



紀々(きき)

1998年に早稲田大学第一文学部哲学科東洋哲学専修を卒業後、電子オルガン奏者に。2003年、生涯学習開発財団認定コーチ資格取得後、ライフコーチの仕事始める。2009年、日本コーチ協会沖縄チャプター初代代表。企業研修やブログ「紀々の記」等を通じて、働く現場の元気度アップに取り組んでいる。

# 大事にしたい「自分の根っこ」

## 自分を再確認できる 子どものころの夢

子供のころ、あなたは何になりましたか？ あこがれていた人は、どんな人ですか？

コーチングに限らず、私は、その方の「小さいころの夢の話」を聞かせてもらうのが大好きです。それは、将来の目標の話聞くよりも、ずっとその人らしさが伝わり、その人の本質がよくわかるから。

大人になってからの目標には、理想やカッコつけなど、いろいろな作用があつて、個性や「らしさ」が見えにくくなっていると感じます。一方、小さいころの夢には、計算も、可能性も、世間体も、何も考慮されていないため、たくさんの貴重な情報が入っています。だから、聞いていてワクワクするのです。

「仕事を辞めたい」という相談を受ける時にも、私は必ず「小さいころの夢」の質問をしています。もちろん、多くの方がそのころの夢とは違う仕事をしています。

私も、その一人。私が「なりたかったもの」シリーズは、ピンクレディー、音楽の先生、チンドン屋さん、演奏家、親善大使、医師…。演奏家は唯一実現しましたが、そのほかの夢は実現しませんでした。でも、「なりたかった要素」は、今の仕事の中でかなえられていると感じています。

それに「小さいころの夢の話」は、単なる思い出話ではありません。「今の自分が、本来の自分の持ち味を生かしているかどうか」、そして「今、描いている未来は、本来

の自分自身とつながっているかどうか」の確認ができるところが一番の魅力。自分自身を知ることができ、また、相手もあなたのことを理解するきっかけになると思います。

好奇心旺盛の私の場合、なりたいた職業はバラバラに見えるかもしれませんが、「なりたかった要素」は共通していました。キーワードは「笑顔」「元氣」「生きる楽しさ」です。これは、私が将来の進むべき道に悩んだ時に、それぞれの「なりたかったもの」について、理由を書き出した中で見えてきたものでした。

例えば、ピンクレディーの場合、舞台上に立つて注目を集めたかったのではなく、ピンクレディーを歌って踊ると、それを見た家族や親せきのみんなが笑って喜んでくれたから。音楽をやっていた時でも、自分の音楽を世に広めたいという思いよりも、「聴いてくれる人が元氣に、笑顔になつて帰ってもらいたい」という気持ちはずっと強く、お客さまの顔が見えないレコーディングの分野には関心が向かない理由でもありました。

医師や国連の親善大使になりたかったのは、「生きること」と近くでかかわる仕事だと思ったから。大切なヒントは「何になりたかったか」ではなく、「どうして、なりたかったのか」にあります。そこに、その人の価値観や哲学が入っていると私は感じています。

## その職業を夢見ていた理由は何だったのか

何を大切にしているのか、何に心

がときめくのか、譲れないものは何なのか。それがハッキリ見えると、今の自分の仕事や生き方が、本来の自分と一致しているのか、ズレているのかが見えてきます。

「なりたかった職業」に就いたにも関わらず、期待していたものが入り入れられないこともあれば、私のように、まったく別の職業に就いたけれども、子どものころに夢見ていた職業で手に入れたかったもの（「笑顔」「元氣」「生きる楽しさ」）を追いかけることができるケースもあるのです。

「こんなはずでは…」と壁にぶつかった時には、ぜひ小さいころの夢に立ち戻り、キーワードを書き出して、あなたの中にあつた価値観や哲学をじっくり見つけてみてはいかがでしょうか？

「未来のことで迷ったら、本来の自分(根っこ)に立ち戻る」——。これが、紀々のスタイルです。子どものころは、もつと迷わず胸を張って将来を描いていたと思いませんか？ あの自信は、意外と正しいのではないかと感じています。大人になると、心の中にさまざまな思いが芽生えるようになり、複雑になつた分、それらの思いが絡まりやすくなっているのではないのでしょうか。だから、紀々は、あのころの潔い自分が描いた夢に、ヒントをもらいに行くことにしています。

子どものころの夢について、あなた自身が振り返るだけでなく、一緒に働く仲間の方々とも、ぜひ語り合ってみてください。

あした：転機に、なあれ！

小さいころの夢には、  
どんなキーワードがありますか？

