

怖くても進む理由

～変化の途中にいる私たちの物語～

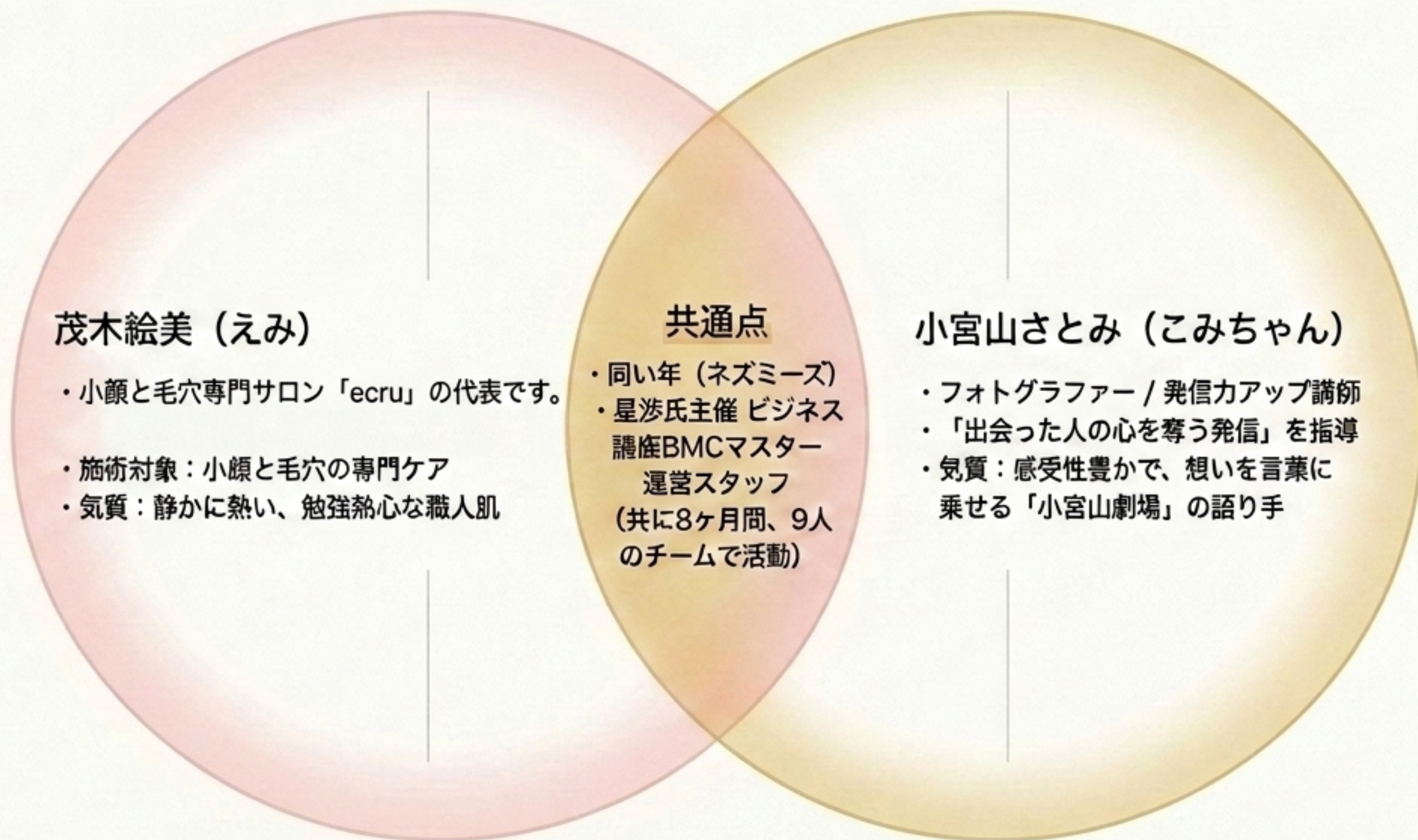
Special Talk Session:

