
遼原口

強みの洞察とアクション計画作成のためのガイド

サーベイの完了日: 01-09-2018



ドン・クリフトン

強みの心理学の父でありCliftonStrengthsの開発者

遼原口

サーベイの完了日: 01-09-2018

上位5つの資質

1. 最上志向
2. 適応性
3. 内省
4. 戦略性
5. 競争性

このガイドの内容

セクションI: 意識

上位5つの各資質について共有する資質の簡単な説明

独自の強みの洞察(上位5つに同じ資質を持つ他者よりあなたが卓越している点についての説明)

自分の才能に関する意識を高めるためにあなたが答えるべき質問

セクションII: 活用

上位5つの各資質に関する10のアクション(行動)のアイデア

自分の才能を活用できるようにするためにあなたが答えるべき質問

セクションIII: 達成

上位5つの各資質はどのように「響く」かについての例 -- 上位5つに同じ資質を持つ他者からの実際の引用

目標達成に向けて自分の才能を活用できるようにするための対策

セクションI: 意識

最上志向

共有する資質の説明

最上志向という資質を持つ人は、強みを利用して、平均的ではなく最高の水準を、個人ないしは集団において追求します。単なる強みを最高レベルのものに変えようとしています。

独自の強みの洞察

あなたが卓越している点は？

生まれながらにして、あなたは、自分の欠点より才能について考える時間の方が長いでしょう。あなたは、ミスや失敗に遭遇したときは、限界についてじっくり考えることがあります。あなたは、自分とは別の誰かになろうとするより、自分にはない才能を持つ人に協力してもらい、お返しに自分の才能を提供することがあります。おそらくあなたは、人に影響を与えて行動を起こさせようとする際、全ての人に対して同様のアプローチをとることはありません。その代わりに、各人の特別な才能、スキル、知識、使命、選好、嫌悪を見つけ出します。そうして得た情報から、あなたは言葉や行動を相手に合わせることができます。強みによって、あなたは、さまざまな分野で秀でた人物になるための知識や技術を身につけようと努力してきました。意図的に生来持つ能力を伸ばしています。短所を克服しようと苦労することは避けています。過去の成功の多くは、とても得意であるとわかっていることを実行したおかげであると自覚しています。多くの場合、あなたは、自分の得意なことや、不得意なことがよくわかっています。このことについて自分の直感を信頼しています。あなたは長年、自分の才能を頼りに成長し、先へと進んできました。自分には才能が欠けていると思う作業に臨んで自信を失ってしまうことのないよう、そのリスクは避けています。例え、多少の関連する知識、スキル、経験があっても、そのリスクは取りません。持っている才能によって、あなたは、ときどき、相手を感じていることをそのまま感じる場合があります。あなたはおそらく、相手の意見を聞かなくても、その人の立場に立って物事を見ることができるでしょう。

質問

1. 独自の強みの洞察を読んだときに、どの語句、文言が印象に残りますか。
2. この洞察にあるすべての才能のうち、あなたが他者から最も認めてもらいたいと思う才能はどれですか？

Depending on the order of your themes and how you responded to the assessment, some of your themes may share identical insight statements. If this occurs, the lower ranked theme will not display insight statements to avoid duplication on your report.

