



THOUGHT LEADERSHIP SERIES ビジネスプロ | No. 018

LEADERSHIP

## 3日坊主で終わってたまるか



『3日坊主』、何をしても我々が避けたい教訓ですよね。一年の始めでも、何か新しいことをするにも、明確度は違えど多くの場合、我々は目標や達成基準を設定してから取り掛かります。ビジネスプロフェッショナルとして、そして時に自分の価値や意見を伝える人生の中でのセールスとして、3日坊主を避けることは、成功のカギになります。数あるヒントの内から今回はプラン建ての方法も含めた4つのヒントを見てみたいと思います。

ヒントの一つ目は『自分を責めない』ことです。時に我々は、何かしらの熱にあてられて大きな火の燃え上がりを感じます。素晴らしいことです。気を付けなければならないのはその時設定した基準は時に、現実味を全く帯びていないこともあるということです。我々の中には、結果に対し成功か失敗かの2択しか与えない方もいらっしゃるでしょう。そんな方にとっては特に、現実味の少なすぎる目標は折角出来たやる気という大型船から50トンのアンカーを『これからさあ走り出すぞ！』という時にいきなり水面下におろすようなものです。下手をすれば制動力と運動力が反発して横転してしまう可能性すらあります。自分はダメな奴だと、大ダメージを心に負ってしまうのです。そうなる前に、新たに達成可能で、駆け出し初めのスピードに勢いをつけられるような目標を幾つかに分けて設定すればよいのです。作り直しに

気後れする必要は一切ありません。『あとちょっとだ！』という時にどこからか更なる力が出た感覚を味わったことのある方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

その為にもヒント2つ目、『達成可能なことに集中する』があるのです。目標の中には達成しやすいものとそうでないものがあります。達成しやすい目標から始めることが最終目標達成につながります。成功が成功を生み、それが自信につながるのです。成功すればするほど自分に自信を持つことが出来て、勇気づけられ、更なる挑戦に立ち向かおうとするようになります。自分に勝利の体験をさせることで、成功のパターンを作りましょう。これこそ取り組みのスピードにアクセルをかけ、挑戦への不安という心の壁を突き破る手助けとなる効果的な起爆剤なのです。他にはどんなヒントがあるでしょうか。

3つ目のヒントは『他人に影響されない』ということです。熱にあてられ、という話をしましたね。他の方が実践している話を聞いたり目の当たりになると、俺も私も！と結局無理難題の目標を立ててしまっただけで後々辛くなるのはご自身です。勿論ここで言葉は汚いですが『なにくそ！』『あいつに負けてられるか！』と乗り越えられる方もいらっしゃるでしょう。そんな方ですら、再設定する目標はあくまで乗り越えられる現実味のあるもの

Dr. Greg Story

DALE CARNEGIE  
TOKYO JAPAN

Dale  
Carnegie™

## 3日坊主で終わってたまるか

をお勧めします。達成できなかった時に劣等感で心が折れるようではいけません。この許容範囲は人によって異なるかと思いますが、『人のウチは人のウチ、ウチはウチ』なのです。

そして4つ目最後の、ヒントです。『自分に来ることは何かを考える』ことです。とある海外の著名ラグビーコーチがこんなことをおっしゃっています『ブロックとタックルこそが、我々を勝利に導く』。基本こそが、成功への鍵なのです。きらびやかで華やかな成功体験話を聞けば、ついそこに集中しがちです。事実として見落としがちなのが、多くの成功者の語る成功体験話の裏には、何百という成功までのいしづえとなった積み重ねの物語があるのです。ご自身のビジネスにおける『基本』を見直す方法に、こんなやり方があります。まず何枚かの紙とペンを用意してください。紙の中央に「基本」という字を書いて丸で囲みます。そうしたら、10分間の中で、丸で囲んだ基本の周りにご自身のビジネスにおける基本を表す言葉を無心でいくつか出来る限り多く書き込み、それぞれを丸で囲みます。次にこれも無心になっていただきまして、それぞれの言葉を『ご自身にとっての重要度』に合わせて番号で優先順位を付けていきます。

さあ、これでどこから何を始めるかを示すプランのでき上がりです。おそらく、ご自身にとって非常に実践価値が高くかつゴール直結型のものになっていると思います。この基本に集中すれば、勢いもあり、価値観も感じ、更に実行の意義も明確な目標だてが出来ることでしょう。

マトリックスという映画の中でこんな一説がありました『人類とは不思議なものだ。不幸とか苦しみがないと、かえって不安になるらしい。』取り組むうえで全く苦しみや困難に直面することがなければ、それこそ挑戦意義を感じられないことでしょう。ローマは一日にしてならず。700年という時を経て、作り上げられたのです。我々の最終目標も一歩ずつ小さな目標から片付けていきましょう。

---

*Dr. Greg Story is President of Dale Carnegie Tokyo Japan*

Dale Carnegie Tokyo Japan

TEL: 0120-987-099, 03-4563-1963 weekdays 9:00-18:00, closed Sat/Sun/Holidays

FAX: 03-4563-1964

**DALE-CARNEGIE.CO.JP/EN**



**Dale Carnegie**

