

今回の個別フォローでは、まず2ヶ月後に迫った合宿に関する不安を話した。すると、陽子さんから、「みんなお互いの仕事のことをどこまで把握しているんだろうね？」という言葉があった。たしかにクラスAのメンバーが課を変わってから、「一体支店って何人くらいいるんだろう？」と初めて疑問に思ったけど、意外とみんなの仕事の話を読んではいるけど、知らない情報がたくさんある。それを知ってることで直接的な何かはなくても、知っているからこそ、質問の精度が変わって来るのだと思った。「みんな想像で補って、わかったふり(納得したふり)をしていることが多過ぎる」と。クラスAの場では、「想像禁止」「想像している暇があったら聞く」を合言葉にやっていきたいと思った。

そして、今回GW企画で私は「納得感」をテーマに企画を考えたのだが、納得感について、先日ジャーナルで書いた事例を元に話をした。同僚のTさんが出荷作業の段取りしていないことに私は腹を立てたのだが、担当だったら仕切ってほしいという、私の価値感(べき論)が理由だったことに、陽子さんと話して気が付いた。感情では納得していないことがわかって、その理由までは理解していなかった。言語化して相手にわかってもらえるまで説明しないと、すり合わせにはならない。納得感にこだわるということは、自分の納得できるポイント、納得できないポイントがわかっていて初めてできるんだな。GW企画がうまく機能しなかった理由の一つはこれだろう。ジャーナルも事実を書くだけじゃなくて、なぜ納得がいかなかったのかまで深掘りして書かないと、自分自身の納得感を理解するまでには至らないと思った。

先日ジャーナルに「今年の夏休みは9連休を取りたい」という願望を書いた。それについて、「なぜ9連休なのか」と陽子さ

んから質問をもらう。今年の夏休みはオーストラリアに行くことが決まっていて、移動で前後1日潰れてしまうこと、1か所ではなく、2つの都市に滞在したいと思ったら、過去の旅行の経験から、5日だと詰め込み型の旅行になってしまうので、より長く滞在したいと思っていた。ただ、それは制限ありきでやりたいことを考えている状態だとフィードバックをもらう。たしかに最大で休みを取れそうなのが「9日」だからであって、それ以外に「9日」である理由はない。それ以上取れるのであれば、「10日」でも「14日」でも良いのだ。もちろん誰しも制限はあるけど、やりたいことを制限に合わせて削ぎ落としていくのか、制限ありきでやりたいことを考えるのかは、違うということにはよくわかった。

私を始め、多くの人が制限ありきでやりたいことを考えるのがデフォルトになっている。他にも、陽子さんが最近始めたトランポリンのレッスンを例に、理想の状態を常に考えるのが日常なのだと教えてくれた。子供の頃は誰もが「やりたい」で物事を考えていたはずなのに、成長して社会性を身に付けるにつれ、制限から考えるようになる。「変わっちゃったのはみんなの方なんだよ」という陽子さんの言葉が特に印象に残った。

また、合宿の公開個別フォローのテーマとして考えている「人の力を借りる」話について。私は自分ができないこと、不得意なことに関しては、比較的人にお願いがしやすい。自分にできることの方が、「何で自分でやらないんだろう？」と思われそうで頼みにくい。「自分にできる、できないはどこで判断してるの？」と陽子さんに聞かれ、先日ジムの筋トレのレッスンで、隣のおじさんに重りを借りた時の話をする。あの時は耐えられない重さだったから借りることができたけど、

無理すれば耐えられる程度の重さであれば、借りられなかったと思う。すると、それはそれで今日はいつもより負荷を上げて頑張った日ってことでいいんじゃない？と。人の力を借りる、借りないの判断をどうやってすればいいのだろうと思ったけど、これも要は「やりたいかどうか」なんだな。

今回も色々な話をしたけど、陽子さんは終始一貫して、「やりたいか、やりたくないのか」を問うてくれた。物事の判断基準の最優先に「やりたいかどうか」を置いていないから、ブレるし、迷いが生じるのだ。自分の思考の癖を変えるのは容易ではないけど、個別フォローで毎月矯正する時間を持っているのはありがたいと思う。陽子さん、今回もありがとうございました！

(E.M 40代女性 埼玉県)