



みらい経営グループ

あなたの繁栄が私たちの喜びです！

税理士法人みらい経営レポート

〒456-0051 名古屋市熱田区四番二丁目14番34号

今月の視点

573号

「目標を達成できる人&できない人」 ～ハッキリ言ってここが違う～

年度のはじめに、抱負や目標を掲げる人も多いと思います。私たちは、「目標」をどの位におくのか？「目標」は常に高く持ち、自分自身を高めてゆくのが大切です。とよく言われます。少し高めの水準に設定して、どんどん達成して次のステージに次から次へと進む。いわゆる「できる人」であって、このようになれたら素晴らしいことです。

でも、そのような背伸びやジャンプが長続きするのでしょうか？長続きしないのも事実としてよくあります。つまり、「高い目標」を掲げて常には達成できないままで、できない状態で挫折を繰り返しては、「負けグセ」がついてしまうだけです。ではどうするのか？目標をすこし低めに設定しても、できた、達成した、またできた！という成功体験を繰り返し、自分自身に「勝ちグセ」「自分はできる」という前向きな発想をつけることが成長し続けることへつながるものです。

私たちの人生は、「達成すべき目標」があり挑戦も失敗もあると思います。人生がすばらしく良くて、目標もなし、リスクもなし失敗もない人生は選ばないと思います。目標を持ち、可能性を信じて、ワクワクしながら生きていくほうがいいからです。小さな目標でも、自分の人生のなかで、たくさんの「達成感」を持つことで人生が楽しくなるはずですよ。

「はい、やってみます。」を常に口癖にする。もちろん、「できます。」と言っておいて、期限も守れず、結局できないまま迷惑をかけてしまうのは論外です。顧客もこちらをしっかりと見ていますから無理なことを言うてはできません。100%無理なことには No と言う。「できない」という勇気も必要です。少しでも、「できそう」と思ったら引き受ける。そうしたら、いつのまにか「できている」のです。

一応はやり遂げた。とりあえず経験できた。何とか満足した。実績になった。だからもしも、目の前になんかやってきたら取り敢えず「好き」「嫌い」とか「自信がない」とか言ってないで「やってみます」と言ってみるのが、成長への一番の近道だと思います。「やる」と言えば、あとは向かって目標を立てるしかありません。「はい、やってみます。」を口癖にしましょう。

大切なポイントは以下の通りです。メリハリをつけた目標設定となります。

「人の意見に惑わされない」

目標を立てても不安です。自分に自信があっても誰かの意見によって不安になります。それは「横からのネガティブ意見」つまり「横ネガ」です。目標に向かい合っているのに、孤独な状態で「横ネガ」にあつたら不安で勇気が出ません。人の意見は時に、あてにならない時があります。成功も失敗も自分の人生です。自分がその責任をとるのです。ならば、自分の意見で動いたほうが、誰のせいになくてもいいのですから、すっきりと気持ちが楽になると思います。

「無理な目標を立てると知恵が出る」

できそうな目標で「勝ちグセ」をつける。前述と矛盾かもしれませんが、できそうな目標だと、今より少しがんばれる、今の自分のままでいい。つまり、今の自分と変わらなくてもいいから楽です。逆にできそうでない目標だとどんどん新しいことを取り入れたり、創意工夫するようになります。この「できそうもない」と思っているのは、まぎれもなく今より変わりたくない自分です。こういう時にこそ、セルフイメージをもっと高く持ってみましょう。こういう時は謙虚になったらダメです。積極的に今の自分から、目標を目指して変わらしましょう。

「最初の一步を踏み出すことが大切」

旅行に行くとき、先ず行き先（目標）を決めて、ネットでツアーの価格を調べ、ガイドブックを買う、会社に有給休暇の申請をする、持ってゆくものを買うなどいろいろなプロセスがあります。次第にワクワク感が出ます。「旅行に行きたい」ではいつまでも行けません。目標も同じです。やりたいことや夢があるならば、何からするかを先ず決めましょう。忙しい、お金がないなど言わずに「先ず一步を踏み出すことが大切です」。

「まずは、短期間の全力疾走から始めよう」

全力疾走のきっかけは何でもいい。スタートのためになんらかの理由付けです。その時大切なことは、1年後など長いスパンでなく、すぐゴールが見える短い期間、10日間とか1カ月間とか設定しましょう。ゴール設定したら、自分でスタートラインを引く。「いつまで」とか「いつから」を決めてスタートです。ひとりで走り、ひとりでゴールのテープを切る。完走した喜びを噛みしめる。そして、ゴールできた自分にご褒美を与えます。自分を自分でキチンと褒める。これが大切です。

「約束を守る自分をつくる」

目標達成のためには、一度決めたことを守れる人になりましょう。例えば「時間」いつまでに、何時に、相手を待たせないなど。

それから、毎朝自分から笑顔で挨拶しましょう。人の話を一生懸命聞きましょう。知ったかぶりや自慢はせず、それでも相手の自慢はひたすら聞きましょう。好意を感じたら「ありがとう」というなどです。これら、色々できそうなことを約束して実行する。約束を守るだけです。ただし、守れなかったら、それはそれでいい。また明日からやればいい。完璧でなくてもいいのです。まずは実行できることを決めて、それを守るように努力する。これが目標達成につながります。

「目標のスタートは感謝から」

「もっとこうなりたいな」と思う気持ちを「自分の目標」というプラスに捉えた人は、そのプラスの分だけ原動力が大きくなり、目標達成のスピードも速くなります。しかしながら、「もっとこうなりたいな」と思う気持ちを、「自分がないもの」というマイナスだけで捉えた人は、永遠にそこから抜け出せず、そこに縛られています。いつも誰かと比べて、ため息をついて生きていくのです。先ずは、今あることに感謝する。今日寝る場所に感謝する。今日の仕事に感謝する。今

日の自分に感謝する。寝る場所も食べるものも、仕事も命も「ある」ことに感謝する。できたら「よーし。なりたい未来をつかむぞー！」と声を出す。そして新しい目標をイメージして、ワクワクしながら「ワクワクするなあ」と言ってみましょう。このワクワク感がなんか得した気分で、今日そのものが大事な日に思えるのです。このことが人生の「やりがい」につながります。

皆さんが、仕事や人生の目標を達成されることを祈っています。

以上

みらい経営グループ代表 石川 光男

老齢・障害年金のご相談を受付けています。

社会保険労務士

産業カウンセラー

こすが はつこ
小菅 初子

当事務所まで TEL または FAX をお待ちしております。

3月の税務と労務

- | | |
|------------------------|------------|
| ・ 1月の決算法人の確定申告、消費税など納税 | 期限(3月 31日) |
| ・ 7月の決算法人の中間申告、納税 | 期限(3月 31日) |
| ・ 7月の決算法人の消費税の中間申告 | 期限(3月 31日) |
| ・ 2月分源泉所得税納付 | 期限(3月 10日) |

税理士法人みらい経営（発行元）

税理士・中小企業診断士 社会保険労務士・行政書士 石川 光 男

〒456-0051 名古屋市熱田区四番二丁目14番34号

TEL 052 (651) 6000 FAX 052 (652) 0066

MAIL ishikawa@ishikawakk.or.jp HP <https://www.mirai-kg.com/>