

女性チャレンジ応援拠点だより 2020 5月

〇〇〇〇 コラム【薫風五月、未来へいざなう】〇〇〇〇

新緑が清々しく、初々しく、瑞々しく、樹々のそばを通ると、薫りで若葉の芽生えを教えているようです。「コロナショック」で先行き不透明感は続いています、薫風の季節がわたしたちの気持ちを「明日」への希望にいざないます。

さて、先月 7 日の「緊急事態宣言」からこの間、みなさんはどう過ごされたでしょうか。仕事に関連することばかり、給付金申請のための準備をしていたという方も少なくないと思います。何ごとも余裕をもって取りかかすることでスムーズに事が運びます。ミスやトラブルも未然に防ぐこととなります。そこで、今月の「チャレンジが実る流儀〈ケーススタディ〉」は、



～ケース 2『早めに着手、中断は OK』～

活動を始めて 2 年の方の例です。それなりに認知度も高まり、活動開始から 3 年目の節目を前に、本領を発揮して、存在感を増し、次の 3 年へとつなげられるかどうかの大事なタイミングです。ご本人もそれを実感されています。

そこで一つ、絶対にあらためると決めたことが、仕事の案件に早く臨むというもの。これまではいつも直前になってエンジンがかかり、急ピッチでやっていたそうです。なぜそうなるのか…、自分なりに考えてみたところ、やり出したらそれに集中してしまい、他のことに気がいなくなるからだといいます。

集中できるのはよいことです。でも大抵、終わってから、もっとあれもできた、これもできた、ふり返っている自分がいる、反省している。それではダメだと自分に言い聞かせたそうです。もう反省は繰り返さない、いま変わる！

今後は次のようにすると決心されました。まず 1 ヶ月前までには、案件に着手する。3 時間ほど集中して、仕事の内容の全体を確認し、進め方などをざっくり検討し、頭に入れる。そのまま続けたければ続け、そうでなければ、いったん中断して、別のことに時間を使う。でも、頭の中ではその案件のことも常にあるので、時間をかけて練っていく。合わせて「朝型」にもチャレンジしてみるということでした。

ちなみに、案件が重なれば、思考的にも時間的にも重層的になりますが、個人で活動されている方は、仕事にあてられる総時間を超える仕事を受けないことも、仕事のパフォーマンスを高め、維持するポイントになります。公私ともに、想定外のことや、緊急対応などが必要な場合もあり得ますので、一定の時間的余裕を確保することはセルフマネジメントの面からも大切です。自分ならではの才能を仕事で十分発揮するための最適なアプローチ、それはやはり個人が見つけ出していくものですが、この〈ケーススタディ〉をヒントにご自身で試して合ったカタチを見つけていきましょう。

当面の間、拠点は休室しておりますが、電話とメールにてご相談をお受けしています。話してみたり、文字にしたりすることで、自分の考えを俯瞰したり、まとめたりするきっかけになるかもしれません。みなさまのご利用をスタッフ一同お待ちしております。

〇〇〇〇 休室のお知らせ 〇〇〇〇

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、当面の間休室しています。休室中は、火曜日と土曜日の下記時間帯において、電話にてご相談をお受けしています。メールでのご相談もお受けしますが、返信にお時間を頂く場合があります。電話番号、メールアドレスは下記をご参照ください。みなさまにはたいへんご不便、ご迷惑をおかけしますが、なにとぞご理解、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

女性チャレンジ応援拠点

場所：大阪市天王寺区上汐 5-6-25 クレオ大阪中央 4 階
電話 & ファックス：06-7659-9640
メール：women-kyoten@danjo.osaka.jp

【電話対応時間帯】

火曜日：10 時 30 分～12 時 30 分
土曜日：13 時～15 時

