

思い当たる言葉を
書いてみよう

昨年12月8日、主宰塾に集った受講者に次の14の設問項目を記した用紙を配布した。

1. 私は○○○を聞くと楽しいと

になります。

6. 私は○○○を食べるとご機嫌になります。

7. 私は○○○に行くとワクワクします。

8. 私は○○○を聞くと苦しいと感じます。

13. 私は○○○を食べると不機嫌になります。

14. 私は○○○に行くと怖くなります。

7つ目までは「どうしたらポジティブになるのか?」、8つ目からは「どうしたらネガティブになるのか?」について、10分以内で書き記すことを求めたのである。その後、互いに披露しあったのだが、実に百人百様であった。

「ツボに入る」

「聞くとき苦しいと感じるもの? 考えたことなかったな」。緊張する匂い? 全く思い浮かばない。食べるの不機嫌になるもの? そんなものあったかなー

「海外に行くときワクワクする。イルミネーションを見るとワクワクする。人それぞれに感じ方や受け止め方に違いがあることを知ることが大切だ」と、目から鱗が落ちたことを語る人。

「変わっていると聞かれると元気になる。やるべきことをやらないと落ち着かない。予想もしなかったことが聞けて楽しいと感じた」と、自分発見を語る人。

「深呼吸をすると落ち着くと聞いて、意識的に気持ち切り変えるスキルを身につけたい」と、自らの気づきを真摯に語る人。

「自分が楽しく嬉しいことは、相手もそうであるとは限らない。自分の価値観を相手に押し付けず、互いに尊重することを心がけた」と、中国の故事「小異を残して大同に就く(大同小異)」の由来を紐解きながら語る人。

「空欄が多かったことを省みながら、自分のことがわかっていないのか、それとも関心が向いていないのか」と、もつと自分を知ることが大事だと語る人。

「簡単な問いかけでありながら、ゲーム感覚で自分のことや相手のことをポジティブとネガティブ両方の観点から知る機会ともなって面白かった。しかも、面識のない人との話し合いでありながら互いの心の距離が近くなったのではないかと」と、伝達講習会で再現したいと語る人もいた。

ときに、どうしたらモチベーション・アップ(または、ダウン)になるのか、一人ひとりが「ツボに入る」ことをざっくばらんに語り合うというのは如何だろう!

転期に立つ経営の視座⁶⁹

「小異を残して

大同に就く」

はやかわ・ひろし

経営コンサルタント。「継業と人材創造塾」主宰。『介護ビジョン』編集委員、介護福祉教育マスター、健康経営アドバイザー。著書に『99の言葉の杖』(日本医療企画)、『早川浩士の常在学場』(筒井書房)、『介護人材創造塾』(筒井書房)、『介護保険改正に勝つ! 経営』(年友企画)、『データで徹底分析 介護事業の最新動向と経営展望』(日本医療企画)など。

HP: <http://www.hayakawa-planning.com>

2. 私は○○○を見ると嬉しいと感じます。

3. 私は○○○の匂いがするとリラックスします。

4. 私は○○○をすると落ち着きます。

5. 私は○○○と言われると元気が

9. 私は○○○を見ると悲しいと感じます。

10. 私は○○○の匂いがすると緊張します。

11. 私は○○○をすると落ち着きません。

12. 私は○○○と言われると落ち込みます。