小宮山さとみ × 茂木絵美

「完璧になってから動く」を手放し、不安なまま全力を出すためのインフォグラフィック・サマリー

The Cast & Context

対談を紡ぐ2人のプロフィールと交差点



成功者の言葉ではなく、変化の「過中」にいる私たちの物語。

なぜ私たちは、未完成な姿に魅了されるのか？

「成功した人だけの言葉が響くのではなく、
今その『過中』にいる人こそ、応援したいと思える。」

— 小宮山さとみ

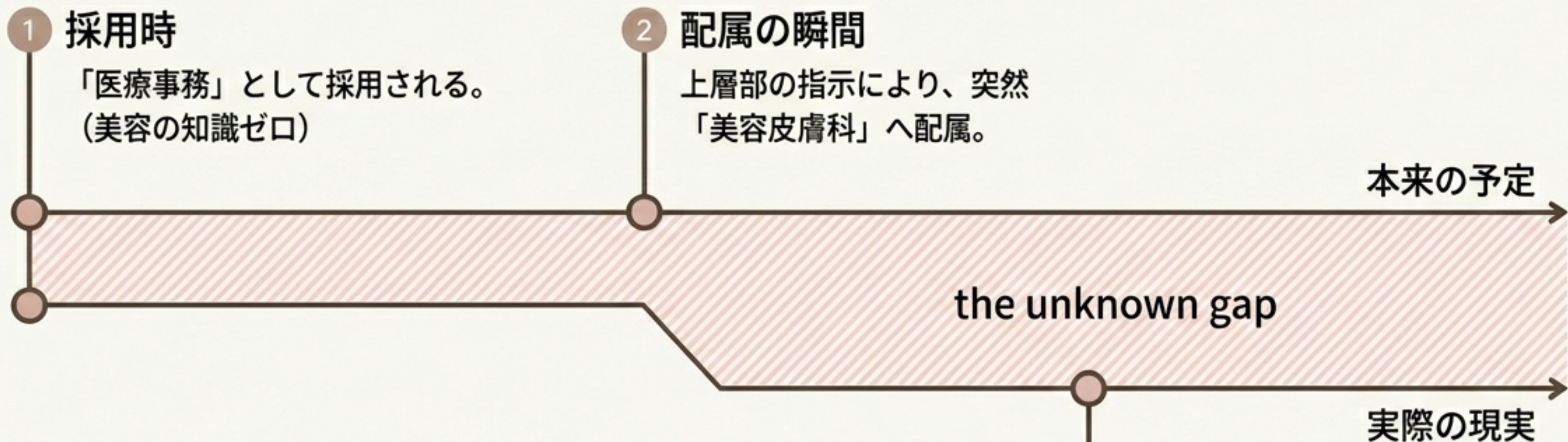
結果を出してから動く、自信がついてから動く。それだけが正解ではありません。

「それをする前から動く」プロセスそのものに、人を巻き込み、魅了する種が隠されています。

本稿では、あるセラピストの「怖くても進んだ軌跡」を紐解きます。

The Origin: 無知からの見切り発車

「評価されることへの恐怖」の原点

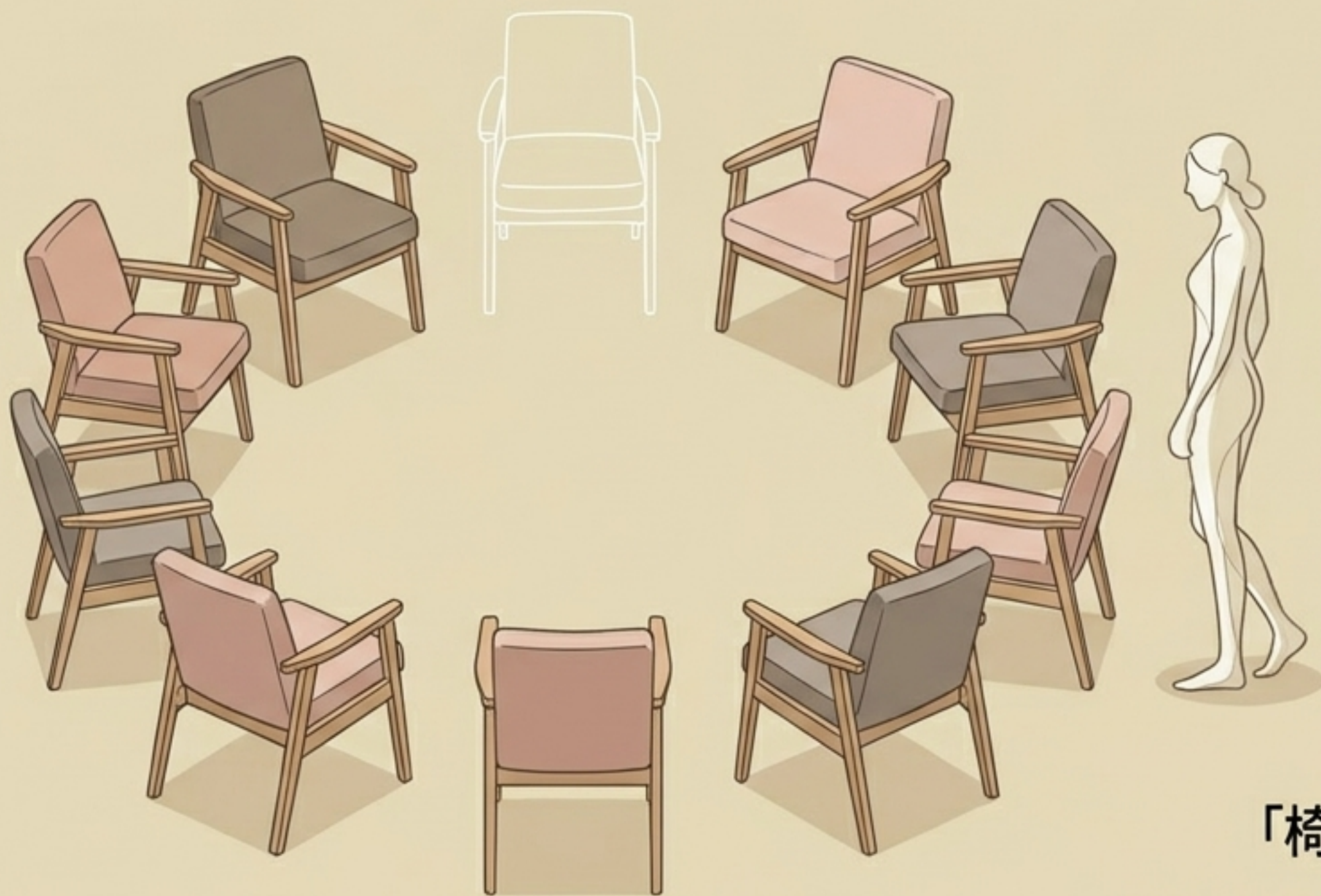


- 3 現場での現実
先輩たちがスピーディーに動く中、
自分が手を出さない方が早いという現実。
何をすればいいかわからない状況。

The Fear (恐怖の正体) :
「自分の能力に自信がない。経験もない。役に立たないと『評価』されることが何よりも怖かった。」

The Conflict: 無力感という壁

何かをしたいのに、何をしたらいいか分からない



役割の不在

ルールブック作成など、他のメンバーには明確な能力とポジションがあるように見えた。

無能感と劣等感

美容以外の知識がなく、「私って何もできないじゃん」という焦り。

ベクトルが「自分」に

「せっかく選ばれたのに、役に立てる場所が見つからない」という自己評価への執着。

「椅子がどこにあるか見つけられないといけない、椅子取りゲームみたいな状態でした。」

The Paradigm Shift: 視点の転換

ベクトルの向きが変わった瞬間

比較項目	Before (葛藤期)	After (覚悟の決定後)
意識のベクトル	「自分」に向いている (役に立たなきゃ、評価されたい)	「他者・役割」に向いている (期待に応えたい、貢献したい)
信じる対象	自分の能力 (能力がないから動けない)	選んでくれた人 (選ばれたという事実を信じる)
行動の基準	何をしたらいいか指示を待つ	能力の有無に関わらず、 できることを探す

