

The Hop Step Times

August 2024

The Introduction of Program (6月グループプレゼン紹介)

本プログラムは、職場を想定した一か月間のグループワークを通して、自身の思考傾向や癖を見つけ、他者からのフィードバックにより自己理解を深めるものである。

6月は「ほっぷの企業向けパンフレット改訂」を課題に活動した。参加者はデザイン会社の職員、ほっぷは依頼主という想定で、参加者は二つのグループに分けられる。二つのグループがそれぞれ依頼主の要件を満たすようなパンフレットの作成に従事し、活動最終日に実施されるコンペの場で、依頼主から二グループのパンフレットの採用、不採用の判断が下される形となる。依頼主から「企業連携する際に当施設についてスムーズに理解してもらえるようなパンフレットの作成をお願いします。」と、新パンフレットに対する大まかな要望が提示され活動が開始された。

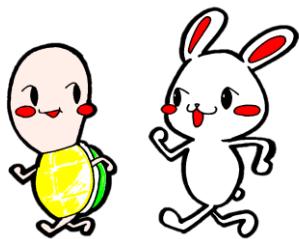
新パンフレットを作成するに当たり、展開A3二つ折り一枚の指定があり、現行のパンフレットよりも内容を大幅に絞る必要があった。その為、ほっぷの利点やリワークの概要等を細かく説明しようとする、文字ばかりとなりパンフレットとしては見辛いものとなってしまふ。少ないスペースをいかに活用するかが両グループ共に頭を悩ませるポイントとなった。

作業の進め方はグループによって大きく異なり、一方は、メンバーの一人一人が思い思いのパンフレットを作成し擦り合わせる方法、もう一方は、個人の適正にあわせて担当を分け、全員で一つのパンフレットの完成を目指す方法と、メンバーの特色を生かすために、全く異なる方式で作業が展開していったことが印象的であった。

各グループメンバーが四苦八苦しながら新パンフレット作製に携わり一か月後、二つのパンフレットが無事完成しコンペ当日を迎えた。各グループのパンフレットは、一方は緑を基調とした優しさを感じさせるデザインに、写真を活用し見やすさを重視した王道のレイアウト、もう一方は青を基調としたスタイリッシュなデザインに、中央に配置した図の周囲に各種説明を添えるという奇をてらったレイアウトと、対照的な印象の仕上がりととなった。

コンペには、審査員としてほっぷのスタッフ二名と、広報の分野に造詣の深い病院スタッフ一名が参加した。各グループのアピールの後には質疑応答が行われたが、文字の大きさやフォント、図の配置や改訂履歴の有無など、製作側が重要視していなかった要素に関する指摘が多く飛び出し、結果発表までの休憩時間は参加者のどよめきに包まれた。

結果発表では、「どちらのパンフレットもそのままでは採用できないが、細かな改良を加えれば十分に採用圏内」という決着を迎えた。また、「両者にはそれぞれ異なる良さがあり、客層などにより二つのパンフレットを使い分けて運用できる」と、両者に明確な優劣がなかったことも示された。



アピールの様子



結果発表の様子

筆者も本活動に参加したが、パンフレット作成のノウハウは全く分からず、ネットで調べたり、手探りで作成してみたらグループ内で話し合って改良していったりと大変な一か月となった。しかしながら、初見の事柄に対して、同僚や上司と意見をすり合わせながら仕事を行う良い訓練になったほか、専

門的な観点からの評価基準に、製作側が重要視していなかった点が多く含まれていたことから、正しい他者視点について見つめなおす良い機会にもなり、全体を通してとても良い学びの場であったと考える。

The Introduction of Hop favorite book (ユーモアは最強の武器である)

今月は図書委員会によるほっぷ図書の紹介記事を掲載する。以下はほっぷ図書にある『ユーモアは最強の武器である』の紹介である。

「ユーモアを発揮しよう」と言われると、「自分にはユーモアのセンスはない。向いていない。」という方が多いのではないだろうか。ましてや、仕事の場面でユーモアなんてより難しくなる。