適応性

共有する資質の説明

適応性という資質を持つ人は、「流れに沿って進む」ことを好みます。「今」を大切にし、それぞれの時点で進む方向をひとつずつ選択することにより、将来を見極めます。

独自の強みの洞察

あなたが卓越している点は？

生まれながらにして、あなたは、期日が迫ると、若干苛立つことがあります。融通の利かない期日や勝手に決められた期日に間に合わせるために働くのは、苦痛になることがあります。ある意味、あなたは自分の仕事をそれぞれの条件で展開する方が好きです。自分の任務に必要な時間をできるだけ取りたいと思っています。1日の時間管理を強要されるのではなく、おそらく多様性を必要とするでしょう。時として、変化や予期しないことが当たり前である状況に対処でき、場合によっては、それによって成長することができます。多くの場合、あなたは、イベントや人、事実を、ありのまま受け止め、対処するようにしているかもしれません。状況の変化があなたのスタイルに合っていると、計画を変更するでしょう。柔軟性に欠ける人や状況を意図的に避けることがあるようです。おそらくあなたは、心配性ではない人に対して有り難みを感じることもあるでしょう。さほど重要ではない細かい事柄にイライラしないような人の方が、共に取り組みやすいようです。彼らが日々の状況や難局に穏やかな気持ちで対処してくれることで、あなたは自由に計画や規則、課題を変更できるのかもしれません。持っている才能によって、あなたは、優先順位や計画の変更が日常的に行われる状況にとてもうまく対応します。行動を先延ばしにせずに対処することに関して、あなたには天性の才能があります。あなたは本能的に、読書を楽しむようです。読書によって、ある程度、あなたは何らかの種類の情報を集め、自分の知識の宝庫を拡充することができます。あなたは、落ち着いて座ってられない人々に囲まれると、活字に集中することが難しくなるかもしれません。あなたは、特定の本、雑誌記事、新聞記事、個人の手紙、公文書などに集中したいとき、落ち着きのない人々の集団を避けるかもしれません。

質問

1. 独自の強みの洞察を読んだときに、どの語句、文言が印象に残りますか。
2. この洞察にあるすべての才能のうち、あなたが他者から最も認めてもらいたいと思う才能はどれですか？

Depending on the order of your themes and how you responded to the assessment, some of your themes may share identical insight statements. If this occurs, the lower ranked theme will not display insight statements to avoid duplication on your report.

内省

共有する資質の説明

内省という資質を持つ人は、頭脳活動に多くの時間を費やします。内省的で、自分の頭の中で考えるのが好きで、知的な討論が好きです。

独自の強みの洞察

あなたが卓越している点は？

多くの場合、あなたは、たまに、大規模な戦争について読みます。このテーマは退屈で無関係だと思っている人もいますが、あなたは非常に魅力を感じているかもしれません。あなたは、特定の世界的な紛争について読むと、もっと他の情報を集めなくてはいけないという気持ちになるかもしれません。1冊の本や1つの記事が、あなたを別の本や記事に次々と誘い込んでいくのでしょうか。あなたは、書物のページ上であなたの目の前に人間のドラマが展開していくのを体験することもあります。強みによって、あなたは、ときどき、他の人を指導する能力を見せます。あなたは特定の話題に関する読書が好きなので、学生に話して聞かせる情報の量が比較的多いかもしれません。面倒を見る相手は、あなたが印刷媒体やコンピューター画面から集めた事実や洞察の恩恵を受けるかもしれません。あなたは本能的に、重要なトピックや問題について、深く考えます。特定分野の専門知識を徹底的に追及したり、特化した技術を検討したりするときはいつも、あなたの思考は広がりを見せます。生まれながらにして、あなたは、選ばれた人たちに訴える特定のタイプの書籍、研究レポート、雑誌、印刷物などに引かれるかもしれません。あなたは長い間少しずつ、一般的でない語を語彙に追加してきたでしょう。あなたはおそらく、読むときに喜びを感じるでしょう。あなたは会話や通信文で難解な用語を使用すると、満足感を感じるかもしれません。あなたはときどき、思想家の言葉を話すと、他の人が理解できないようなその思想家の理論や概念、原理の一部を理解できることがあります。おそらくあなたは、自分の考えや感情を描写するのに、独特な言葉を使うことがあります。あなたは、豊富な語彙を駆使して人々の関心を引くことができます。

質問

1. 独自の強みの洞察を読んだときに、どの語句、文言が印象に残りますか。
2. この洞察にあるすべての才能のうち、あなたが他者から最も認めてもらいたいと思う才能はどれですか？

Depending on the order of your themes and how you responded to the assessment, some of your themes may share identical insight statements. If this occurs, the lower ranked theme will not display insight statements to avoid duplication on your report.

