

行動計画ツール

翔伍 南

学習欲

- 学習方法に磨きをかけます。たとえば、あなたは教えることによって最も多くのことを学ぶタイプかもしれません。そうであれば、人前でプレゼンテーションをする機会を見つけましょう。また、あなたは静かに物事を考えることによって最も多くのことを学ぶタイプかもしれません。そうであれば、静かな時間を見つけるようにしてください。
- 学習の進捗状況を把握する方法を確立します。スキルの習得が数段階に分かれている場合は、あるレベルから次のレベルへ上がったときにそのお祝いをします。そのようなレベルがない場合は自分で設定します（特定のテーマについて5冊の本を読む、特定のテーマについて3回のプレゼンテーションを行うなど）。
- 変化のきっかけを作ります。まわりの人は、新しい規則、新しい技術、または新しい環境に対して消極的になるかもしれません。あなたの新しいものを取り入れようとする意欲は、彼らの不安を軽減し、積極的な行動を促すことができます。この責任を真摯に受け止めてください。
- 何らかの技術的な能力が必要な仕事を探します。あなたは、この専門知識を身につけて維持する過程に喜びを感じるでしょう。
- 技術や規制が常に変化する分野はなるべく選択しないようにします。あなたは、何かを継続することにやりがいを感じるでしょう。
- 知らないことに対して臆病にならないあなたは、新しい環境で、新しい技術や言葉をすばやく身につけることが必要な人にアドバイスを与えるような仕事で優れた能力を発揮するでしょう。
- リサーチは学習とパフォーマンスの架け橋となります。人は学習して成長する機会があると、生産性や忠誠心が高まります。あなたは他の人々の学習ニーズがどの程度満たされているか測定する方法、個人学習の中間目標の作成方法、学習達成の評価方法を見つけ出しましょう。

- 職場では、学習のための資金を援助するプログラムを利用してください。組織によっては、教育的な講座や検定に対して全額または一部を支払ってくれる場合があります。また、奨学金やその他の教育機会に関する情報について、上司に問い合わせてください。
- 自分の学習意欲を称えます。地域の生涯学習の機会を利用します。毎年1つ以上の教養コースまたは生涯学習コースに登録して、自己研鑽を積みみます。
- あなたは研究や学習に没頭すると、時間が経つのを忘れ、集中力が高まります。差し迫った用事で邪魔されることのない期間に学習セッションをスケジュールし、「学び」の時間を設けてください。

内省

- 哲学、文学、心理学を研究することを検討します。あなたは常に思考を刺激するテーマを好みます。
- メモや日記に自分のアイデアをリストアップします。これらのアイデアは、あなたの心の糧となり、貴重な洞察を生み出します。
- 「偉大な思想家」とみなす人たちとの関係を徐々に築きます。彼らが示す先例は、自分独自の考えに集中する力を与えてくれます。
- 扉を閉ざしていたり、一人ですごしていたりすると、人々はあなたのことを超然として他人と関わりを持たない人間であると見なす可能性があります。これは単にあなたの思考スタイルの現れであり、他人との関係を軽視している訳ではないこと、他人との関係を最も大事にしたい気持ちから出ていることを理解してもらうようにしてください。
- 知的な試みを追いかけ、その試みがどこに向かっているかを知る時間を持つときに、あなたは最も能力を発揮します。プロジェクトや取り組みの実行段階になってからではなく、初期段階から活動に参加してください。実行段階で参加すると、あなたはすでに決定されている事項をひっくり返してしまう可能性があります。また、あなたの洞察力はこの段階では遅すぎて意味を持たない可能性があります。
- 人々を知的で哲学的な討論に参加させることは、あなたが物事を理解する方法の1つです。ただし、これはすべての人に当てはまる訳ではありません。あなたの挑発的な質問は、このような討論をあなたと同じように楽しむことができる人に対して向けるようにしてください。
- 考えるための時間をスケジュールしてください。考えることはあなたにエネルギーを与えます。その機会を利用して、物事について深く考えたり、思案したりします。

- 文章を書く時間を取ります。書くことは、あなたにとって考えをまとめるのに最高の方法かもしれません。
- 自分と同じ問題について話したいと思っている人を見つけます。あなたが関心を持っているテーマを取り上げるディスカッショングループを組織します。
- 質問を再構成したり、対話に参加させたりすることで、あなたの周囲の人達が存分に知性を発揮できるように励ますようにします。同時に、このようなことに気後れを感じて、質問攻めにされる前にじっくり考える時間が必要な人がいることも理解してください。

成長促進

- これまでに自分が教育してきた人や成長を促してきた人たちのリストを作成します。このリストにときどき目を通して、自分が世界に与えてきた影響について振り返ります。
- 主な責務の中に成長を促すことが含まれる仕事を探します。特に、人を教えたり、コーチしたり、管理したりする仕事で高い満足感を得られるでしょう。
- 他の人の成功を認め、そのことを本人に伝えます。どのように成長したのかを具体的に説明します。成功の要因に関するあなたの詳細な観察を伝えることによって、彼らのより大きな成長を促すことになるでしょう。
- あなたの中に何か特別なものを認めてくれたメンターについて考えます。彼らがあなたの成長を助けてくれたことに感謝します。それは、学生時代にお世話になった先生に手紙を書くというようなことでもかまいません。
- 「個別化」の才能の高い人とパートナーになります。このような人は、個人の最大の才能をどのような点に見出すことができるかを教えてくれます。この助けがないと、あなたは「成長促進」の本能により、あまり才能のない分野で相手に成長を求めてしまうことがあります。
- 仕事で常に苦勞している人をサポートしないように注意します。このような場合、相手の成長を促すための最善の行為は、自分に合った別の仕事を見つけるように勧めることです。
- あなたは常に、できる以上に多くの人々に助言を与えなければと感じています。この内からの衝動を実現しながら、助言に対する集中を維持するには、「その瞬間のメンターになることの影響を考えてみます。最も強烈で忘れることができない成長の時というのは、的を射た言葉が適切なタイミングで伝えられた時であることが多いものです。このような言葉は、理解を明確にしてくれたり、情熱を再燃させたり、機会に目を開かせたり、人生の方向を変換させたりします。

