栩野正喜の勁草塾・・「楽しむ」

皆さんは毎日「イキイキ」と活躍されているでしょうか。

「イキイキ」するには「何か」に興味が湧いている時とすると
どのような事に興味を持っておられるでしょうか。

仕事だけでなくプライベートに興味が湧くものがあれば
それが源泉となって「イキイキ」と輝かせる
という状況もありですね。

若い時には「デート」の約束でソワソワ・イキイキした経験があり
目の前の仕事を楽しそうに行っていると言われた経験もあります。

しかし、そういう時は若い時に限られる（？）ので
やはり、仕事で「イキイキ」したいものですね。

私は「壁突破」も大きな要素と経験で感じており
確かに難問にぶつかった際の無力感にタジログことがありますが
手探りで着手点を見出した時の「喜び」は格段のものがあり
そのエネルギーで加速するという体験です。

つまり、毎日、作業のように反復するのではなく
新しい課題にチャレンジする時はプレッシャーも大きいが
課題がほぐれて着手点を得た時の「喜び」は
プレッシャーを跳ねのけるパワーがあるのです。

「3回安定10回固定」と言いますが、
着手点を見出して一歩ずつ解決するのですが、
3回連続すると法則性が身について来て
「勢い」と「流れ」ができるのです。

「勢い」があれば、傍目には「イキイキ」と映るし、
自身も「楽しい」という状況であり動きが軽やかになるのです。

しかし、この軽やかな動きも「限界効用逓減の法則」で
3回でほぼ「伸びしろ」がなくなり、
以後は3回で得たリズム感で「勢い」と「流れ」を保つのです。

しかし、これにも限界があり

１０回も続けるとマンネリ感が漂うので
脱マンネリを図る必要があるのです。

「次はどんな壁にチャレンジしようか」
と考えるのも「楽しい」のです。

最初のお客様で
「栩野さんが受け身に回ったら魅力がない」
と言われたことがあって
適切な間隔で「攻め」に回っていたことを思い出します。

「受け身になってマンネリ感を漂わせていませんか」
と問われたら如何に回答するでしょうか。

「マンネリ感」には「イキイキ」という要素が薄くなります。

たぶん、プライベートでも同じではないでしょうか？

「過ぎた時間は永久に取り戻せませんが、
少しチャレンジする事で自身の鮮度をアップしませんか？」
と問いたいのです。

【勁草塾のバックログはホームページにあります！】