

私の中では「言い切った」に近いくらい、遠慮なく伝えた感覚だったのだけど、その後の陽子さんからのフィードバックは、Bさんが自覚していない家族関係にまで言及していて、危機感が伝わるものだった。

私はBさんに対して、コミュニケーションの課題を伝えたいと思っていたけど、陽子さんが伝えていたのは、危機感だった。

その後の個別フォローでも言われたが、自分が思っていること以上のものは、相手には伝わらない(伝えられるはずがない)のだと学んだ。

Aさんへは、先日の台北オフ会で、人に頼まれたお土産を必死に探すのを見て、責任感の強さを感じたのと同時に、Aさんは自分のものに対しても同じように労力を払うのだろうかかと疑問に感じたことを伝えた。些細なことではあるけど、相手よりも自分を軽く扱っているのが表れているように思ったからだ。

先日の野生ポストにも、自分のことを「こんなもんだろう」と書いていたのが、とても気になった。Aさん自身もそこは自覚していて、変えていきたいと思っているという話をしている時、陽子さんから「Aさんの仕事ぶりを実際に見たことはないけど、そこそこなのわかるよ」というフィードバックがあった。台北の課題についても、目標回数は自分で決めていいよと言われたものの、みんな陽子さんの想定以下の回数で、もっと絞り出せるはずだと鼓舞してもらった。

私に対するフィードバックは、Bさんからは、先日ジャーナルでやり取りがあったトレードオフの関係について、捨てる覚悟はできているかという質問をもらった。そこから、「Eちゃんが余裕がないのわかるよ」と陽子さんに指摘された。思わず涙が出たのは、自分の本音を言い当てられたからだ。先日の緊急mtgで「余裕がない」に着地することを恐れたこともあり、自分でその状況を認められてなかった。めちゃくちゃ残業

が多い訳でも、アウトプットの時間が取れていない訳でもない。時間を取っているのに、やりたいことに追いつけない。そんな自分に情けなさを感じていた。

ただ、今までと同じ生活をしてたらダメなんだと覚悟ができた。陽子さんはもっと頑張れと言ってるのではない。人の力をもっと借りて、捨てるものを見極めて、時間を作るんだと改めて思った。

今回のFB会は、「聞ききること」を目標として事前に挙げていた。陽子さんの力もあって今回は達成できたと思うが、これをクラスAのメンバーだけで達成できるようにならない。そのために何が必要か、各々考えて、次回のFB会に臨みたいと思う。

今回もありがとうございました。

先日フィードバック会で、野生ポストのコメントに、自分の個性として書いた「しつこい」について、メンバーのAさんからフィードバックをもらった。「しつこい」という言葉には、一般的にネガティブなイメージの方が強い。ただ、粘り強く諦めなかったお陰で、仕事で成果を上げられたこともあるし、良い面もあるとは自覚していた。(長所も短所も表裏一体的な)

ただ、ネガティブな部分があるというのは否定できないので、それを出す相手、出力する量は、結構気を遣っていた。

フィードバック会で、陽子さんから「そもそもそれって“しつこい”なの？」と質問をもらった。

その時、これも“自己中”と同じで、周りからの刷り込みがあるのかもしれないと思った。何度も質問したり、納得しないことが、大人にとって都合が悪い部分があったのだろう。

父には「根性がある」と言われたこともあったけど、母からは「しつこい」と言われることが多かった。

同じ性格を表す言葉でも随分違う。もし、「しつこい」ではなく、「Eちゃんは粘り強いね」とか「根気強く頑張れるんだね」と、別の声かけをされていたら、周りの反応を気にすることなく、自分の個性としてもっとストレートに出せていたかもしれない。

これからは、「しつこい」ではなく、「納得感を大事にする」と言い換えてみよう。

言葉ひとつで解釈は変わる。それによって、行動に制限がかかっていたというのは、発見だった。(E.M 40代女性 埼玉県)