The Breakthrough:

「経験や能力は関係ない。星先生が選んでくれたのだから大丈夫。」
リーダーからの言葉が、自己評価への執着を打ち砕き、「やるっきゃない」という覚悟へと繋がった。

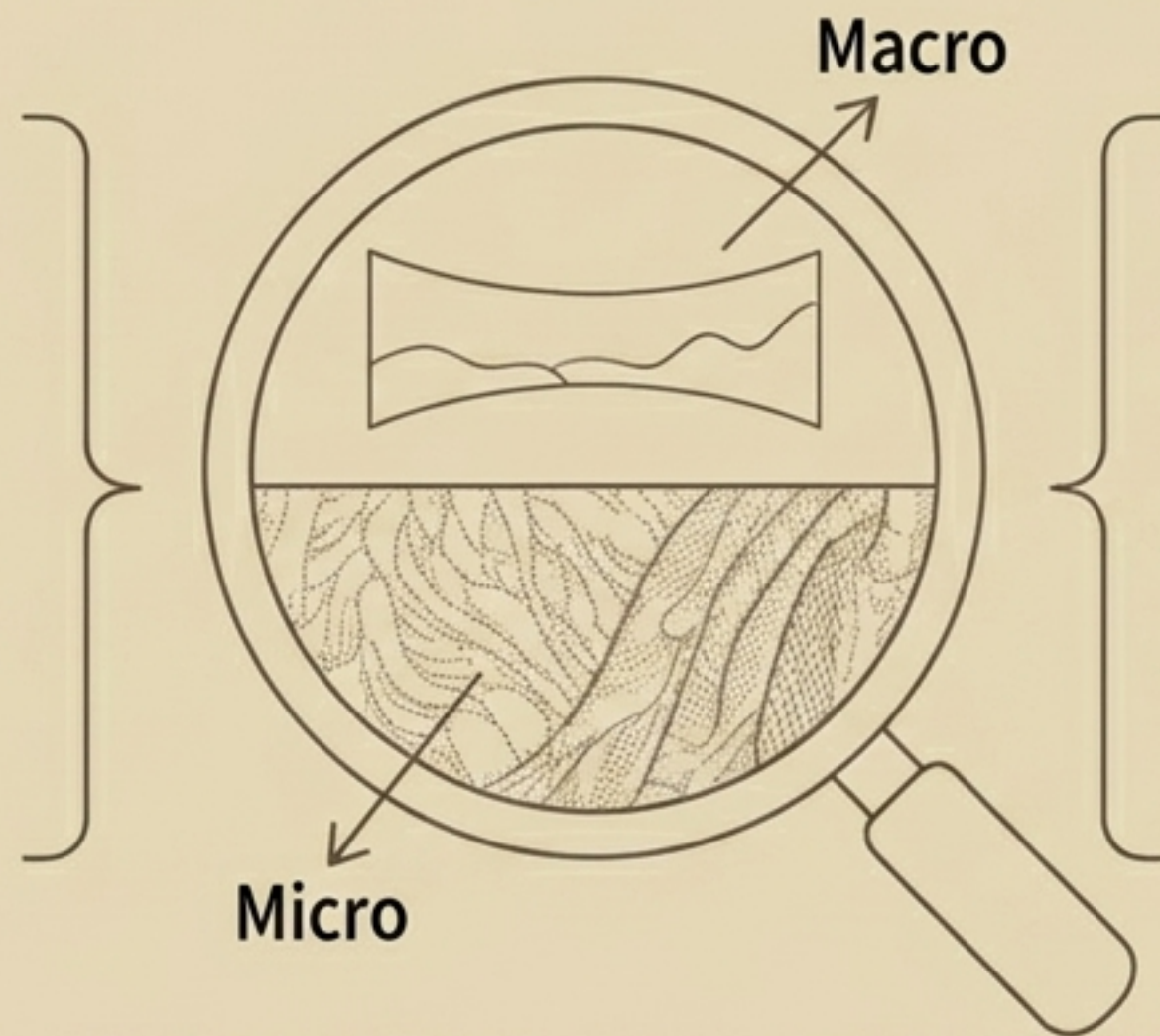
The Superpower: 「左斜め上角度のエミ」

動き出したことで見つかった独自の強み

美容セラピストの視点

Macro: 全体的な顔や体のバランスを俯瞰する。

Micro: ミリ単位の毛穴の黒ずみや肌の質感を見逃さない。



運営スタッフの視点

Macro: 全体の文章や文脈をパッと見て「違和感」を察知する。