戦略性

共有する資質の説明

戦略性という資質を持つ人は、目的に向かうための選択肢を想定することができます。いかなる想定に直面しようとも、適切なパターンと問題点を直ちに予測することができます。

独自の強みの洞察

あなたが卓越している点は？

あなたは本能的に、別の選択肢を生み出すために真面目に取り組むことがあります。あなたは、事実、証拠、データの中にある新しい、普通ではない構成におそらく気が付くでしょう。その一方で、他の人たちは関連性のない個別の情報の断片としてしか見えません。人々を当惑させる、混乱させる、イライラさせるなどの問題に魅力を感じることがあります。多くの場合、あなたは、特定の種類の問題について、その基本要素を検討する傾向があります。あなたは、物事がなぜ、どのように機能するのか、あるいは機能しないのかを理解しようとするかもしれません。これらの洞察は、あなたの思考を刺激するのでしょうか。あなたは、その後、何通りかの計画を作成しようとしています。一般的な状況や使用可能なリソース、時間の制約を考慮し、選択肢を絞り込んでいくこともあるでしょう。問題解決の可能性が最も高い計画がどれかは、おそらく、自然に明確になるでしょう。おそらくあなたは、言葉を適切に組み合わせて、自分のアイデアや感情を伝えます。議論している中で、最適なフレーズや用語を引き出すことのできる語彙力を持っています。あなたはおそらく、簡単かつ上品に自己表現するでしょう。強みによって、あなたは、オリジナルなアイデアを生み出す傾向があるかもしれません。おそらく、未来志向の考え方をする人たちのチームと共同作業を行っているときにあなたの想像力は刺激されるでしょう。生まれながらにして、あなたは、データ、イベント、情報、または人々のコメントの中にある繰り返しパターンを認識することができます。こうした洞察力によって、他の人には形成できないような物事の繋がりを形成することができます。

質問

1. 独自の強みの洞察を読んだときに、どの語句、文言が印象に残りますか。
2. この洞察にあるすべての才能のうち、あなたが他者から最も認めてもらいたいと思う才能はどれですか？

Depending on the order of your themes and how you responded to the assessment, some of your themes may share identical insight statements. If this occurs, the lower ranked theme will not display insight statements to avoid duplication on your report.

競争性

共有する資質の説明

競争性という資質を持つ人は、自分の進歩を他人と比較します。一番になるため、またコンテストで勝つために、相当な努力をします。

独自の強みの洞察

あなたが卓越している点は？

強みによって、あなたは、知識を増やしスキルを伸ばすことに熱意を持っています。あなたとライバルとの間で比較が行われる場合は特にそうです。皆がライバル関係を知っている場合もあれば、あなただけがライバル関係を意識する場合があります。どちらにせよ、あなたは最優秀賞や1番を獲得するか、ベストであると宣言されることによって勝者になろうと決意をしています。生まれながらにして、あなたは、ライバル関係、ゲーム、コンテストなどに参加する機会を奪われると、人生に対する不満を感じます。あなたは、ただ1人が勝利者となるような状況に引き付けられます。あなたは本能的に、最善を尽くそうとします。そのため、困難な状況に直面したときや、ほとんど消耗しかかっているときであってもあなたは前進し続けようします。誰かと比べられるとき、あなたは勝ちたいと強く思います。人よりも勝りたいというあなたの動機は、信頼でき、知識や業績が優れている人物であると思われたいあなたの願望とおそらく同等のものでしょう。持っている才能によって、あなたは、さまざまな活動において勝利者、ナンバーワン、または最も優秀であると人々に思われたがっています。他人の考えに非常に敏感であることは、おそらくやる気の大きな源となり、それはあなたの強みとなるでしょう。おそらくあなたは、時折、高度な語彙を駆使して人を出し抜きます。あなたは話す場合でも書く場合でも、抵抗に立ち向かうか、特定の問題を公にするよう強いるために専門用語や分野特有の用語を差し挟むかもしれません。この権威主義的な姿勢に、一部の人はあなたが賢い人だと気付くかもしれません。ときには、その人たちの自信が崩れ始めることもあります。おそらく、あなたの言葉を操る能力と巧みな戦略は、責任者はあなただということを知らしめるでしょう。

質問

1. 独自の強みの洞察を読んだときに、どの語句、文言が印象に残りますか。
2. この洞察にあるすべての才能のうち、あなたが他者から最も認めてもらいたいと思う才能はどれですか？

Depending on the order of your themes and how you responded to the assessment, some of your themes may share identical insight statements. If this occurs, the lower ranked theme will not display insight statements to avoid duplication on your report.

