



このレポートは、私・和仁が毎月のコンサルティング活動や日常生活を通して気づき、学ばせて頂いたことを書き留めたものです。
お気軽にご笑読頂ければ幸いです。

【今月の気づき】



『とりあえずフレームを先につくってしまえ！』

今、ホームページを全面リニューアルすべく、原稿書きにエネルギーを注いでいます。こういう仕事は、遅れてもお客さんに迷惑がかかるわけでもないため、気軽に先送りしてしまい、ズルズルと納期が遅れがちです。これに近い例では、中長期のビジネスプランづくり、社内規定の整備、社内マニュアルづくりなども同様でしょう。

そんな「緊急ではないが重要なこと」に手早く取りかかるコツを見つけました。それは、「とりあえずフレーム（写真の額縁）をつくってしまえ！」です。

わたしの場合、ホームページの製作原稿として、「プロフィール」「セミナー問い合わせ」「ビジョナリーパートナーのコンサル・スタイル」など多岐にわたる原稿執筆に迫られています。どれ1つとっても、1時間以上はかかりそうな作業です。これをまとめてやるのは、大変なことだし、そのようなまとまった時間はなかなか確保できません。なにしろ、緊急性が低いので、ほかに優先したいことがいくらかでもあるからです。

そこで、わたしは次のことをしました。まず、ワードを立ち上げ、1行目に「プロフィール」などの見出しを入力し、ファイルに保存名をつけて保存する。そして新しくワードを開いて次は「セミナー問い合わせ」、さらに次は「コンサル・スタイル」というように、次々と見出しだけのファイルをつくっては保存していきます。それらをプリントアウトして、ホチキス綴じして鞆に入れ、移動時間に手書きで書きこんでいけるようにします。不思議なもので、**見出しだけ書いてあって本文が真白だと、「何か言葉で埋めたい」気持ちになってきます。**その勢いを借りて、手書きでなぐり書きして、あとでパソコンで清書するのです。

実ははじめのとっかかりが最大の壁。なぜなら、もともと避けたい作業なので、無意識で「できるだけ一気に作りあげてしまおう」と欲張りになってしまうからです。しかし、それがかえって精神的負荷となり、はじめの一步をためらわせる原因にもなるのです。

本文は真白でいいから、見出しだけでも書いてみる。すると意外とスイッチが入って、そのまま1時間ぐらい内容を書き始めてしまうこともあります。そうなればしめたもの。

はじめの一步を踏み出したければ、入口だけでもつくってしましましょう。

【今月の一冊から】

『一人になって自分の充電をする。』

>人の世話をすることに関する最高のアドバイスとして、飛行機の客室乗務員の言葉を二人
>とも忘れないようにしている。「周りの人を手伝う前に、自分が酸素マスクを着けてくだ
>さい」 面倒見のいいジェイは、自分の面倒を見るのをよく忘れる。肉体的にも精神的に
>も疲れ切ったら、だれのことも助けられなくなる。幼い子供の世話はとくにそうだ。
>だから、一日のうちのたとえわずかな時間でも、一人になって自分の充電をすることは、
>弱いことでも利己的なことでもない。僕の親としての経験では、小さな子供がそばにい
>ながら、元気を回復することはむずかしい。自分を優先させる時間も必要になると、ジェ
>イもわかっている。

(『最後の授業』ランディ・パウシュ 著 ランダムハウス講談社 P.239 より引用)

先日、妻の誕生日プレゼントとして、一泊二日の一人旅に送り出しました。
土日のお休みだったので、娘の世話はわたしが行うことに。

このプレゼントの意図は、妻に一人になって自分の充電をさせてあげること。
わたしは仕事で毎月1～2泊の出張があり、必然的に家族とは距離感が生まれ、そこで自分
の充電をしています。しかし家にいる妻は、四六時中、家事と育児から離れることがありま
せん。つまり、朝から夜まで家族と離れて一人で過ごすことは、病気で入院するぐらいのき
っかけでもない、なかなか取りにくいものです。

人と人との距離感というのはとても大切で、「もう少し一緒にいたい」と思えるぐらいが理
想的なんでしょう。でも日常生活を共にすると家族とは、なかなかそう都合よくはいき
ません。とりわけ幼児がいる場合は要求も多い分、ストレスがたまることもあります。

それは、自分と親との関係をみるとよくわかります。学生時代に親と一緒に住んでいたとき
はあまり会話も交わさなかった人でも、結婚して独立し、年に数回実家に帰るぐらいの距離
感になると、親に対して思いやりのある言葉をかけることができたりします。いつも顔を
つきあわせていると、相手への不満や欠点ばかりが目についてくるし、お互いへの要求が増
えていきます。しかし、たまに会う場合は、それらが目につく前に接触時間が終わるので、
気持ちよくつきあえるし、嫌な感情をあとに引きずらずに済むのです。

一泊二日の旅から帰ってきた2日目の夜。娘はママを見て大喜びし、ママは娘を一層、愛お
しく感じていたようでした。忘れかけていた気持ちを思い出す、そんなきっかけづくりの意
味でも、あえてつかの間でも距離を置いてみる。一人になって自分の充電をすること。
そのための大義名分を用意すること。とても価値があるだと感じました。