

連載「プロマネの現場から」

第 207 回 IT 技術者にとってのサードプレイス

蒼海憲治（大手 SI 企業・グループ会社・事業部長）

「サードプレイス (Third Place)」という言葉をご存知でしょうか。

「サードプレイス」とは、アメリカの社会学者レイ・オルデンバーグによって提唱された概念です。1989 年に発刊された彼の著書『The Great Good Place』（『サードプレイス—— コミュニティの核になる「とびきり居心地よい場所」』）の中で、家庭（ファーストプレイス）でも職場（セカンドプレイス）でもない、自由で自発的な交流が生まれる「第三の場」の重要性を説いています。今月号では、現代の IT 技術者にとっても、ますます重要性を増している「サードプレイス」という概念に焦点を当て、その定義、意義、そして IT エンジニアにとっての必要性について考察を深めていきたいと思っています。

1. サードプレイスとは

人々の生活において重要な役割を果たす場所を以下の 3 つに分類しています。

- ・ファーストプレイス (First Place)： 自宅、家庭など、個人的な生活の基盤となる場所。
- ・セカンドプレイス (Second Place)： 職場、学校など、社会的な活動や義務を果たす場所。
- ・サードプレイス (Third Place)： 自宅と職場のいずれでもない、人々がリラックスし、交流し、創造性を刺激されるような「第三の居場所」。

オルデンバーグ氏によれば、健全な社会生活を送るためには、この 3 つの場所のバランスが重要であり、特にサードプレイスは、地域社会の活性化や個人の精神的な Well-being に不可欠な役割を果たすとされています。

サードプレイスの特徴としては、以下のような点が挙げられます。

(1) 中立性

特定の個人や団体、政治組織や宗教組織に属していない場であること。誰でも気軽に立ち寄ることができ、離れることも自らの意思によって決めることができる。

(2) 社会的平等性の担保

社会的な地位や役割に関わらず平等に扱われる。会社における上司や部下のような上下関係はなく、常にフラットな人間関係を築くことができる。

(3) 会話の促進

自然なコミュニケーションが生まれやすく、多様な人々との交流が期待できる。情報交換や雑談が中心であり、そこに意味がある。

(4) 利便性がある

自宅や職場から比較的アクセスしやすい場所に位置していることが多い。自宅から徒歩圏内にあることが理想的である。

(5) 常連の存在

定期的に訪れる人々（常連客）がいることで、コミュニティ意識が育まれる。

(6) 地味で目立たない空間

家庭的な雰囲気があり、日常的な空間にひっそり佇んでいる。新しい人も気軽に訪れることができる親しみやすい場所である。

(7) 居心地の良さ

リラックスでき、心地よく過ごせる雰囲気がある。

(8) 感情の共有

自分の家にいるような安心した気持ちをもち、喜びなどの感情を共に分かち合える場所であること。

具体的な例としては、カフェ、図書館、地域の集会所、スポーツクラブ、趣味のサークルなどが挙げられます。これらの場所は、人々が日常の役割から解放され、自由な時間を過ごし、他者との交流を通じて新たな刺激や発見を得る場となり得ます。

しかしながら、この定義に照らすと、現在の IT エンジニアの多くは、サードプレイスを失いやすい環境にいるのではないかと考えています。特にリモートワークでは、職場との距離が生まれ、家庭に仕事が侵食する傾向にあり、結果的に「どこにも属していない」感覚に陥る怖れがあります。

2. IT エンジニアにとっての現状と課題

高度な専門知識と技術力が求められる IT エンジニアは、日々の業務において、複雑な問題解決や納期へのプレッシャー、新しい技術の習得など、多くの課題に直面しています。近年では、リモートワークの普及により、自宅が職場となるケースも増えてきましたが、その一方で、チームメンバーとのコミュニケーション不足や孤独感、オンオフの切り替えの難しさといった新たな課題も顕在化しています。

このような状況下において、IT エンジニアは以下のような課題を抱えがちです。

- ・技術的な閉塞感

日常業務で特定の技術や知識に偏りがちになり、視野が狭まる。

- ・コミュニケーション不足

リモートワークの増加により、同僚や他分野の専門家との偶発的な交流が減少し、新たなアイデアや視点を得る機会が失われる。

- ・孤独感・孤立感

一人で作業する時間が増え、チームや組織への帰属意識が薄れることがある。

- ・ストレス・疲労

常に変化し続ける技術動向へのキャッチアップや、複雑な問題解決による精神的な疲労が蓄積しやすい。

- ・キャリアパスの閉塞感

目標を見失ったり、自身の成長を感じにくくなったりすることがある。

これらの課題は、IT エンジニアの創造性やモチベーションの低下、ひいては生産性の低下にも繋がりがねません。

3. IT エンジニアにとってのサードプレイスの必要性

このような背景を踏まえ、IT エンジニアにとってサードプレイスは、単なる休息の場所以上の重要な意味を持つと考えられます。

3.1. 新たな知識・技術との出会い

サードプレイスは、普段の業務とは異なる分野の人々との交流や、新しい情報に触れる機会を提供してくれます。例えば、社外のセミナーや研修でたまたま隣に座った人が別の技術領域のエンジニアだった場合、雑談の中から新たな技術トレンドや考え方を学ぶことができるかもしれません。また、趣味の集まりに参加することで、意外な分野の知識やスキルが自身の専門分野に応用できることに気づく可能性もあります。