質問

1. この情報は、あなた独自の才能に関する理解を深める上で、どのように役立ちますか？
2. この理解をどのように利用すれば、あなたの役割の付加価値を高めることができますか？
3. この知識をどのように活用すれば、あなたのチーム、ワークグループ、部門の付加価値を高めることができますか？
4. この理解は、あなたの組織の付加価値を高める上で、どのように役立ちますか？
5. このレポートの結果として、明日、あなたが異なる方法で行うことは何ですか？

セクションII:活用

最上志向

アクション(行動)のアイデア:

ひとたび、あなた自身の一番の才能を発見したら、それに重点的に取り組んでください。スキルを磨きましょう。新しい知識を得ましょう。練習しましょう。いくつかの分野でその才能が強みになるように研鑽しましょう。

あなたにとって一番の才能を仕事以外でも使う計画を立てましょう。そうすることで、その才能があなたの人生に課された役割とどう関係しているのか、どう家族やコミュニティの役に立つのかを考えるのです。

問題を解決するという仕事が、あなたの熱意とやる気をそいでしまうかもしれません。トラブルシューティングや問題解決が得意なく(回復志向)のパートナーを探しましょう。あなたの成功にとっていかに必要な人であるか、その人に伝えてください。

成功から学びましょう。強みに目覚めた人とゆっくり時間を過ごしましょう。強みを活かすことがいかに成功につながるか、それを理解すればするほど人生により多くの成功をもたらすことができるでしょう。

なぜあなたが弱点を治すことよりも、すばらしい才能を磨くことに時間をかけているのか、その理由を人に説明しましょう。そうしないと、自己満足のための行動だと誤解される恐れがあります。

あなたが持っている<最上志向>の資質を、「壊れているものを探して直せ」という社会通念で抑圧してはいけません。組織やコミュニティのなかで機能している箇所を特定し、そこに力を注ぎましょう。あなたの能力のほとんどを卓越した部分の構築と拡大に費やしてください。

長期的な人間関係と目標に焦点を定め続けましょう。多くの人は短期的成功という手に取りやすい位置にある果実を摘むことからキャリアを構築しますが、あなたの<最上志向>の資質は、トップクラスにある可能性を真の永続的な宝に変えるときに最も活発になり、有効に働きます。

あなたの弱点を最小化する方法を考えましょう。たとえば、パートナーを見つける、弱点を支援する仕組みをつくる、自分の高い才能で弱い才能を補う、などです。

人の成功を助ける職務を探しましょう。コーチングやマネジメント、メンタリングをしているとき、人に教えているとき、強みに着目するあなたは、人々に利益をもたらしている自分に気づくでしょう。多くの人にとって自分の得意なことを見つけるのは難しいことなので、詳細に説明をして、彼らの優秀な能力に気づかせることから始めてください。

あなたやあなたのまわりの人たちのパフォーマンスを測る方法を考え出しましょう。測定することで強い部分をはっきりわかります。強みをあぶり出す最善の方法は、常にすばらしいパフォーマンスを発揮している状態を見つけることだからです。

質問

1. これらのアクション項目のうち、あなたの心に響くものはどれですか？実行する可能性が最も高いアクションをハイライトしてください。
2. どのような方法でアクションの実行を決意しますか？今後30日間に実行する独自のアクション項目を書き出してください。

適応性

アクション(行動)のアイデア:

日常的な出来事で他の人たちが動揺することがあっても、あなたは落ち着いて対応することができます。どんなときでも安心感があるという評価をさらに高めましょう。

予定どおりに行動することが求められる任務につくのは避けてください。こうした任務は、すぐにあなたをイライラさせます。独立心が抑えつけられ、やる気を失うでしょう。

プレッシャーがかかったときには、弱気になった友人や同僚、顧客が気を取り直すのを助けて状況を取り仕切りましょう。〈適応性〉とは単に柔軟に対応するだけでなく、落ち着いて賢明かつ迅速に状況に対応することだ、ということを示しましょう。

生まれ持った柔軟性を都合よく人に使われないようにしてください。〈適応性〉という資質はあなたにとって非常に役に立つものですが、他の人たちの要求や願望、気まぐれに振り回されてはいけません。長い時間をかけて培ったあなたの実績を傷つけてしまいます。いつ柔軟に対応し、いつ強硬に対応するか、判断できるようにガイドラインを決めておきましょう。

常に急変する事態に対応することが成功のカギとなる職務を探しましょう。ジャーナリズムや生放送のテレビ制作、救急医療、カスタマーサービスなどが挙げられます。こうした仕事では迅速に対応できること、そして冷静であることが最も必要とされます。

