

DNAラボ April 2024

月に一度の『DNAラボ』。

お馴染みメンバーになってくださっている方から、初参加の方まで、今月も素敵な研究員の方々にお集まりいただきました。

- * 初対面でも、DNAタイプ（ハプロ）が分かるとすごく話しやすい
- * 同じハプロだと知ると、兄弟みたいな感覚になる

そんな不思議な体験をされる方も、たくさんいらっしゃいます。

DNAトレイツと一緒に研究する仲間が毎月増えて、とっても嬉しいです。

旦那さまのハプロは、驚きの結果

今回ご参加いただいたハプロMの研究員 Aさん。

実は先日、旦那さまもDNAマトリクスコードを受けてくださり、ちょうどDNAラボの前日に検査結果が出たんです！

思いがけずでしたが、旦那さまのハプロ発表の瞬間を、研究員の皆さまと一緒に迎えさせていただくこととなりました。

旦那さまは、Aさんと同じハプロM。

しかも、かなり細かい末番まで、Aさんと同じ！

母系のルーツがとても近いお二人だったことが分かりました。

パートナーの方や、ご友人のハプロを調べると、DNAの不思議な縁を感じることができます。あなたは、誰のハプロを調べてみたいですか？





質問回答コーナー

今回も、みなさんからのご質問にお答えしていただきました！

Question

<ご質問>

どんな時に落ち込みますか？

研究員のみなさんのご意見を伺うと、それぞれのハプロDの特性を感じる、さまざまなお答えが揃いました。

ハプロDの方のお答え

- ・先が見えないとき
- ・なかなか上手く進まないとき（先が見えない感）
- ・不誠実な対応をされたとき
- ・自由が奪われそうに感じるとき
- ・損したなと感じるとき
- ・相手に期待され、仕事などを頼まれ、いい結果を出せなかったとき
- ・曇りの日が続いているとき
- ・頼られてないのかも？と思ったとき
- ・人間関係と周りの関係でしょっちゅう落ち込む
- ・有給申請で詮索してくる人が嫌。隠すのも罪悪感で凹む

もっと聞かせて！ハプロDさんが落ち込む「先が見えないとき」

「先が見えないときに、落ち込む」と答えてくださったハプロDさんに、もう少し詳しいお話を伺ってみました！

例えば、どんなときですか？問題が起きたとき？

問題解決は、意外と好きです。落ち込むのは、例えばコロナ禍のような、「この先、いつまでこれが続くんだろう」と終わりが見えな

いとき。マラソンでも、「何キロです」と決まった中で走るのはよくても、「あなたの好きに走っていいですよ」というのは苦手。



Emi's comment

私もハプロDなので、「ここまでで終わる」と思うと頑張れるのは分かります。

頑張って走り切った後に、「じゃあ、もうちょっとお願い」と言われると、心が折れそうになります(笑)。

ハプロが違くと共感不可かも！ハプロD特有の落ち込みポイント

他のハプロは、「これって落ち込むことなの？」と不思議に思われるかもしれません。

- * 不誠実な対応をされて、落ち込む
- * 自由が奪われそうに感じると、落ち込む
- * スケジュールを聞かれて、落ち込む

ハプロDの方は、変な対応をされた自分自身に落ち込んでしまうところがあります。「こんな対応をされる自分って…」みたいに(笑)。

また、あまり言いたくない時に予定を聞かれると、ただ言わなきゃいいだけなのに、監視されているような気持ちになったり、言わないことに罪悪感を感じてストレスに感じることも。

ハプロMの方のお答え

- ・相手からリスペクトされていないと感じたとき
- ・忘れました、というかすぐに出てこない(笑)
- ・(なんとか捻り出して)決めつけられるとき

- ・ うっかりミスしたとき
- ・ スケジュールをつめすぎて「全部は無理かも」と気づいたとき



Emi's comment

ちょっとネガティブな内容なので、ハプロMの方は**思い出せない**人もいらっしゃるかもしれませんね(笑)。

ハプロMは、**先々のスケジュールを考える**のが好きだけれど、その一方で、**スケジュールが詰まっている**のは好きじゃありません。特に、自分ひとりではなく**”相手がある予定”**は簡単にキャンセルもできないですし、スケジュールに縛られる感じがストレスになるようです。