Micro: 「頭痛が痛い」のような細かい言葉のあやや、余分な句読点を的確に見つけ出す。

Synthesis:

「違和感を整える」という職業病が、他者にはない
圧倒的な「観察眼」と「目撃する瞬発力」として運営チームで開花した。

The Framework: 不安なまま進む法則

未知がポテンシャルを引き出すメカニズム

--- 完璧主義のカーブ

「固めてから、安心してから動く」

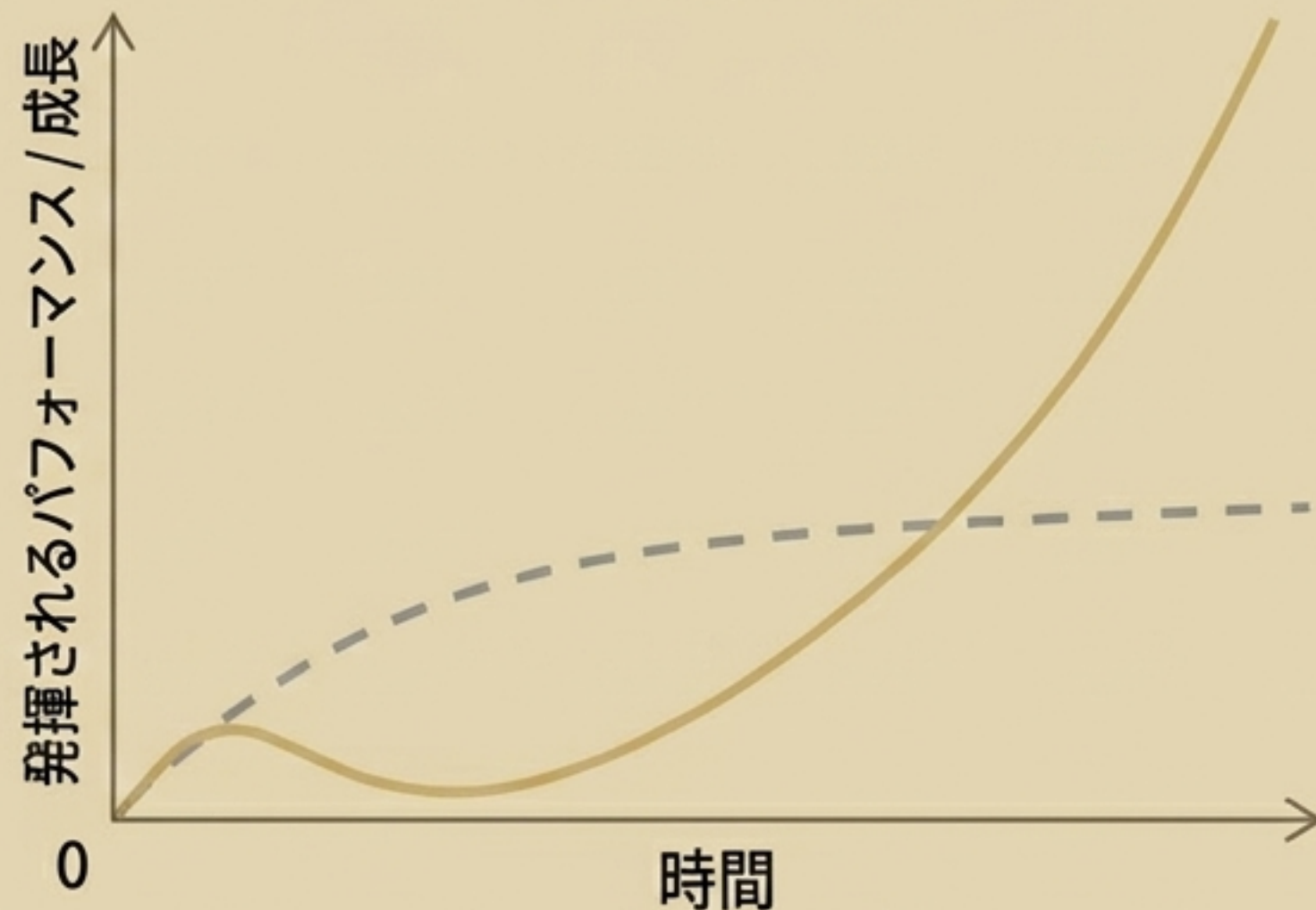
準備に時間がかかり、全力を出さなくてもできる範囲に留まる。成長の上がり幅がゆるやか。

