女性管理職が語る

時々立ち止まってみよう

日本HP
コンシューマー事業本部 本部長
沼田 綾子氏

ぬまた・あやこ 2001年、コンパックコンピュータ（現日本HP）入社。Eコマースやマーケティングの部署を経て16年にコンシューマーPC製品部へ異動。17年5月から現職。

緊急事態宣言が長期化するなど、先行きが見えない状況が続いています。当たり前だった日常の楽しみが奪われ、日々の変化に翻弄され疲れがたまっている人も多いと思います。不透明な時代だからこそ、意識して先のことを考える大切さを感じています。

社内で、心身の健康のバランスを取りレジリエンス（回復力）を保つ方法についてメッセージが発信されました。その中に、毎週一定の時間を新たな仕事のやり方や自分の学び、キャリアについて考える時間に使うこと。また、金曜日は会議をなくし、例えば重要だけれど緊急性がないなどで先延ばしにしている仕事に手を付けたり、自分の学びにあてたりしようという提案がありました。

人は目の前のことに忙殺されると、どこに向かっているのか見えなくなり、仕事の意義が感じられなくなるなどストレスにもつながります。黙々と走り続けるだけなく、立ち止まって、今自分がどのあたりにいて、この先どこに行きたいのか、地図を広げて考えてみる時間はとても大切です。

私も先日参加した研修で、自分のやってきたことを振り返り、今後身に付けたいことなどを書き連ねていくうちに、目指す方向性について整理ができ、前向きな気持ちになりました。やるべきことが日々山積するなかで、あえて時間をとって立ち止まるのは一見非効率に感じ、勇気がいりますが、優先順位を整理できれば、結果としては目標が明確になり、仕事の断捨離や時間の有効活用になると思います。

目標を決めた後は、それを具体的にどうやって実行するか。これは息子が属している登山部の登山計画立案と似ていると感じます。まず、どの山頂（目標）を目指すのか、そこに行くまでどのルート（プロセス）を通り、どのような装備（スキルやプロセス）が必要なのか、そしてそれを実際に実行していくというステップです。これは仕事や学びのすべてに共通することだと思います。

計画立案から実行まで一人で完璧にできる人もいると思いますが、多くの人は得意、不得意があります。登る山が決まれば実行まで猪突（ちょとつ）猛進でやる人、目標が見えていても具体的なプロセスが思い浮かばずなかなか実行に移せない人、逆にアクションさえ決まれば粘り強く実行し山に登り切れる人――。

そしてリーダーの役割は、どこをサポートすると目的地までたどりつけるのかを見極め、適切にアシストすることだと思います。必要があれば、足りないスキルをどう補うのかを一緒に考える。実行段階でためらう人には小さい目標を立て成功体験を積み重ねられる仕組みを一緒に考えるなどやり方は様々です。

一方、今のような時代は優先順位や目標が変わることも珍しくありません。定期的に立ち止まることで、将来登りたい山について考え軌道修正し自分に必要なものを再考する。常に先の目標を意識することで、日々の仕事も意味のあるもの、そして大切なプロセスだと感じると思います。

私もチームのリーダーとしてまだまだ修業中ですが、みんなが徐々に高く難しい山にも挑戦できるようサポートしたいと考えています。