ハプロRの方のお答え

- ・ 思ったよりも自分がパフォーマンスを発揮できなかったとき
- ・ 問題を解決したいのに、どう対応すればいいか分からないとき
- ・ 周りのスピードが遅く感じるとき (せっかちなので)

もっと聞かせて！ハプロRさんの感じている「せっかち」さ

「自分がせっかちだから、周りのスピードが遅く感じて落ち込む」と答えてくださったハプロRさんに、もう少し詳しいお話を伺ってみました！

どんなときに、せっかちで落ち込みますか？

仕事でも、家庭でも、遅いところに巻き込まれちゃうと、自分の命が削られているように感じてなりません。妻はハプロMなので、子供たちもハプロM。子供たちは、おっとりしてる感じが強く、どこかに出かけるときも、さっと決めないな〜と。



Emi's comment

ハプロMの子供たちは、**マイペース**。自分のタイミングでやりますし、「今やりたくない」と思えばやりません。

ハプロRの方からすると、「出かけるのが決まっていて、そのために準備は絶対しないといけないんだから、**なんでやらないんだろう？**」という気持ちが湧いてくるんだと思います。同じ状況でも、ハプロRの子供たちは結構パキパキっと準備するので、なおさら。

マイペースなハプロMと、期限を守りたいハプロRのギャップですね。

ハプロNの方のお答え

- ・うまく言えなかったとき
- ・誰かを巻き込む・迷惑をかけるぐらいのことをしてしまったとき（状況的に「やっちゃったな〜」と思ったとき）
- ・クライアントが自分の考えと違う方を選んだとき
- ・リスペクトされていないと感じるとき

もっと聞かせて！ハプロNさんが落ち込む「うまく言えない」

「すごく落ち込むわけではないけど、うまく言えなくて反省することがある」と答えてくださったハプロNさんに、もう少し詳しいお話を伺ってみました！

例えば、どんなときですか？

.....

一対一の会話でも、公の場の発言でも、どんな時でも。家に帰った後に「あれ言えばよかった、これ言えばよかった」と思いついて、悔しくなります。その場でパツとは出てこないです。



Emi's comment

「ああ言えば良かった」はハプロDにもありますが、落ち込みはしないんですね。

ハプロNの方はカウンセリング体質なところもあるので、「何かいいアドバイスをしてあげたかった」という方だと思います。ハプロDが落ち込むのは、どちらかというところ「失言だったな…」の方ですね(笑)。

もっと聞かせて！ハプロNさんが落ち込む「リスペクトがない」

「落ち込むのは、リスペクトされていないと感じるとき」と答えてくださったハプロNさんに、もう少し詳しいお話を伺ってみました！

例えば、どんなときですか？

医療系の仕事では、お客さんに右か左かの選択をしていただくことも。お客さんがこちらの提案と逆の選択をされたときは、信頼を置いて任せてもらえていないように感じてしまいます。提案の理由もすべて喋っているわけではないので、もっと伝えておけばよかったなと思ったりします。



Emi's comment

「信頼」はハプロNのキーワード。ハプロNの方は相手から全幅の信頼を置いてほしいと思っています。

そして、自分自身も情報収集をしっかりと決断をするタイプなので、相手にとって情報が足りなかったのではないかと感じるのもハプロNらしいですね。

グループワークのテーマ

グループワークを通して、リアルな声を聞けるのが『DNAラボ』の醍醐味。人との違いを知り、それによってまた自分の特性が分かる時間です。

今月のトークテーマはこちら。ご参加いただいた研究員のみなさまから、とっても面白いご意見が集まりました！

【テーマ】 影響を受けた人・もの・出来事

チーム分け

- ハプロDチーム① : ハプロD 3名
- ハプロDチーム② : ハプロD 4名
- ハプロMチーム : ハプロM 5名
- ハプロRチーム : ハプロR 3名
- ハプロNチーム : ハプロN 3名

ハプロDチーム①

- ・少女漫画（漫画を読むとお姫様の綺麗なドレスや華麗な生活を擬似体験できる）
- ・家族が持っていた辞典や本
- ・キャンディ♡キャンディ（海外で就職して国々を渡り歩く時、漫画の中で主人公のキャンディがイギリスからアメリカに渡るシーンを思い出して、「私もキャンディのように国境を超えるんだ」とドラマチックに感じていた）
- ・祖父が自費出版した自叙伝（幼少期からの苦労話に自身のルーツを感じた）