— 見切り発車のカーブ

「不安なまま動き、全力を出す」

自信がないからこそ、他者とは違う基準でがむしゃらに調べ、全力を出す。結果として思わぬ特技が見つかり、自己評価（自己効力感）が急上昇する。

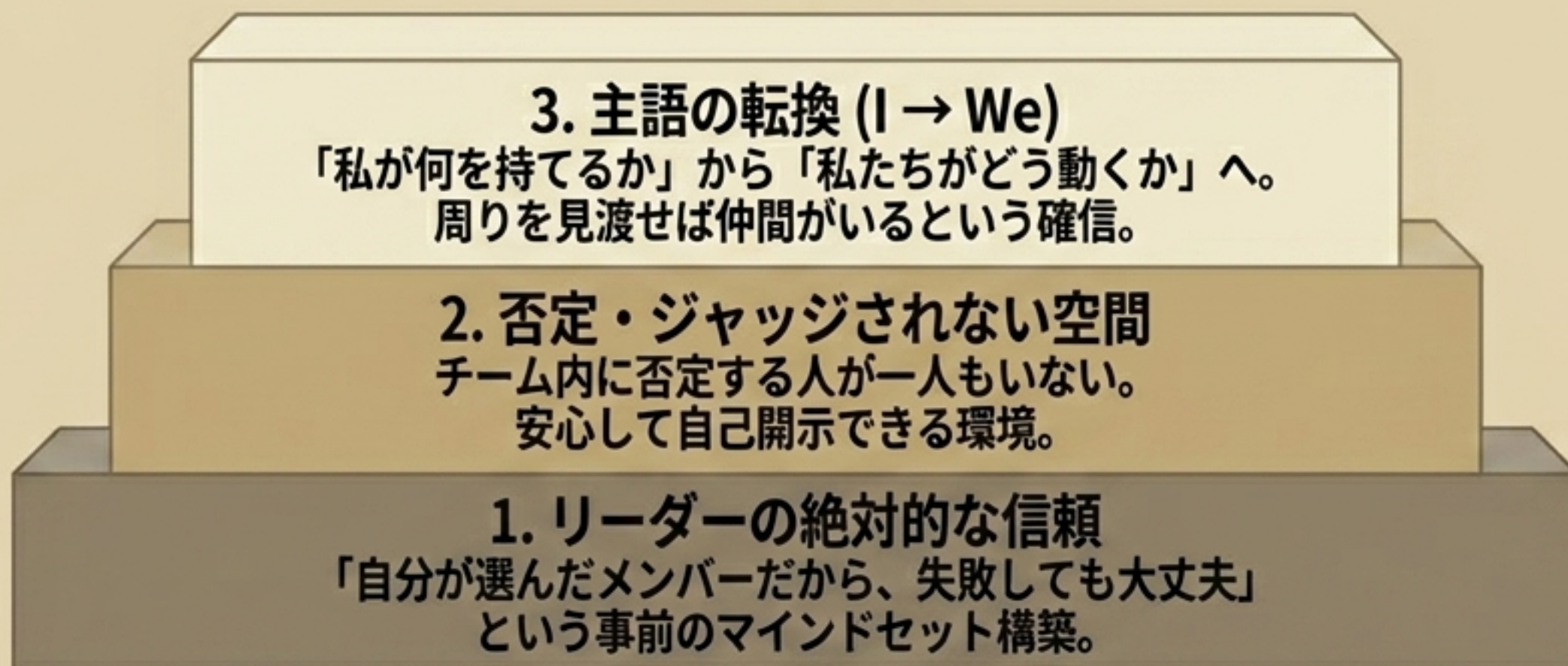
Activation Curve



「自信がないからこそ、全力を出さざるを得なかった。
不安なまま動いても大丈夫な人になれた。」

The Environment: 心理的安全性の構造

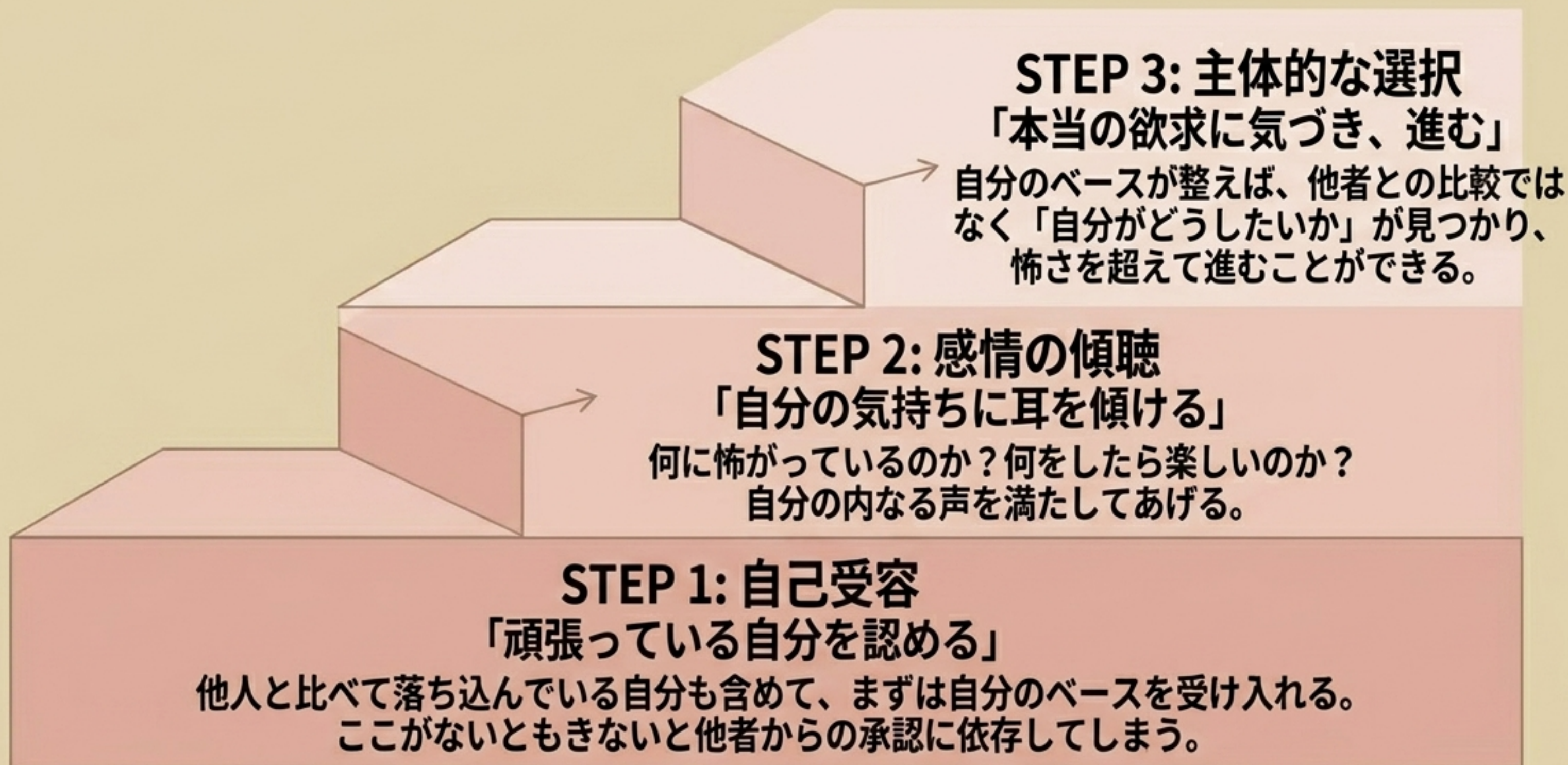
「I (私)」から「We (私たち)」へ主語が変わる時



怖いと感じる時は、大抵「一人」でいる時。
仲間の存在と安全な土台が、一步を踏み出させてくれる。

Empathy & Mindset: 他人と比べてしまう人へ

承認を他者に求める前にすべきこと



The Golden Rule

エミが辿り着いた、動じないための絶対法則

「失敗はない。
起こることは
すべてベスト。」

エジソンの視点：

「失敗したのではない。うまくいかない方法を発見しただけだ。」