いち早く対応するための工夫をしましょう。たとえば、突然の出張が多い仕事なら30分で荷造りして出かける方法を身に付けておきましょう。突然、予定外のプレッシャーに見舞われることのある仕事なら、そうしたときに必ず最初にとるべき3つの動作を準備しておきましょう。

計画を立てる際、他の人たちを頼りにするのもひとつの手です。〈目標志向〉や〈戦略性〉〈信念〉の資質が高い人は、あなたが長期的な目標を立てるのを助けてくれるので、あなたは日々の変化に対応することのみ力を発揮できます。

〈適応性〉の資質は、急展開する事態にも冷静に対応できるバランスのとれた物の見方をあなたに与えてくれます。「覆水盆に返らず」と考えられるからこそ、挫折から立ち直るのも早いのです。こうした特徴が「われ関せず」ではなく生産的な柔軟性であることを同僚や友人にわかってもらいましょう。

厳密な手順に従う必要がある業務は避けてください。変化に富むことを求めるあなたを窒息させてしまいます。もし達成しなければならない業務リストを渡されたら、そのリストを使ってゲームをしましょう。そうして、柔

軟性を求める自分を満たすのです。同じやり方で創造的になれるか、業務をもっと楽しくできないか考えてみましょう。

あなたの態度は人を安心させます。友人や同僚のイライラを静めるために役立てましょう。過去に同じような状況でどうふるまったかを思い出し、もう一度行ってみてください。

質問

1. これらのアクション項目のうち、あなたの心に響くものはどれですか？実行する可能性が最も高いアクションをハイライトしてください。
2. どのような方法でアクションの実行を決意しますか？今後30日間に実行する独自のアクション項目を書き出してください。

内省

アクション(行動)のアイデア:

哲学や文学、心理学の勉強を始めたり、続けたりすることを考えてみてください。あなたの思考を刺激してくれるこれらのテーマを楽しいと感じるはずです。

考えたことを日誌や日記に箇条書きで書き留めていきましょう。そこでのアイデアが、あなたの思考を生み出すための種となり、価値ある洞察へと発展していくでしょう。

あなたが「偉大な思想家」と考える人たちとは意識的に関係を築きましょう。彼らの事例は、あなたを思考に集中させてくれます。

あなたがドアを閉めてひとりの時間を過ごしていると、他の人たちはあなたとのあいだに距離を感じ、よそよそしく思うかもしれません。これは単にあなたが考えるときのスタイルであり、人間関係を軽視しているからではなく、相手との関係に最善をもたらしたいからそうしているのだ、と説明してください。

計画の最初から最後までじっくり考えをめぐらせる時間があるときに、あなたは最高の力を発揮します。プロジェクトの実行段階で加わるより、初期段階からかわりましょう。最終段階で加わると、すでに決定済みの事項を狂わせたり、あなた自身の洞察が手遅れとなったりする恐れがあります。

人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ための方法のひとつですが、このやり方はすべての人にはあてはまりません。挑発的な質問は必ず、あなたと同じように、こうした討論による意見交換を楽しめる人に対して向けるようにしてください。

考える時間をスケジュールに入れましょう。それがあなたをいきいきとさせます。こうした機会には、考えること

に没頭しましょう。

書くための時間をつくりましょう。書くことはあなたにとって、考えをまとめて具体化する最善の方法かもしれません。

あなたが関心を持つものと同じ話題を語りたいと思っている人を見つけましょう。あなたが興味を抱いているテーマについて話し合える場を設けるのもよいでしょう。

相手の質問の中身を見直したり会話に参加させたりすることで、あなたの周囲にいる人たちの知的資本を活用しましょう。同時に、それを威圧的に感じる人もいれば、注目を浴びる前に考える時間を必要とする人がいることも覚えておきましょう。

質問

1. これらのアクション項目のうち、あなたの心に響くものはどれですか？実行する可能性が最も高いアクションをハイライトしてください。
2. どのような方法でアクションの実行を決意しますか？今後30日間に実行する独自のアクション項目を書き出してください。

戦略性

アクション(行動)のアイデア:

達成したい目標について、それに関連するパターンや問題がはっきりするまで熟考する時間をとりましょう。この考える時間が戦略的思考の大切な基盤であることを覚えておいてください。

