

女性チャレンジ応援拠点だより 2022 1月

〇●〇●〇コラム【2022年の始まり、はじまり!】〇●〇●〇

2022年が明けました。三が日はあっという間にすぎ、「女性チャレンジ応援拠点」も四日から開室しております。みなさま本年もどうぞよろしくお願いたします。

今年は「新型コロナウイルス」の世界的感染拡大から3年目に入ります。何事も3年もすると、小さな節目を迎えるもの、いよいよ「ポストコロナ元年」でしょう。ここから1年後、3年後、10年後も自分らしく、イキイキと活動している姿を想い、自分に誓い、新年を始めたいものです。

そこで2022年1月の『チャレンジする人のニューノーマル』は、「1万時間から始まる〈自分ならでは〉の活躍」です。何ごとにも、技・ワザを修得するには、それ相当の「練習」が必要です。カナダの認知心理学者によると、ある分野で「プロ」と認められるには、大よそ「一万時間の実践」が必要だそうです。目的に応じてすぐ使える「暗黙知」になるまでの時間数が約1万時間ということです。

ちなみに「暗黙知」とは、「主観的で言語化することができない知識。言語化して説明可能な知識（形式知）に対し、言語化できない、または、たとえ言語化しても肝要なことを伝えようがない知識のこと。ハンガリーの哲学者マイケル＝ポランニーの提唱した概念」（goo 辞書）

その「暗黙知」になるまでの1万時間ですが、月に20日働き、毎日4時間を「実践」にあてたとして、かかる年数は10年超、5時間で8年超、6時間で約7年、7時間で6年…。月に25日働き、毎日7時間なら、約5年です。根（こん）をつめて5年、無理はせずでも努力はして10年。根をつめられる人はそう多くありませんから、「10年」が一つの目安になりそうです。「この活動を始めて10年を過ぎました」という方なら、何かしら独自の技・ワザ、スタイルが身につけていると考えてよさそうです。

10年未満なら今後の努力しだいということになりますが、どうあれ、個々人のやりたいこと、やっていることに応じた各々の継続的な「実践」が自他ともに認める〈自分ならでは〉の仕事ぶりにつながり、活躍の機会にも恵まれるということですね。新年が明けたばかりですし、そんなことを1月中にじっくり考え、春の兆しが見え始める2月には実行していく。そういう運びにしませんか？ 那样的に、バレリーナの森下洋子さんの「実践」は練習を一日も休まないということでした。新聞のインタビュー記事で、「練習を一日休めば、自分でわかる。二日休めば周りが見える。三日休めば観客がわかる」と語っておられました。高水準の技量を維持するのも日々の「実践」。

さあ、みなさんはどのような「実践」がご自身に相応しいでしょうか。もし他の人の意見も参考にしたいと思われたらどうぞ「女性チャレンジ応援拠点」をご活用ください。新しい春ももうすぐです。今のうちにより準備をいたしましょう。みなさまのご利用をスタッフ一同、お待ちしております。

〇●〇●〇 感染対策をして開室しています〇●〇●〇

同時入室6名までとして、通常通り開室しています。初めての方も、お久しぶりの方も、お気軽にお越しください。



女性チャレンジ応援拠点

場所：大阪市天王寺区上汐 5-6-25 クレオ大阪中央 4階
電話&ファックス：06-7659-9640
メール：women-kyoten@danjo.osaka.jp
運営：大阪市立男女共同参画センター中央館

✿ 開室日

※日・月曜日、祝日、祝休日の翌日は休室

火	水	木	金	土
10:30 ? 12:30	18:00 ? 20:00	13:00 ? 15:00	10:30 ? 12:30	13:00 ? 15:00

✿ 開室時間内は自由に出入りいただけます。
お気軽にお立ち寄りください。

