



YES 通信

〒819-1116 糸島市前原中央2-2-22波多江ビル2F 電話 321-4119 2015年4月号

目標設定とは自分の成長を決めること

みなさんには今、目標がありますか？ある人は紙に書いていますか？「はい」と答えられる人は本当に素晴らしいです。是非、その習慣を続けて欲しい機会になればと考えています。

エール大学の調査では、目標が明確で計画があり紙に書いていた人はたったの3%だったそうです。が、二十年後の調査でその3%の生徒が他の97%の生徒が持っている資産のなんと32倍の資産をたたき出していたそうです。目標をしっかりと持つことはそれだけ大事なことです。

でも、目標を持つって簡単なようで、結構難しいですよね。以前は私もしっかりと目標を持っていくわけではなく漠然と頑張っていたように思います。目標という何かノルマのようなものを連想してあまり良いイメージがありませんでした。しかし、コーチと関わり、頻りに目標は何？という質問を投げかけられる度に、少しずつですが目標を意識できるようになってきました。

また、「目標設定は自分の成長を決めること」と言われてからは努めて目標を設定するようになってきました。私達人間は何歳になっても成長したいと思つたものです。目標を決めた時に自分の成長が決まると考えたらず目標って大事だなあと思いませんか？

自分を成長させるためにも目標設定をしっかりとしていきたいものです。

つい先日、今後の入試改革についてのセミナーに参加してきました。最近、ニュース等でセンター試験がなくなるという話を耳にした方も多いのではないかと思います。

しかし、その本質はというと入試の可否がテストの点数で決まるというよりも就職のように志望理由書や小論文、面接、グループディスカッション等によって決定される仕組みに代わっていく前兆なのだとこのことでした。当然、調査書の成績や試験の結果により受験資格は変わってくるのですが、実際に審査する内容はまさに就活さながらということも良いでしょう。

ここでは、受験生の意欲や個性を判断していくこととなります。その際に一番重要なのは、常に目標を意識して日々の生活を送っていくことではないかと感じました。

何のために大学に行くのか？その大学でなければならぬ理由は何か？

今、大学生たちが就職活動で一番苦しんでいること（大学生の場合は、何のためにうちの会社に入りたいのですか？うちの会社でなければならぬ理由は何ですか？）というものです。（高校生が答え

なければならない時がやってくるのです。もしかしたら高校受験の際にもそのようなものが求められる時代もそんなに遠い未来ではないでしょう。

私たちが学生の時に、そこまで明確な目標を持っていたかといわれると疑問でもありますが、そんな事が今の子供たちに出来るのかどうか？ということに疑問をたれる方も多いでしょう。

しかし、これからの日本を動かしていく人材をどのように育てていくべきかを考えると知識だけのつめこみではなくこのように取り組むことも非常に大切なのではないかと感じています。

YESでは今までも目標設定を大事にしてきたつもりですが、これからは今まで以上に目標設定にこだわっていききたいと思えます。そして、自分で考え行動する人材育成に力を入れていきたいです。

先日、新入社員研修に参加してきました。初々しい若者が集まる独特の雰囲気はクワに味わいました。そこで感じたことは最近の若者は私たちの時代に比べてはるかにプレゼンテーション（聴衆に説明すること）が上手いということです。これもかれらが苦しい就活を頑張っ、努力した結果だと思えます。入試改革でさらにいい人材が増えてくることに期待したいですね。

やる気相談室

自信がない

「自信がない」「不安だ」という人はなぜ自信がないのか

最近、いろいろな方から

「自信がない」「不安なんです」という相談を受けるの

ですが、その際に一番言

たくなる言葉が、「おめでとう」という言葉なのです。

なぜ「おめでとう」「な

か」は後で解説するとして、

先日参加した新入社員研修

でも、これは私に限った話ではなく、いろいろな社長さんと同じ様な悩みを抱えてお

いなのです。貧しい人には貧しい人の不安があるし、お金持ちにはお金持ちの不安があるのです。

じゃあどうすればいいのかわからないことなのですが、捉え方を変えようというところ

です。不安なことが当たり前なのだという思考

と、不安と仲良くなるという思考を持つことが大事なのです。

私たちが不安だと思つては可能性を感じているからだし、挑戦しているからなのです。もし今の私が東大に挑戦しようと思つても全く不安になりません、身長が2メートル

になるかなあ？という不安なんて微塵もありません。だってそれは不可能だから……

……

……

……

……

……

……

……

もっと生徒を増やさないかと社員を雇えないとか、雇ったら雇ったで、この従業員の将来

はどうなるのか？不安はあからあから出てくるものなのです。そして、自信もそん

なに持っているものではないと悟りました。

でも、これは私に限った話ではなく、いろいろな社長さんと同じ様な悩みを抱えてお

いなのです。貧しい人には貧しい人の不安があるし、お金持ちにはお金持ちの不安があるのです。

じゃあどうすればいいのかわからないこと

なのですが、捉え方を変えようというところ

です。不安なことが当たり前なのだという思考

と、不安と仲良くなるという思考を持つことが大事なのです。

私たちが不安だと思つては可能性を感じているからだし、挑戦しているからなのです。もし今の私が東大に挑戦しようと思つても全く不安になりません、身長が2メートル

になるかなあ？という不安なんて微塵もありません。だってそれは不可能だから……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

不安を抱かれないのです。抱けないのです。

ですから、もしみなさんが不安を抱いている時は、自分の可能性を信じているからなのです。また、何も挑戦していない時、絶対に出

来ることしかやっていない時も不安は生じ

ません。でも、それっていい状態なのでは

うか？自分が全く成長していないのです。そ

れがずっと続くときずっと不安になると思

いませんか？

結論から言うと不安な時は、挑戦している

時であり、自分の可能性を信じている時でも

あるのです。だから「おめでとう」と言いた

いのです。

不安や自信がないという感情と仲良しに

なって前向きに行動していきましょう。その結果が

出てきて、それが他人から見ると「あの人は

自信がある」というふうに見えるのです。

自信がある時はおどろきの時です。……

……

……

……

……

……

……



書籍紹介コーナー アンソニー・ロビンスの運命を動かす

今迄、YES 通信でも世界NO1 コーチであるアンソニーロビンスのエピソードは何度か書いたことがあります、実際にアンソニーロビンスの本を読んだのは初めてでした。そして読んだ感想はやっぱり凄いとしか言いようがありません。いろいろな方が本で書かれていたことの出所はここだったのかと思うところがいくつもありました。やはり世界NO1は伊達ではないですね！！しかも翻訳が本田健さんということでもとても分かりやすく読みやすい内容に仕上がっています。私達の体には全員眠れる巨人が宿っているのです。その巨人が目を覚ました時どうなるのか？アンソニーがコーチをした人は、ネルソン・マンデラ、クリントン元大統領、 サッチャー元英国首相、ミッテラン元仏大統領、 ダイアナ妃、 マザー・テレサ等々でまさに次元が違う存在です。でも、とてもシンプルに分かりやすくステップバイステップで実行しやすく書かれています。まさに知識を得るための本ではなく実行するための本です。あなたの眠れる巨人を起こしてみたくはありませんか？