- 見込みのない目標に多くを投資してはいけません。あなたには人や状況の中に最良のものを見いだそうとする生来の傾向があり、この傾向はより適切な状況に移行することを妨げる盲点を生み出す可能性があります。
- あなたの「成長促進」の才能は、他人の成長に熱心になるあまり、自身の成長を無視してしまうことにつながる可能性があります。あなた自身が持っていないものを他の人に与えることはできないことを忘れないでください。他人の幸福や成長により大きな影響を与えたいと望むのであれば、自身も成長し続ける必要があります。あなたに投資してくれるメンターやコーチを見つけてください。
- 成長を促したい人のリストを作成し、それぞれについてどのような資質を高めたいかを書き出します。15分間でもよいので、同僚の一人一人に定期的に会うようにし、彼らの目標と長所について話し合います。

収集心

- 教育、研究、またはジャーナリズムのように、毎日新しい情報を得ることが求められる仕事を探します。
- 情報を保存して簡単に探し出せるシステムを考案します。切り抜いたすべての記事を1冊のファイルにまとめるというシンプルなシステムから、コンピュータのデータベースという高度なシステムまで、いろいろなシステムが考えられます。
- 「目標志向」または「規律性」の才能の高い人とパートナーになります。このような人は、あなたが知的好奇心のせいで興味深くはあるが本筋からそれた道を進んでしまっているときに、本来の目的を達成する手助けをしてくれます。
- あなたの精神は開かれており、吸収力があります。あなたは、スポンジが水を吸収するように情報を自然に吸収することができます。ただし、スポンジの主な目的が吸収したものをずっと保持しておくことではないように、頭に知識を蓄積しただけというわけにはいきません。出力のない入力に停滞を引き起こします。情報を収集し、吸収したら、あなたの知識によって最も利益を得られる個人やグループにそれを知らせ、意図的に情報を共有してください。
- あなたには、事実、データ、アイデアをたくさん蓄えておく生来の資質があるかもしれませんが。実際にそうである場合は、エキスパートとして身を立ててください。あなたの「収集心」の才能に従うことによって、あなたは特定の分野の権威として知られるようになる可能性があります。
- 単に情報を収集するだけにならないようにしてください。ある時点で、得た知識を活用して行動を起こす必要があります。他の人にとって最も価値のある事実やデータを特定することを重視し、その人たちの利益のために情報を活用してください。

- 自分が専門とする分野を見つけ、その分野に関する情報を積極的に集めます。
- 刺激を受ける本や記事を読む時間をスケジュールに組み込みます。
- 徐々にボキャブラリーを増やします。新しい言葉を覚え、その意味を学びます。
- 収集した情報を他の人と共有できる機会を見つけます。また、質問に答えることが楽しみであることを友人や同僚に伝えます。

ポジティブ

- あなたは、おそらく肯定的な面を強調することが求められる仕事で高い能力を発揮するでしょう。教育、営業、起業、または指導などの仕事で、物事を劇的に変化させるあなたの能力が最大限に活かされるはずです。
- あなたは多くの人よりも情熱的でエネルギッシュです。他の人がやる気をなくしたり、リスクを背負うことに消極的になったりしているとき、あなたは彼らを刺激して再び奮起させることができます。次第に、あなたはこの「カンフル剤」の役割を期待されるようになります。
- 友人や同僚が喜ぶような活動を企画します。たとえば、小さな目標達成をイベント的にアレンジしたり、定期的に目標達成の祝賀会を開いたり、祝祭日に行事を企画したりします。
- あなたの情熱が根拠のないものではないことを説明します。あなたは、悪い状況が起こり得ることは心得ていますが、良いことに目を向けようとしているだけなのです。
- あなたは、人を励ますことによって最大の喜びを得るタイプであるかもしれません。他の人に対する評価を率直に示し、明確な賞賛を与えてください。常に、あなたの感情を、具体的で明確かつ個人的な感謝や評価として表現するよう心がけてください。
- あなたの「ポジティブ」の才能は共有されるものであるため、それを保護し、育むことを心がけてください。必要に応じて、不平不満や愚痴ばかり言う人とは距離を置き、非常にポジティブな環境で時間を過ごすように意識することで、楽観性を活性化し、強化するようにしてください。

- 困難な状況で何でもないふりをするのは止めましょう。あなたなどのような状況でも良い面を見ようとしますが、それは単に無邪気だからではないことを他の人に知ってもらう必要があります。困難な状況を認識し、あなたの楽観主義の理由を伝えてください。あなたのポジティブなアプローチは、それが現実根ざしていることを他の人に分かってもらうことで最も力を発揮するでしょう。
- 人はあなたに日常のフラストレーションを解消する手助けを求めてくるでしょう。そのときのために、面白い話やジョーク、ことわざを用意しておきます。自分の影響力を過少評価しないでください。
- ネガティブな人たちを避けるようにします。このような人たちはあなたの意欲を削いでしまいます。代わりに、あなたと同じように人生にドラマやユーモアを見出す人を探します。お互いにエネルギーを与え合うことができるでしょう。
- 人が物事の良い面を見られるように手助けをします。あなたには、人の目を肯定的なものに向けさせる力があります。