

・久しぶりに参加者のうち2人に直接お会いすることができました。

冒頭では「自分の見られ方」「振る舞い」についての話だった。陽子さんは細かく人によって変えている、ということだった。それをある程度努力するように最近はしているけれども、その振る舞いをしきれない、もう付き合いきれないと思う時に消えてしまいたくなる(人間関係を辞めたくなる)ので、ここで無意識のうちに無理をしていたり、ゼロヒャク思想になるのもおそらく原因としてあるのだろうなと思った。

1つめについては弟さんの仕事を辞めることについて、母親と似たような感情を持っていたという話。フレンドリーな感じに見えるクライアントが弟さんについては結構頑なというか、多分頑なであると思っていたんだらうなあという反応が見られた。このクライアントはたまにそういう反応があるけれども、そういう状況になった時に私はコーチとしてどう進めていくのがいいんだらうかと思った。

2つ目については役職が上がるのに伴っての悩み相談。対象とする人が多くて、公平に評価できないという悩みであった。そもそも人が多くて評価するのは難しいのでは？とコーチが指摘するものの、クライアントは思うところがあるからなのかあまりいい反応が見られなかったような感じがする。あとでクライアント側の感想を見ると、なるほど上司の不公平な評価というのがあっての相談だったのだなということにはわかったが、たぶんここでいう公平ってそれこそ神様じゃないと無理なんじゃないかと諦められるのかそれともいやそ

れでもやる、という方向になるのか、どちらの方向を取るにしても難しいなと思った。

どちらのセッションも多分本人が頑なであることを自覚しているのかしていないのかわからないけれども気づかなくて、もしくは表に出していなくて先に進めない、みたいなセッションだったのだと思う。私はこういうときどう話を進めるだろうか、みたいなことを思った。

オフラインな皆様も、オンラインな皆様もありがとうございました。

(30代女性 千葉県)