あなたは何か起きたときの影響について、他の人たちよりもはっきりと先を見通すことができます。対応策を綿密に練るためにこの能力を活用しましょう。ことが起きたときに準備ができていなければ、それがどんな結果をもたらすかがわかっていても意味がありません。

重要な仕事をしていると思うグループを見つけてください。あなたの戦略的思考を使って彼らに貢献しましょう。あなたに計画があればリーダーになれるでしょう。

鮮明なビジョンがただの夢で終わらないようにするためには、あなたの戦略的思考が不可欠です。ビジョンの実現に至る可能性のある道をすべて考えましょう。賢明な事前の考察が問題発生を防ぎます。

あなたなら、特定の問題や障害に行き詰っている人たちに対して適切な助言を与えられることを、皆に知ってもらいましょう。他の人たちがダメだと思っているときも、自然に解決方法を見つけ、彼らを成功に導くでしょう。

あなたは他の人たちよりも簡単に、これから起こりうる問題を予見します。危険を予測することをマイナス思考ととらえる人もいるかもしれませんが、落とし穴を避けることができるなら、あなたの洞察を皆で共有すべきです。あなたの意図が誤解されないように、障害だけでなくそれを防いで乗り越える方法も一緒に指摘するとよいでしょう。自分の洞察力を信じ、その努力を成功につなげるために使ってください。

あなたは人のアイデアを頼りないと思っているわけではありません。客観的にあらゆる面から計画を見てしまうのです。あなたの戦略的思考にはそうした性質があることを他の人たちにもわかってもらいましょう。反対論者ではなく、何が起きても目標が確実に達成される方法を検証しているのです。自分の最終目標を視野に置きながら、他の人たちの見解も検討するはずですよ。

可能ながぎり自分の直感的な洞察を信じましょう。人には論理的に説明できないかもしれませんが、あなたの直感の本能的に予測し予想する脳によって生み出されたものです。自分の見解に自信を持ちましょう。

〈活発性〉の高い人とパートナーを組みましょう。この人の行動に対するニーズと、あなたの予測に対するニーズが結びつくことで強力なパートナーシップが生まれます。

新しい計画や新事業には必ず初期段階でかかわりましょう。革新的でありながらもよく練られたあなたのアプローチは立ち上げにかかわった人たちが視野狭窄に陥るのを防ぎます。冒険的な新事業を興すときには非常に重要な意味を持ちます。

質問

1. これらのアクション項目のうち、あなたの心に響くものはどれですか？実行する可能性が最も高いアクションをハイライトしてください。
2. どのような方法でアクションの実行を決意しますか？今後30日間に実行する独自のアクション項目を書き出してください。

競争性

アクション(行動)のアイデア:

自分の成果を測ることができる環境を選びましょう。競争なしでは自分の可能性を見出すことができないかもしれません。

現状を確認するために毎日、自分の仕事ぶりや成果にスコアをつけましょう。あなたは何に注力すべきでしょうか。

自分のスコアよりも高い成果をあげている人を特定しましょう。ひとりでもいるなら、いま競争している人たちをすべてリストアップしてください。測定できなければ勝ち負けがわかりません。

ありきたりの業務を「競争ゲーム」にすると、この方法でより多くのことを終わらせることができるでしょう。

競争に勝ったときは、なぜ勝つことができたのか時間をかけて検証しましょう。あなたは敗北よりも勝利からより多くのことを学びます。

競争的であることは他の人たちをやりこめるためではないことを周囲にわかってもらってください。優秀で強いライバルに挑戦して勝つことで充足感が得られるのだと説明しましょう。

「レーダーチャート」——自分のパフォーマンスをあらゆる角度でモニターする測定システムを開発しましょう。自分がこれまでに達成した記録に挑むときでもこの測定基準は、パフォーマンスのあらゆる側面に注意を払うのに役立つでしょう。

人と競争しているときには、その分野におけるいまのあなたよりも少し上のレベルの人と比べて成長する機会を持ちましょう。〈競争性〉の資質は、彼らを超えるためにスキルや知識に磨きをかけようとするあなたの背中を押します。あなたよりもレベルが1~2段階上の人を探して手本としましょう。