伏線回収の法則：

失敗した方がむしろ美味しい。必ず後で「伏線回収」の瞬間がやってくるから、カッコつける必要はない。

Future Vision: マイナスからベースへ

表面だけでなく、マインドから根本的に整える

ABOVE GROUND (お顔・表面)

Target: 表面的な美しさ。

Action: 小顔や毛穴のケアを通じて、整ったマインドをさらに輝かせ、主体的に人生を楽しむ状態へ。

BELOW GROUND (マインド・内面)

Target: 悩みや苦しみを抱え、マイナスの状態にいる女性たち。

Action: マインドや自分との向き合い方を整え、「マイナス」から「ベース」へと引き上げる根本的な土台作り。



「お顔を変えるだけでなく、それを受け入れるマインドを持つ女性を増やしていきたい。」



Facilitator's Note: プロセスに宿る熱量 こみちゃんからのメッセージ

「私たちは、常に変化の途中にいます。

不安も葛藤も、辛さも弱みも、すべてを隠さずに共有できるからこそ、そこに人間性を感じ、人は強く魅了されていきます。

『できる』と言い続ける姿よりも、悔しくて泣いたり、助けを求めたりするプロセスの中にこそ、心を燃やし、人を巻き込む種がある。

結果が叶うかどうかは大きな問題ではありません。宣言し、進み続けるその過程自体が、最も美しいのです。」

Information & Next Steps

本日の出演者と今後のご案内

茂木 絵美 (Emi Mogi)

サロン: 小顔と毛穴の専門サロン「えみこがおエクリュ」

場所: 群馬県高崎市 (東京から新幹線で約1時間)

Instagram: @emi_kogao_ecru

Message: 「実店舗での施術に加え、今後はセルフケアやマインドの整え方も発信していきます。」

小宮山 さとみ (Satomi Komiyama)

活動: フォトグラファー / 発信力アップ講師

Instagram: アカウントのフォローをお願いします。

Next Live: 「出会った人の心を奪う発信」をテーマにしたライブ配信やセミナー (6/9, 10開催) にぜひご参加ください。

Thank you for reading.

変化の過中にいるあなたの物語も、今日ここから。