

よさニュースレター

発行:チームのよさがみえる会議

2018年10月

本音を言うって、本当に大丈夫なの?

チームのよさがみえる会議では「心理的安全性」をチームに育むことの重要性とその影響について、 これまでにいくつかの事例を踏まえて説明してきました。

「心理的安全性」とは簡単に言うと「安心して本音の想いを言える空気感」がそこにあることです、 とセミナー等でお伝えすると、よく出てくる質問があります。

それは「本音を言ったらその場がめちゃくちゃになるのではないか?」「だれかを攻撃してしまう 場にならないか?」「みんなが言いたいことを言ってばかりの場になって収拾がつかなくなるのでは ないか?」という意見です。



この場合、本音ということを例えば「誰かに対する不平不満」と想定し「それを言い始めたら大変なことになるのでは?」と いう心配や不安をお持ちでそういった質問をされるのですが、確かにその心配もわかります。想像すると恐ろしいですよね…

さて、ここで「本音」について私たちの見解を述べます。

このケース(誰かに対する不平不満)において、私たちの考える「本音」とは不平不満の奥底にあるもの(認められなくて悲 しい、わかってもらえなくて辛い、など)と考えます。この場合だと「本当は話を聴いてほしかった」「やっていることをそ のままに認めてほしかった」という、人間の中にあるピュアな部分。本当に大切な気持ちです。

この本音を扱うには個人的サポートが有効な場合も多々ありますが、このような場合チームとしてできることは「そういう気 持ちもあるよね」「あなたはそう感じたんだね」とチーム内で受け止め認め合うことです。

そういった一見ネガティブで話しにくい気持ちも伝え合える場、受け止めあえる場。そういう場こそが「心理的安全性が高い」 場であると考えます。それは個人的な気持ちなど何もかもを話すということではなく、「チーム」を考えた時に"必要なこと が必然的に"その場で話されることになるのです。不思議なものですが、それが現場で起こるのをいくつか見てきました。

ですので「安心して本音の想いを言える空気感」がある場であるならば、そこは「誰かの」ことを攻めたり不平不満を言い合 う場ではなく、「自分は」「チームは」が主語となる場になると考えます。

そして最終的に「この空気感を出せるチームで良かった」「ここで活動できることが嬉しい」そう思えるメンバーがいること こそ、チームにとってとても大きな財産になると思うのです。

今回ご紹介したことは「そんな簡単にはいかない」と思われることかもしれませんが、少しずつ心理的安全性を育んでいくこ とでこういったこともできるようになってきます。そのための第一歩がよさ会議なのです。

初開催! Zoomで座談会 (参加者募集中)

上の記事でも取り上げた「本音」について、さらに じっくり多角的な視点から 皆さんとお話したいです! お気軽に参加申込をどうぞ☆

オンライン座談会

~本音を言うって、本当に大丈夫なの?~

- あなたのチームで「本音を言う」ってどんな感じ?
- ・よさカードを用いて「本音」について意見交換・対話 など

日時: 10月12日(金) 20:00~21:30

オンライン会議システムzoomを使用 (パソコンかスマホから接続いただきます)

参加費: 初回開催につき 無料

申込方法: 最下部メールよりご連絡ください

LINEで10分!わたしたちのミニよさ会議

【今日、自分にかけてあげたいメッセージは何ですか?】 ある日のミニよさ会議。そのメッセージの背景が気になり、 やりとりが盛り上がりました!(笑)



- ・早起きいい感じだね!朝から活動できて 良かったし、今日も焦らずじっくりいこう!
- ・今日の仕事を堪能しよう。ここから始まって 小さな一歩を積み重ねるイメージで。
- これから良くなるための調整もあるだろうから ゆっくり自分のための時間を持ってね
- ・どんな気持ちが出てきても、間違いってことは ないんだよ



井上



・朝から焦ったね!ここ最近では一番のドキドキ だったね!

・いろいろ後回しにしていることを一つずつ片付 けて、スッキリした気持ちで明日を迎えよう!

©2017 チームのよさがみえる会議

チームのよさがみえる会議

~ 距離感が縮まる、「このチームでよかった!」という声が増える~

- 「チームのよさがみえるセミナー
 - ~よさカードを用いて心理的安全性を育む方法~1
- ・よさ会議ファシリテーター養成講座 ・よさ会議 継続コース



お友達登録してください☆ LINEの1対1トークで チームのご相談も歓迎!



- ・メール info@43-labo.com
- ・ブログ https://yosakaigi.amebaownd.com/
- ► FBページ https://www.facebook.com/yosakaigi/