勝利を祝福する時間を設けてください。あなたの世界では祝福なしの勝利などありえません。

勝負に負けたときの精神的な対処法を考えておきましょう。そうした対処法を準備しておく、次の挑戦にずっと早く取りかかれます。

質問

1. これらのアクション項目のうち、あなたの心に響くものはどれですか？実行する可能性が最も高いアクションをハイライトしてください。
2. どのような方法でアクションの実行を決意しますか？今後30日間に実行する独自のアクション項目を書き出してください。

セクションIII: 達成

上位5つの資質を共有する他者の実際の引用を読んで、達成できそうな兆候を見出してください。

最上志向 次のようになります。

ギャビン・T(客室乗務員)「エアロビクスのインストラクターを10年やっていたんですが、生徒たちには必ず自分の身体の好きな部分に着目するように指導してきました。皆、誰しも変えたい部分や違って見せたい部分があるものだけど、そこに着目するのは何の得にもなりません。悪循環に陥ります。だから『いいかい、そうする必要はないんだ。代わりに自分の好きな部分に着目しよう。そうすれば力がみなぎって気分もよくなるよ』と言ってきました」

エミー・T(雑誌編集者)「ひどい記事を手直しすることほど嫌いなことはないわ。ライターにはっきり意図を伝えたのに完全に見当違いの記事が出てくると、コメントを書く気にもなれないの。彼女につき返して、『初めからやり直して』って言いたくなる。逆に、もうほとんど完璧で洗練させるだけの編集は大好き。ここをもっと適切な言葉に変えて、ここをちょっとだけ削ると突然すばらしいものに化けるのよ」

マーシャル・G(マーケティング担当重役)「私は目標を定めて皆で一緒に前進するチーム・スピリットを築き上げるのが得意です。しかし、戦略的な思考は得意ではありません。上司は私のことをよくわかっています。彼とはかなり長いあいだ一緒に働いてきましたから。彼は戦略的役割を担う人を他に見つけ、私がチーム・ビルディングの役割にもっと集中できるようにしてくれました。こんなふうに考えてくれる上司を持って本当に幸せです。私が何を得意としていて何を不得意としているかを上司がわかっていると安心していただけるし、もっと早く仕事を片付けようという気になります。不得意な仕事は与えられませんからね」

適応性 次のようになります。

マリー・T(テレビ局プロデューサー)「生放送は大好き。だって何が起こるかわからないから。若者が喜ぶクリスマスギフトについてコーナーで伝えたと思ったら、1分後には大統領選の候補者の記者会見にかかわってるわ。考えてみればずっとこんな感じだった。この瞬間を生きているの。誰かに『明日の予定は?』って聞かれたら、『知るわけないでしょう。そのときの気分よ』っていつも答えてる。ボーイフレンドをイライラさせてしまうのよ。彼が日曜の午後に骨董市めぐりの計画を立てていたとするでしょう。そうすると、私が直前に気が変わって『ねえ、うちに帰って新聞の日曜版を読まない?』って言うから。迷惑でしょう? でもね、前向きに考えると私は何にでも対応できるのよ」

リンダ・G(プロジェクト・マネジャー)「知る限り、私が職場で一番静かな人間ね。誰かがやってきて、『計画を間違えた。明日までに変更する必要がある』と言ってきたら、同僚はピリピリしたり唾然としたりしているように見えます。私はなぜかそのようにはならないんです。瞬間的に反応しなければいけないプレッシャーが好き。生きている感じにさせてくれる」

ピーター・F(企業研修官)「人よりも人生にうまく対応できていると思うよ。先週、クルマのガラスが壊されてス

テレオが盗まれたんだ。もちろんイライラしたよ。でもそれで一日を台無しにはしなかった。クルマを掃除して気持ちを切り替え、そのままその日にやらなければならなかったことに取り掛かったんだ」

内省 次のようになります。

ローレン・H(プロジェクト・マネジャー)「私に会った人のほとんどは私のことを外向的だって見なすと思うよ。人が好きだっていうのは否定しない。でも、公の場で働くために、どのくらいひとりの時間が必要かを知ったら驚くと思う。ひとりで過ごすのが本当に好きなんだ。あれこれ散漫な視点を煮詰めていくことができるから孤独は大好きだ。最高のアイデアが出てくるのはここからさ。私の場合、アイデアは煮詰めて『熟成』させなきゃいけない。子どものころからよくこう言ってたんだよ。『アイデアは仕込んだ、あとは熟成するのを待たなくちゃ』って」

