



## ビジネスに成功を呼び込む “やれる気”のすすめ ②

※前回339号では“やれる気”とは?と、その成果についてご紹介しています。



大林 伸安 氏

株式会社ノビテック 代表取締役 やれる気請負人。  
日本一の規模の研修実施プロジェクトを講師側総責任者としてマネジメントした実績を持つ。研修講師としても大手企業を中心に100社以上、経営幹部から新入社員まで、何万人もの研修実績がある。また“やれる気請負人”として教育やコミュニケーションの促進により、組織や人材のやれる気を引き出す。  
英国国立ウェールズ大学大学院経営学修士(MBA)、アクションラーニング学習コーチ(ジョージワシントン大学リーダーシップコース修了)。著書に「仕事楽しくなる! 25のルール」(ダイヤモンド社)がある。  
●株式会社ノビテック <http://www.nobetech.co.jp/>

### 日々の習慣で“やれる気”を育てよう

ビジネスに成功のスパイラルを呼び込む“やれる気”。前回もお話したように、“やれる気”は成功への期待感です。今回はその“やれる気”を作り出す、具体的な方法のいくつかをご紹介します。

成功に向けて漠然と夢見るのではなく、自分はこうやれば成功できる、という実践的な方法がなければ目標は達成できません。根性論、精神論ではなく、「行動論」として捉えましょう。

#### ①計画をたてる

～明確な計画と行動目標からはじめる

ビジネスにおいては、日常の業務から、長期的な展望に至るまで、さまざまな目標が据えられています。仕事をするという事は、大小さまざまな目標を日々達成させていくことともいえるでしょう。そこで一つひとつの目標に対し、達成に向けての計画をしっかりと立てることが“やれる気”を生み出す第一歩。

計画を立案するために、まず現状把握し、目標を据えなければなりません。するとその目標を達成するためにこなさなければいけない課題が出てきます。次に課題をクリアするためにはどうしたらいいかを考えると、何をしなければいけないかという行動が見えてきます。これで目標達成のための行動を具体的に把握でき、後は実行に移すだけ。明確な計画と行動目標が成功への期待感につながり、“やれる気”が自ずと高まっていきます。

#### ②スモールステップ

～小さな成功を積み重ねる

人は一夜にして大成功を収めることは不可能です。どんな成功者であっても、脚光をあびるまでに小さな一つひとつの成功体験を積み重ねていくことで、大きな成功を手に入れているのです。いきなり大きく歩幅をとるのではなく、小さく一歩ずつ自分の成功を積んでいくこと。小さくてもその成功の一つずつを、自分のものとして評価することで、成功への期待感を高めていきましょう。

#### ③ポジティブな振り返り

～相手をほめて自分も高める

人間には、人をパッと見た瞬間に相手の弱点を見つけるという、動物の闘争本能が残っているのだそうです。ところがこれが、相手ばかりではなく、自分自身に対しても働き、同じように欠点に目がいつてしまう傾向を作ってしまう。そこで大切なのが“やれる気”を生み出す自分をできるだけプラスに評価するポジティブ思考。日本人はこれがなかなか苦手なようなので、おすすめトレーニング方法をお教えしましょう。最初は他人に対して、いいところを積極的に探し、相手をほめることを心がけます。これを習慣にしていると、脳の特

性により、他人に対してプラスに評価していることと同様に、自分に対してもポジティブな評価ができるようになっていきます。

#### ④とにかく「がむしゃらに」やってみる

～面白い仕事は自分でつくる

行動を起こす前から諦めていては、何も物事は進みません。当然、成功への期待感も持てるはずもないのです。特に若い人たちは、とにかくがむしゃらに、今、目の前にある仕事を頑張ってみること。若いうちはなかなか楽しいと思う仕事に出会えないかもしれません。でも一生懸命仕事をしていると、達成感があったり、自分の成長を感じたり、仲間との一体感が得られるなど、仕事だからこそ味わえる経験がたくさんあります。それを自分自身で実感し、確認すること。そうすればその延長線上に、楽しい場所と仕事がきっとあります。仕事を面白くするのはあなた自身です。

#### ⑤「忙しい」を選ぶ

～成長する機会と捉える

忙しいということを嫌がってはいけません。忙しく働く状況はいわば、成長できる要素の宝庫。安易な、楽な道を選べば、それは成長の機会を自ら捨ててしまうことです。

#### ⑥「素直」が大切

～受容の姿勢が世界を広げる

まわりの人たちに対しても、自分に対しても、素直であることはすべての基本です。斜に構えて人の意見に耳を傾けることができなければ、本当の自分を知るチャンスを失う事にもなりかねません。他人の意見に迎合する必要はありませんが、自分の考えをしっかりと持ちながら、人の意見も聞き、なるほどそういう考えもあるのかと受容する姿勢こそが、自分の世界を広げ、成長させてくれるのです。素直な姿勢は他者からのプラスの評価を受けやすく、自身の“やれる気”にも好影響を与えます。

\* \* \* \*

さあ、いかがでしたか。毎日の仕事のなかでも、ちょっと気持ちや視点を変えれば、あなたも“やれる気”にあふれた行動力の持ち主になれることでしょう。

次回 342 号は管理職・リーダーの方々に向けて、部下が“やれる気”になる指導法についてご紹介します。



\*講師としてお招きした2010年開催の東海支部&関東支部の研修・セミナーは、参加された方々から大変好評いただきました。

●大林氏からのメッセージは  
eふぁみり もあわせてご覧ください!

eふぁみり

<http://jp.fujitsu.com/family/honbu/family/>