

## ゴルフエッセー「耳と耳のあいだ」(第58回)

### テレワークで見た課題をゴルフで解決

2020.05.26



新型コロナウイルスの影響で、テレワークを行う方が増えてきています。テレワークを始めた何人かの知人によると、「満員電車のストレスから解放された」「通勤時間がなくなって時間に余裕ができた」「雑用がなくなり仕事に集中できるようになった」といったメリットが多く聞かれました。通勤費や出張費が抑えられ、経費削減につながるのでも良いことのように感じます。ただ、その反面、うまくいかないという声も聞こえてきます。よく聞けばその課題は、ゴルフで培ったノウハウで解消できることに気が付きました。今回は、テレワークをスムーズに進める実践法をゴルフから学んでいただこうと思います。

#### テレワークがうまく機能しない2つの課題

テレワークの問題点は何か？知人から聞いた話をまとめてみましょう。

まず、テレワークの実行者は次のような問題を感じるようです。

- ・家にいるので、ついだらけて仕事モードに入りづらい(オン/オフの切り替えが難しい)。
- ・オンライン会議中に家族などが掃除機を動かし、慌てて注意すると逆ギレされた。
- ・仕事中に子どもが「遊んで」とせがんできて集中できない。

一方、同居する人の立場では次のような問題があるようです。

- ・仕事時間中、パートナーにリビングを占領されて居場所がない。
- ・子どもの分も含めて朝昼晩、三食作ることに追われて息つく暇がない。
- ・仕事の邪魔になるからと、静かに過ごすことを強要される。自由がない。

自宅で仕事をするようになったビジネスパーソン。その誰もが自宅に自分の部屋や遮音性の高い場所を持っているわけではありません。子どもがいる家庭なら、なおさらです。生活をする場所に仕事を持ち込むわけですから、家族などに事前の了解を得て、しっかり理解を得なければ問題が起こるのは当然です。仕事の環境づくりはビジネススキルと心得て、1つずつ問題を解決しましょう。もちろん経営者はそれをサポートしなければなりません。

テレワークの実行においては、通信環境、業務資料へのアクセス方法、従業員間や顧客とのコミュニケーションの確保といった業務を遂行するために整備すべきポイントがあります。ただ、それとは別に、仕事とプライベートの切り替え、同居人や家族との距離感に苦労しているケースが少なくないようです。

家族が同居していない一人暮らしの場合、テレワークを行うと不規則な生活に陥りかねません。やはり、仕事時間は集中、休憩時にはリフレッシュ、といった切り替えが大切です。また、同居人や家族がいるビジネスパーソンは、業務に集中している姿勢を見せることが家族などの理解につながります。同居人や家族は最も愛すべき大切な存在であり、その存在こそが仕事を頑張る理由という人も多いでしょう。テレワークは、仕事ぶりを家族などに見せることができる機会ともいえます。きちんと集中できれば、家族の息遣い程度は感じられる空間で働くというのを考えていいのかもしれない。

気持ちの切り替えに効果的な「アンカリング」と「ルーティン」… 続きを読む