マイケル・P(マーケティング担当重役)「おかしいんだけど、まわりがざわざわしていないと集中できないんだ。脳のある部分が占領されている必要があるんだよ。でないと考えがいろんな方向へ行ってしまうと何も終わらない。脳のある部分をテレビや子どもたちが走り回る音で占領させておくとよく集中できるんだ」

ジョージ・H(工場長、元政治犯)「罰として独房に入れられたことがあるんだけど、他の人たちより全然、嫌じゃなかった。孤独になるって思うだろう。でも僕はそうならなかった。人生を思い返したり、自分がどんな人間か見つめ直したり、家族や価値観など自分にとって本当に大切なことを整理したりするのにその時間をあてたんだ。変な話だけど独房は自分を落ち着かせて、より強くしてくれたよ」

戦略性 次のようになります。

リアム・C(製造工場長)「私にはいつも、皆よりも先に結果が見えるみたいです。『顔をあげて先まで見通してみよう。来年のいまごろは同じ問題が起きないように、どうするか話し合おう』と皆に言わなければいけません。私にとってそれは自明のことですが、今月の数字ばかりを気に留めて、そこから物事を決めている人たちもいるのです」

ヴィヴィアン・T(テレビ局プロデューサー)「子どものころ、論理的な問題が大好きでした。『AがBを含み、BとCが等しいなら、AとCも等しいか』といったような問題です。いまでも、これをしたら何が起きるかを考えて、物事の結果を見通します。それが私を有能なインタビュアーにしてくれていると思います。偶然の出来事は何もありません。すべての兆候、すべての言葉、すべての声のトーンには意味があるのです。だから、そうした手がかりがないかよく観察して、頭でひととおりパターンを展開してみて、それらがどんな結果をもたらすかを考えます。それから、頭のなかで展開したことを活用して、質問を組み立てるのです」

サイモン・T(人事部長)「私たちは組合と交渉する必要があった。私にはそれがわかっていたんだ。彼らと対峙する絶好の問題があることがね。彼らがその状態を続ければ、いろいろなトラブルに巻き込まれていくことがわかったんだ。そして、あれよあれよという間に彼らは転がり続け、たどり着いた先には、準備した私が待ってたんだ。私には誰かの行動が自然に予測できるようなんだ。そして、その人が反応したときには、すぐに対応できる。その前に『よし、彼らがこうしたら、私はこうしよう。彼らがこうきたら、私たちは別のこちらの対応をしよう』って考えていたから。ヨットを漕いでいるようなものだよ。ある方向に向かうけど、選んだ道が悪かったら、それとは別の道を計画して対応して、計画して対応するんだ」

競争性 次のようになります。

マーク・L(セールス幹部)「これまでの人生、ずっとスポーツをやってきたけれど、ただ楽しむためではありません。負けるのではなく勝てるスポーツに取り組むことが好きなのです。負けると表面上は礼儀正しくするかもしれませんが、内心では腹わたが煮えくりかえります」

ハリー・D(ゼネラル・マネジャー)「私自身は、そんなにすごい乗り手ではないけど、アメリカズカップが大好きなんだ。どちらのヨットもまったく同じで、クルーは一流選手だけれども、勝者は必ず一艇だ。二艇のうち一艇は、バランスを微妙に傾ける何か秘訣を持っていて、たいていはそれが彼らを勝利に導くんだ。その、ほんのちょっとした優位な何か、それこそが私の探しているものなんだよ」

サムナー・レッドストーン(バイアコム[現CBS放送]会長)CBS放送を買収したときのことに触れて「バイアコムは戦う価値のある会社だったし、私は競争は好きだからずっと楽しめたよ。もし競合がいる大きな戦いに関与したら、ストレスからは逃れられない。最終的な勝利から真の満足感と喜びを得られなければやっていられないよ。バイアコムのような会社を掌握するための格闘は、まさに戦争だった。このことから私は、大事なのはお金じゃなくて勝ちたいという気持ちなんだ、ということを学んだ」

質問

1. 友人や同僚と話をして、目標を達成するために自分の才能をどのように活用したかを尋ねます。
2. あなたは目標を達成するために自分の才能をどのように活用しますか？