

最初のシェアタイムでは、前回他のメンバーの方から提案してもらった「年の振り返り」について、事前のメッセージで提案していました。

陽子さんから当日、「どんな風に進めるの？(各自発表して質問 or コーチング形式で進める)」と質問されて、参加者の人数や時間との配分でどうやればよいのかの具体的な所が抜け落ちていたことに気付きました。

「やりたい」ことを提案する時に、具体的な所まで考えたうえで望まないと、効果的な時間にはならないのだと、提案だけのやりっぱなしになっていないか、改めて思い出しました。

私の今年の振り返りは、「コミュニケーション量が増えた」でした。職場での立場の変化、そして子供が中学校に進学したことでの環境の変化(付き合う保護者の数が増えた)での強制的な変化もありましたが、昨年、10プロの中で陽子さんとメンバーの皆さんから私が周りとあまりにもコミュニケーションを取っていないと指摘があり、変えていこうと心がけたこともありました。

コミュニケーションの取り組みは進んでいるのに対して、研究面は進んだのかという質問を頂き、その課題はずつと解決していない(この1年で大きな進展がなかった)というのは、自分の人生を考えたうえで大きな課題なのだと、振り返って思いました。

陽子さんは、今年は「伝わっていないこと」への絶望感を感じたと話していました。

私たちの話す内容の情報量が少なく、前提が異なったまま解釈してしまうことも多かったという話にもなりました。

次回、年始に行う会では目標だけ話すのではなく、必ず行動計画をつけて話すこと、そして建前やないものねだりの目標を立てないと聞き、自分の中のやりたいことリストで消えていったものを思い浮かべて、瞬間的な影響を受けて項目に入れていたものも多いと思いました。

コーチングセッションでは、前回の続きの話で話したいことがあったので、前回コーチをお願いした方に今回もコーチをお願いしました。

キャパシティーオーバーの女性社員の業務を、上司も交えて分散したもの、彼女が引き継ぎ相手の業務を引き受けるなど、業務量を減らすことへの不安感、抵抗感を感じていました。

業務量を減らしているのは、彼女に注力してほしい仕事を完了させてほしいという思いからでしたが、その意図が伝わっていないように感じていました。

コーチ役の方からは「私にも分かるはずだ」というメッセージを頂きましたが、その意図が、「私も同じだ」ということだということは、コーチングセッションの中では伝わりませんでした。陽子さんからズバッと「あなたも同じです」とストレートな言葉をもらって気付いた状態でした。

彼女は業務量が減ることに対して、会社に認められなくなるという不安からしがみついているのだとコーチに話してもらい、会社の方針転換に対する納得のいかなさを、順を追った説明で納得感を持ってもらわないと、同じことを繰り返すのだと思いました。

続いてのセッションは、よく怒っている上司について苦しさを感じて、声をかけられなくなったという内容でした。

コーチ役の方からは「上司は本当に苦しいんでしょうか？」と問い合わせがあり、クライアントが虚をつかれたように「そうかな？だったら聞いてみようかな」と言っていたのが印象的でした。

陽子さんからは怒りでしか意見を聞いてもらえないのは苦しいのは当然で、味方がいることを感じられると変わっていくという話があり、一撃で変えようとせず、関係性を作っていくことから始まるのだと伝えられました。

また、本来は自分の正しさだけで主張できるはずなのに、世の中にあるべき論、世間的な正しさが加わるとより自分の正しさを全開にできてしまう同調圧力についても話がありました。この自分の判断軸よりも世間体を持ってきてしまう部分は自分にもあると思います。

最後は私がジャーナルでコメントした社内でありたい姿について深堀りしたいとコーチに指名頂きました。

しかし、時間内に収まらず、クライアントの納得感を引き出すことが出来ないまま終わったので、コーチとしての大きな課題を感じました。

陽子さんからクライアントが大事に思っているものと、口にする大事にしたいものとの差があって、そのことに周りが気付いていないからずれが生じているのだという背景の説明を頂きました。

今回、会が終わった後、特別に時間をとってもらい、クラスAでの取り組み状況について、私たちの課題を丁寧に説明頂きました。

ジャーナルを読むときに文字面として流すのではなく、場面を想像して「アクティブ」に聞くことが必要なのだと伝えられました。

このことは、私が今日、コーチをしたときに感じた課題につながっていると思いました。

まず背景情報がないことに気付き、情報を聞くコミュニケーションにつなげて行きたいと思いました。

追加の時間も含めてたくさんの話をして頂き、陽子さん、皆さんありがとうございました。

(A.S 40代女性 大阪府)