しかし、こんな話を聞いたら、ちょっと興味湧くのでは？

「怖そうな上司が赴任してきた。その上司は、挨拶で、会社が傾くような

自分の失敗談をユーモアたっぷりに話した。その後のその組織は、失敗を恐れず、多種多様な意見が活発に飛び交う組織に変わっていった。」

筆者はこの本を読んで、ユーモアのハードルの高さが変わった。ユーモアを披露して笑わせることにとらわれる必要はなく、ユーモアを用いるだけでその人と一緒にいることが心地よいと思ってもらえることにつながり、良い発見になった。人間関係がうまくいくようになるツールとしてユーモアを取り入れていながら、ほっぷでの活動や復職後の職務に取り組んでいきたい。

The Introduction of Program (ホームルームに初登場！推し曲紹介)

7月某日、ほっぷのプログラムの一つであるホームルームが実施された。ホームルームとは利用者が今の自分たちの状況に合わせて主体性を重視し、この時間をどのように過ごすかを話し合っ決定、実施するプログラムである。

この日実施する内容は「推し曲紹介」に決まった。「推し曲紹介」とは提案者によると、自分の好きなアーティストや曲を前に出してみんなに紹介する、というものであった。過去のホームルームで一度も行われたことのない新しいものであったことや「推し曲」というワードが斬新に見えたことが強く皆の興味を引いたようだ。また、普段自分の意見を伝えたり、発表、プレゼンしたりすることが苦手な利用者も多いが、自分の好きなことであれば発表しやすく良い練習になるのではないかと、利用者の好きな物をお互いに知ることによって、コミュニケーションのきっかけにもなるのではないかと、本提案は共感を得て採用された。

場所はフィットネスルームで、椅子を並べ観客席が作られた。持ち時間は決めてはなかったが一人5分程で全

員が紹介することとなった。紹介者は前に出てアーティストや曲に対する思いの丈を伝えてから、モニターにYouTubeで曲をワンコーラス流すというのが主な流れであった。新しい曲、古い曲、邦楽、洋楽、マニアックな曲、メジャーなアーティスト、マイナーなアーティストから環境音まで十人十色の選曲。朝に聞くと元気が出る、リズムが好き、ダンスがかっこいい、実は歌詞には知られざる意味がある、今の自分の心境にぴったりだ、曲を聴いていた当時の熱い感情がよみがえる、等々多種多様な理由で紹介がなされ、大盛況の会となった。

実際、「推し曲紹介」するにあたり内容を考える時間はあまりなかったのだが、そのなかでも皆が自分の「推し曲」をしっかりと紹介することができていたのには驚いた。筆者としては自分の言いたいことが説明不足でうまく伝えることができず、改めて伝えることの難しさを考えさせられる回ではあった。今後もホームルームならではの提案が挙がるのが楽しみである。

The Message from GRADUATES (ひとりで悩んでいても解決しない)

本紙は某日A氏にアンケートを実施した。A氏は約7ヶ月通所したほっぷを卒業し復職した。本記事ではアンケートを抜粋し紹介する。

Q1. あなたにとって良かったプログラムを教えてください。

A1. 「アサーション×SST」他のプログラムのベースとなるコミュニケーションの知識と技術を身につけられるため。

「リワークコースプログラム」ハードルが高いグループワークで自分の癖が出やすく、メンバーからのフィードバックをもとに自己理解が進むため。

「グループプレゼン」グループで目標に向かって試行錯誤していく過程で自分の癖が出やすく、成功しても失敗しても学びがある。

Q2. ほっぷ通所前と現在とで、変わったなあと思う自分の行動や考え、気づいたこと等あれば教えてください。

A2. どれだけ自分一人で考えても不安感は解消しない。不安な時、他者に助けってもらえるためにどうするかを考えて行動する。

Q3. もし、退職前の自分に一言声をかけるなら、どんな言葉をかけますか？

A3. 『ひとりで悩んでいても解決しない。他の人との関係が解決の鍵。』

Q4. 最後に、残されるメンバーにメッセージをお願いします。

A4. なぜ退職したのかの真の原因を追及しましょう。その後のほっぷでの活動の充実度が高くなると思います。フィードバックなど色々お世話になりました。ありがとうございました。

通所初めは一人きりで考え込んで作業し、振り返りの場で「早く相談すればよかった」と自分の癖に嘆いていたA氏。これを繰り返すうちに、困ったら直ぐに確認・相談するように行動変容していったことが、同じワークに取り組む機会の多かった筆者の印象に残っている。ほっぷでの経験を忘れず、復職された職場でのご活躍を祈る。