Emi's comment

ハプロDは、**外国文化好き**。だから、そこにインスパイアされるのは分かります。私も、小学生時代に読んでいた小説は、海外を舞台にしたものばかりでした(笑)。

ハプロDチーム②

- ・ 海外の起業家（音声だけでコンテンツを作る方で、経歴は中卒、3人の奥さんと10人の子供を持つ。）
- ・ 漫画のキャラクター
- ・ 学校教育と両親の教育（人生で一番影響を受けたし、自分を縛っているものでもある）
- ・ これと言って思い浮かばない人も



Emi's comment

先ほどのハプロDチームもそうですが、ハプロDの**漫画好き**を感じますね。漫画の世界観の中で、**違う人生を擬似体験、異文化を経験**する感覚かと思います。

＼グループワークで、こんなお話も出たそうです／

相手や環境で、自分の人格が変わってしまう。自分だけかと思ったけれど、他のハプロDさんも同じでした。

- ・ 学校のクラスなど、その時にたまたま集められた集団だと、防衛本能からか人格が変わる
- ・ 相手がどんな人か分かると、自分を曝け出せる安心感がある
- ・ 一対一は緊張して、会話がしどろもどろになることも



Emi's comment

ハプロDは**周りの影響を受けやすいタイプ**なので、人格が変わってしまうのは当然。誰と話しているのか、その場に誰がいるのかで、**自分が変わっていく**ところはあると思います。

ハプロMチーム

- ・ 共通点は「いっぱいあるから、絞れない」
- ・ ガンジーの思想（非暴力非服従を心から貫く生き方）
- ・ BTSのlove myself（自分を大切に、個性を大事にする生き方）
- ・ 7つの習慣
- ・ 母からのひと言と、高校時代に出会った本（幼少期に母からされた話を聞いて「私は母の人生のおまけなんだ」と衝撃を受ける。その後、高校時代に出会った本によって考え方が大きく変わる。）
- ・ 親友の姿勢（物への向き合い方）



Emi's comment

ハプロDとの違いに驚きますね(笑)。

ハプロMの方は、**思想や信念、生き方**に影響を受けるんですね。「**印象に残った言葉**」として覚えていらっしゃるのも、ひとつ特徴ですね。

ハプロRチーム

- ・共通点は「メンター」
- ・家族、他人問わず、幼少期も社会人になってからも良きメンターがいた
- ・メンターから教わった非常に良い考え方が、社会で生きる糧に
- ・人から影響を受けて良かったと思うこともあるし、自分の想いを周りの人たちに伝播させていきたい気持ちもある



Emi's comment

さすが、ハプロRさん。短いお話の中に、「**社会**」という言葉が何度も出てきました(笑)。

キーワードは「**メンター**」ですね。偉人や有名人というより、常に関わりのあるような**身近な存在に影響を感じている**し、その人から得た学びや気づきを今度は**自分がメンターになって繋げていきたい**んですね。

ハプロNチーム

- ・共通点は「**失敗が一番の経験**」。
- ・物事一つひとつから受ける影響もあるけれど、それよりも「**失敗**」や「**失敗から学んだもの**」を糧に進んでいく。
- ・いらない縁は切る。(自分のテリトリーを大事に、そこから外れる相手はスパッと切る。一緒に成長できるか、その成長の中で意味があるかを考えながら、自分の居場所を見つけている)



Emi's comment

キーワードは、「**自分自身の失敗**」。誰かからではなく、**自分自身の過去**(特にネガティブな経験)から学び、自分をアップグレードしていくんですね。

【まとめ】私に影響を与えた人・もの・出来事

ハプロによって面白いほど違いが見えた今回のテーマ。キーワードをまとめます！

*ハプロD 異文化

外国の文化や、漫画の世界観などの異文化。

*ハプロM 思想、信念

素敵だと思った考え方、生き方など。

*ハプロR メンター

良き教えを授けてくれる、身近な存在。

*ハプロN 自分自身の失敗

失敗が一番の経験。失敗を糧に前に進む。