

今回のアドバンスクラスは、陽子さんが仕事で休日対応が入ったとのことで、職場での開催を提案してくれた。陽子さんの仕事の話はこれまで何度も聞かせてもらっていたものの、実際に現場を見ることができるということで、前のめりで参加の返事をした。

アドバンスクラスの前に実際の荷下ろしの体験を(足手まいにならないようみんな必死…！)、アドバンスクラスの後に工場の中を案内してもらった。

アドバンスクラスの冒頭は、陽子さんの時間の使い方や、仕事とプライベートの線引きや、向き合い方について話をした。

陽子さんは、仕事だから、プライベートだからという線引きがあまりないという。それは、今回アドバンスクラスの職場開催を提案くれたことにも表れている。「仕事と被っちゃったからリスクしよう」ではなく、「両方できそうだから、みんなに提案してみよう」となる。やりたいことをやるために最善を考えるのが、デフォルトになってるんだなと思った。

そして、先日チーム活動で起きたことを例に、「○○しなければならない」という発想に陥ってしまうことについても、掘り下げてもらった。最初はやりたくて始めたことが、気付くとタスク化して、「○○しなければならない」と考えてしまうことがある。今回会話の中で陽子さんから「欲望のまま」というワードがあがって、ハッとした。私は自分の「欲望のまま」に自信がない。欲望のまま生きたら堕落する、怠けるという意識が強い。怠けるのが怖いとも言えるかもしれない。それは頑張る

のが正義(=怠けるのは悪)という親からの教えもあるが、プライベートのことにまで「～しなければ」が発動するのは、今もまだ自分で自分に呪いをかけ続けているからなのだと思う。

陽子さんが、色々な例えを出してくれながら、「Eちゃんがそんなに欲望を正確にわかっているとは思えないけどね」と言ってくれたことで、自分の欲望を正確に理解して恐れるならまだしも、理解していないことに対して、予防線を張って恐れていたんだなど。。。以前麻美さんの公開個別フォローで出た「思考していない罪悪感」の話にすごく似ていると思った。

また、今回職場での開催を提案した意図についても聞かせてもらった。その意図を事前に汲むことはできなかつたけど、もの作りは足し算の仕事だという概念は理解できた。普段私が仕事で取引しているメーカーはまさに足し算の仕事だ。足し算には足し算の苦労が、掛け算には掛け算の苦労があると思うが、「両方わかる」と、それぞれ行き来できることができ大事なのだと思った。メーカーとの関係がうまくいっていない時というのは、メーカーは「こっちの苦労もわからないくせに」と思ってるだろうし、こちらも同じように思うことがある。お互いの理解(=すり合わせ)が足りていないから、起きるのだろう。

最初のセッションは、平日自分の帰宅前に子供が頻繁に近所の友達の家にお邪魔していることについて、負担をかけているのではと不安に思っているという内容だった。これまでのクライアントの傾向から、不安の原因として「子供の振る

舞い」を挙げていたけど、自分自身に対する評価を気にしてのものだと思った。ただ、そこを指摘したところで、5分間セッションでは改善には繋がらない。感想戦でも、「その後どう続ける？」と陽子さんに聞かれたけど、悩んでしまった。陽子さんからは、「専業主婦を選んだ時点で、子供の友達が遊びに来ることも織り込み済みで、嫌なら家にいなければ良いのだから、本人の選択だ」という話があった。セッションで、本人以外に焦点を当てるに難しさを感じてしまうのだが(これまでの経験から話が本質から逸れたり、ドツボにハマリそうで)、クライアントの視点を変えるという意味では、有効だということがよくわかるセッションだった。

続いてのセッションでは、同僚の話を例に、「一生懸命やつていれば許容できてしまう」のは、「一生懸命やってる人を馬鹿にするのは嫌だ」という過去の経験に基づいた、偏った価値観なのでないか?と不安に思った話をクライアント役で聞いてもらった。感想戦も含め、みんなに話を聞いて、私は人を評価する立場でも、指導する立場でもないのだから、自分の物差しで判断したところで、さほど影響はないんだなと思った。陽子さんからは「みんながみんな成果で測るようになつたら、それはそれで職場環境としては辛いよね」と、メンバーCさんは「価値観の違う人が3人いれば平均される」と意見をもらって、会社の中のバランスに偏りがないのであれば、私は頑張りを評価するポジションでいいんだなと思った。ただ、まだ価値観が揺らいでしまうことがあるので、メンバーAさんが言ってくれたように、良い影響、悪い影響と切り分けて、良い影響だけを自分の価値感として残せるようになりたいと思った。

遠方から駆け付けたメンバーもいて貴重な対面での開催に加え、陽子さんの職場での開催だったからこそ聞けた話も沢山あり、スペシャルな機会となりました。ありがとうございました！

(E.M 40代女性 埼玉県)