- ・異業種交流会

異なる業界のエンジニアやクリエイターが集まる交流会に参加することで、自社の技術を異なる視点から見つめ直したり、新たなビジネスアイデアのヒントを得たりする。

- ・技術系コミュニティ

特定の技術に特化したコミュニティに参加し、最新の情報を共有したり、他のエンジニアの経験談を聞いたりすることで、自身のスキルアップに繋げる。

- ・図書館・書店

専門書だけでなく、幅広いジャンルの書籍に触れることで、技術的な知識だけでなく、人文科学や社会科学など、異なる視点から問題を捉える力を養う。

3.2. コミュニケーションとコラボレーションの促進

サードプレイスは、業務上の利害関係のない、フラットな人間関係を築くことができる場です。気軽に意見交換をしたり、共通の趣味を持つ仲間と交流したりすることで、コミュニケーション能力を高めることができます。また、そのような繋がりの中から、新たなコラボレーションが生まれる可能性もあります。

- ・コワーキングスペース

様々なバックグラウンドを持つ人が集まるコワーキングスペースを利用することで、他のフリーランスのエンジニアやスタートアップ企業のメンバーと交流し、刺激を受ける。

- ・オンラインコミュニティ

Slack や Discord などのオンラインコミュニティに参加し、技術的な質問をしたり、プロジェクトに関する意見交換をしたりすることで、地理的な制約を超えた繋がりを築く。

- ・ハッカソン・勉強会

共通の目標を持つ仲間と協力して開発に取り組むハッカソンや、特定のテーマについて学ぶ勉強会に参加することで、チームワークや問題解決能力を向上させる。

3.3. ストレス軽減とリフレッシュ

日常業務から一時的に離れ、リラックスできる空間で過ごすことは、心身のリフレッシュに繋がり、ストレス軽減の効果が期待できます。心地よい音楽が流れるカフェで読書をしたり、自然豊かな公園で散歩をしたりすることは、気分転換になり、新たな気持ちで仕事に取り組むためのエネルギーをチャージすることができます。

- ・趣味の活動

スポーツ、音楽、アートなど、仕事とは全く関係のない趣味に没頭することで、気分転換を図り、ストレスを解消する。

- ・瞑想・ヨガ

マインドフルネスやヨガなどのリラクゼーション法を実践することで、精神的な安定を保ち、集中力を高める。

- ・自然との触れ合い

公園や庭園など、自然の中で過ごす時間を意識的に作ることで、心身のリラックスを促す。

3.4. 自己成長とキャリア開発

サードプレイスでの様々な経験や出会いは、自身のキャリアを見つめ直したり、新たな目標を発見したりするきっかけになることがあります。他者の成功談や失敗談を聞いたり、異なる価値観に触れたりすることで、自身のキャリアパスについて深く考える機会を得ることができます。

- ・メンターとの出会い

サードプレイスで出会った経験豊富なエンジニアや経営者から、キャリアに関するアドバイスやメンタリングを受ける。

- ・キャリア相談会

専門のキャリアコンサルタントが主催する相談会に参加し、自身の強みや課題、将来の目標について客観的な意見を聞く。

- ・セミナー・ワークショップ

興味のある分野のセミナーやワークショップに参加し、新たな知識やスキルを習得することで、キャリアの選択肢を広げる。

4.私にとってのサードプレイス

オルデンバーグ氏のサードプレイスの特徴と完全に一致していませんが、私にとっての現在のサードプレイスを紹介します。

- ・読書。日々の生活の中で、日常性から離れる一番の手段の一つは、寝る前や週末にする読書になります。中国に赴任中は、物理的な本が手に入りづらい状況のため、電子書籍が大半でしたが、現在は紙の本に戻りました。

- ・カフェ付の書店。週末、読書する場所の一つは、家の近くにある大型書店内に併設されている喫茶店です。本を購入すると、コーヒー等が割引になること、席の利用は 90 分限定で制約があるため、買ったばかりの本を時間いっぱい読めるだけ読むようにしています。

- ・社内外の勉強会や情報交換会。社内活動としては、ITSS レベル 6 相当のベテランプロマネによるリスクマネジメントの勉強会や特定業種における各事業部門の責任者の定時後の情報交換会。社外活動としては、ユーザ系企業システム子会社の取締役層での勉強会やこの情報システム学会へのメルマガの投稿等、各々月に 1 度のペースでの活動は日常業務とは異なり、よいアクセントになっています。

- ・国内外の出張とその移動時間。出張先での顧客やビジネスパートナーとの交流とともに、出張先への移動時間、新幹線の車中や空港のラウンジでの待ち時間も、日常のオフィスとは異なり、一人で考える時間を持つ貴重な機会となっています。

- ・過去プロジェクトや所属部門のメンバーとの定期的な交流。過去、一緒にトラブル対応を対処したプロジェクトや事業部門のメンバーと定期的に交流するよう心がけています。特に、出張の機会を利用して、その出張の対象案件の対応した前後に、情報交換の場や懇親会を持つようにしています。仕事上での直接の関係がなくなった後でな

ので、かつての上司や先輩・同僚・部下との交流に加えて、かつてのお客様とも、いまのお互いの取り組みや課題や悩み等を率直に話すことができる関係ができています。

5. サードプレイスを積極的に活用し、豊かな IT エンジニアライフを

今回は、IT 技術者にとってのサードプレイスの重要性について紹介してきました。高度な専門性と変化への適応力が求められる IT エンジニアにとって、日々の業務から離れ、新たな視点や交流を得られるサードプレイスは、創造性を高め、ストレスを軽減し、自己成長を促すための重要な要素となると思っています。

皆さんの職場や日常にも、良き「サードプレイス」がありますように。