

【マインドセット】

「頑張る人が成功できない」逃れられない理由

行列FP 林健太郎

林FP事務所

成功の条件にある 「努力」とは

1. 努力の有無は関係ない

- 努力していると感じるかどうかは「主観」でしかない
- 広い意味では皆、誰でも努力している
- 当たり前だが心理面が大きい。努力における脳科学からの知見も。

2. 努力の質が大事

- どういう目的で努力をしているか
- 努力をしんどいと思っているか、楽しんでいるか

3. 努力を努力と思わない

- 楽しく努力してしまうのが最強
- 自らのゴールを設定しよう

「質の低い努力」とは

- やらされ感、義務感に根付いた努力
- 他人の価値観や自分以外のシステムによるコントロールを受けている状態
- 失敗したら
 - 「本来こんなことはやりたくなかった」 (言い訳)
- しんどくなったら
 - 「これ以上はできない」 (壁)
- 【創造的に】努力をやめてしまう
 - 自尊心を守るための自然な防御反応
- 日本の信念体系はこちらに近い
 - 勉強しなければならない
 - いい大学にいかなければいけない
 - 良い企業に入れば安泰



「質の高い努力と」は

- 自ら望む場所に行くための努力
- 今の環境が不快なので、努力して前に進むこと自体が快感で楽しい
- 失敗したら
 - 「次はこうやればうまくいくかもしれない」 (創意工夫)
- しんどくなったら
 - 「少し休んで次またがんばろう」 (あきらめない)
 - そもそも疲れにくい、疲れにくい
- 成功の唯一の要件である「GRIT (やり抜く力)」を持っている
- ちなみに今まで質の低い努力でもやっていけたワケ
 - 今まではたまたま過去の延長線上で稼げていた (失敗しない程度の質の低い努力でよかった)
 - 今そのシステムが崩壊しつつあるが、組織や社会が対応しきれていない (例えば失敗を高く評価する人事制度が日本の企業にどれぐらい浸透している?)
 - 日本の教育システムは「ミスを許さない」 → 質の低い努力を促している?



質の高い努力をする ために...

1. 努力の質は失敗したときに表面化する

- ゴールを目指したいなら、積極的に失敗しよう

2. 自らの目的、目標（ゴール）を決めよう

- 自ら決めた目的や目標がない努力は意味をなさない。他人の目的、目標をしつこく受け入れる、ではだめ
- 現状の外側にゴールを設定する

3. ゴールを掲げた時点から、自然と努力が始まる

- 努力している意識すらない、というのが努力の到達点
- 頑張る必要はない。まずはあなたが本当に到達したいゴールを設定しよう。



無料プレゼント中！



詳しくはこちら



<https://startup-fp.com/presentpdf>

行列のできるFP事務所プロデューサー 林健太郎

By 林FP事務所