

# 5つの力を身につけた5人のStory<sup>物語</sup>



＜ Story 3. コミュニケーション ＞

仕事のために得た学びは、  
5人の子どもの母となった今、  
家庭のためにも活かしています。

黄 理恵 (Rie Hwang)

## 仕事のために必死で見つけた “自立型セルフマネジメント”。

2009年、第一子の幼稚園卒園とともに、フランチャイズで学習塾を開業しました。はじめてのことでしたが、教室に来た生徒さん達に「あの教室に行って良かった」と言ってもらえるようにしたい!と思い、教育に関する書籍を片っ端から探して「これだ!」と思い出会ったのが、代表理事である原田先生の書籍でした。

「普通の子が1番になる!」ためのメソッドにはその日の晩は眠れないほどの感銘を受けました。これなら自分も成長出来るし、子ども達も伸びると確かなイメージが持てたからです。

三大ツールの一つである「セルフマネジメントシート」を自分で初めて書いてみたとき、まず「私って欲張りだな」と思いました(笑)。達成したい目標がこんなにあったのね!と(笑)。仕事の目標も描いて達成するべく進んでいたのですが、その頃に第4子が生まれ、赤ちゃんを幼児を抱えて仕事に真剣に取り組むことに対し、親世代の方に「子どもいるのに仕事するの?」「そんなに小さいうちから保育園?」と言われたりすることも…。自分の求めていることと、「母親である私」の世間からの

見られ方にジレンマを感じることもありました。そんな時も、子ども達の寝顔を撫でながら自分に対して「絶対にやりたいのか?」という覚悟を問うきっかけになりましたね。

また、共に自立型セルフマネジメントを学んだ主人の存在は大きいです。いつも支援者として「ストローク(関わり)」を与えてくれる存在が、「失敗したっていいじゃない。大切な人がいつもいるのだから。」という気持ちを同時に持たせてくれました。今でも安心して夢を描く力になっています。

## 自立型セルフマネジメントで 夫婦間のコミュニケーションが より円滑に。

現在は今年出産した第5子も加わり、主人と0歳～11歳の5人の子どもの7人家族です。家事だけでも、正直大変です(笑)

以前の反省なのですが、子ども中心の生活に傾きすぎたことで、主人とのコミュニケーションが「生活をどう回すか」という、タスクが会話の中心になっていた時

がありました。

しかし今年私が第五子の妊娠中に参加した、JAPANセルフマネジメント協会の認定インストラクター養成講座をきっかけに「ストローク(関わり)」は本当に家庭でも意識するようになりましたね。

今では夫婦で「セルフマネジメントシート」や「ルーティンチェック表」をシェアすることで、互いを深く理解するためのコミュニケーションツールとなっています。

最近あったことですが、主人のルーティンチェック表にはとても朝早い時間の出勤時間が記載されていたのです。これっていきなり実施されると「子ども5人抱えた朝の一番忙しい時間に何で?」とケンカの火種にもなりかねませんよね(笑)。

でも、普段から主人が「一緒に書こうね。」「こんな風を書いたんだけどどう思う?」と会話の中に協会のツールが入ってきたおかげで、書き出されている内容を元に、シェアだけでなく理解を求め合うコミュニケーションがとれるのです。何かひっかかることがあっても、何が問題で、何に対して不満を感じるのか、その要素を的確に指摘し、理解が出来るようになったのは大きいですね。

この場合は「毎朝早く家を出ることに対して、私に理解を求めて欲しい。朝を労って。」と伝え、「ああ、そうか!シェアしたからOKだと思ってたよ、ごめんね。」と返ってきて、瞬時に一件落着です。

夫婦でそれぞれ目標があるのですが、それらに向かっていくためには家庭が良い状態にあることが必要だという共通の認識がありますから、自然と「ルーティンチェック表」の日々の行動には5人の子育ての内容が夫婦ともに書かれています。お互いにシェアすることで自然と家族の役割分担ができ、子育てを以前に増して2人で協力してできるようになったことも変化の一つです。

## 自分が変わること 家族も変わった。

子どもに対しては良い習慣形成が重要だという考えから、私がとっていた手段が「宿題をしなさい。」などとうるさく言うことでした。今思うと子どもの内発性を無視して習慣形成をやらせようとしていましたね。

自立型セルフマネジメントを学ぶことで、習慣形成以前に子どもの内発性を重視しようと、夫婦で話し合い、内発性を生むために、何をすべきかを夫婦で確認しました。

また、私の母親との関係にも実は良い影響がありました。私は在日韓国人3世として生まれ、生きていくの

に必死な歴史をもつ世代の母親によって母子家庭で育てられました。親世代は、お金や地位、学歴という有形のものに強い価値観を持つ方々も当時はまだ多く、「お金を多くもつこと=成功」だ、との教えを受けてきた経験もあります。否定はしないのですが、ただ、私はそういう考え「だけ」を押し付けられることに馴染めず、有形の成果でしか自分を認めない母親をうまく受け入れられずにいました。

しかし、今では「目的・目標の4観点」の視点によって、本当は「追い求めるものは有形のもの」だけではないという考えに自信が持てました。価値観の違いも整理することが出来てからは、母に優しく接する時間が少し出来るようになりました。母と娘の関係のあり方はとても重要です。自分自身も母親である今、娘たちや、これからインストラクターとして講座を開催することで出会える女性たちとシェアしたい部分ですね。

## 「これは母親が学ぶべきメソッド」 だから広めたい。

協会の認定インストラクターとして日本全国飛び回って講座を実施したいです。いや、します!(笑)自分自身の経験から感じていることなのですが、子育て中の主婦が学びを得る機会って本当に少ないですよ。だからこそ学びやすい環境を整え、この学びを伝えていくことで家庭にいるママたちに自信をつけてもらいたいです。理想は「家庭+1(プラスワン)」の輝くステージ進出(笑)。

また、夫婦で学んでもらえる場もつくりたいですね。私は当初、仕事のため得た学びが、今では家庭でも役立っています。主人もこの学びをきっかけに家庭だけでなく、仕事の面での成果にもとても繋がりました。一つの学びが、家庭でも仕事にも活用でき、大事な部分はともに繋がっているのです。

家族皆が、家庭でも、職場でも学校でもイキイキと過ごすための学びをたくさんの人に伝えたい、という思いです。そのために私自身これからも日々成長しながら、そして実績をしっかり作っていくことも達成しながらこれからも輝きを磨いていきます!

