

当社で行っている研修などの様子をレポートします。
皆様の会社経営・社員教育など、参考になれば幸いです。
当社の研修を受けてみませんか。貴社の発展をサポートいたします。

Vol.020★「つい後回しにしてしまう」ことはありませんか？



大野輝雄よりごあいさつ♪

みなさん、こんにちは。
2023年が始まって、もう1カ月が経過しましたね。いかがお過ごしでしょうか。

昨年 of 年末に1年を振り返って、今年の計画を立てて、新たにチャレンジすることを決めました。
「今年はこれをやるぞ！」と強く決意したのにもかかわらず、
つい後回しになってしまうことがありますか？

私自身もそうになってしまうことがあります。その原因について考えてみました。
私の場合は、
「失敗するのが怖くて第一歩を踏み出すことをためらう」ことが原因であることが多いです。

新しいことにチャレンジするのは、今までやったことがないことなので、うまくいかないことが普通です。でも、失敗するのがイヤなので準備することだったり、考えることだったり、に時間をかけてしまい、結果として後回しになってしまうことがあります。「時間がたつほどに、さらに第一歩を踏み出すことにためらって、ますます後回しになる」となると悪循環ですね。

それを予防するためには、**「さっさと第一歩を踏み出してみる」**というのがいいですね。
とりあえずやってみると、次にするときにハードルが下がります。
実は、やってみると思っているよりスムーズにできるということもあります。
できないことのほうが多いですが、最初からうまくできるなんてまずありません。
トライアンドエラーを繰り返していくしか、成功する方法はないと思っています。

「失敗するのが怖い」というのは自意識過剰であることもわかっています。
私が大失敗して恥ずかしく思っている、周りの人はだれもそんなことは気にしていません。
自分のことに精一杯で他人のことを気にしている時間なんてありません。
だから、周りの目なんて気にする必要なんてありません。自分のしたいようにすればいいんです。

「今年のチャレンジ」を達成できた自分を想像すると、ワクワクします。
そういう気持ちになれることはとてもいいですね！自分の決めたことなので必ずやり切ります。
あなたの目標はなんですか？
もしよろしければお会いしたときに教えてください。楽しみにしております。

サポートセンター便り♪交代で担当していきます。

寒さも増してまいりましたが、いかがお過ごしでしょうか。私は年明けに占いの本を購入し、ラッキーカラーや恵方を調べてプラス思考で頑張ろうと張り切っております！

もうすぐ節分、立春を迎え 暦の上では春です。
豆まきをして恵方巻をいただき 福は内・・・
元気で明るい年にしたいと思います。

(上田)

