

## 東桜コンピテンシー「③実行力」について ～その2～



### ③「実行力」

自分が立てた目標の意味を自覚するとともに、目標を実現するための戦略を考え、揺るぎない意志に基づき、それを確実に実行していく力。

実行力を身に付けるために、皆さんに持ってほしいマインドが二つあります。

#### (i)「グリット (Grit)」(やりぬく力) について

皆さんに持ってほしいマインドの一つ目は「グリット (Grit)」－「やりぬく力」です。一つの物事に継続して向き合い完遂する能力のことです。

パナソニックの創業者 松下幸之助さんは、たくさんの言葉を残していますが、その中に次のような言葉があります。

「失敗したところでやめてしまうから失敗になる。成功するまで続ければそれは、成功になる。」

人生百年時代。目指す目標の大半は、努力を積み重ねた先に必ずある、つまり、到達可能であると私は思います。

何事にも積極的に挑戦し、失敗から多くの事を学び、トライ&エラーを繰り返しながら少しずつ成長していくことが大切です。

そして、心を折ることなく、諦めずにやりぬけるかどうか長い人生における到達点を左右するのではないのでしょうか。

#### (ii)「レジリエンス (Resilience)」(折れない心) について

皆さんに持ってほしいマインドの二つ目は「レジリエンス (Resilience)」です。(反対語は「脆弱性 (vulnerability)」です。)

「レジリエンス」－復元力、回復力、逆境力、折れない心等と訳すことができるようです。

粘り強さ、しなやかさとも言えるでしょうか。

また、逆境や困難に押しつぶされることなく、その状況に対してうまく順応していく適応力。ストレスなどの外的圧力をはね返す力などということもできるでしょうか。

心が折れやすい人の特徴として、次のことがあるそうです。

- 目の前の状況に一喜一憂しがち
- 諦めが早い

逆に、レジリエンスのある人の特徴は次のような点だそうです。

- 1 思考に柔軟性がある
- 2 感情をコントロールできる
- 3 自尊感情が養われている
- 4 挑戦を諦めない
- 5 楽観的である

「人間万事塞翁が馬」・・・大抵のことはなんとかなります。  
多少の逆境にあっても心が折れないしなやかさを持ちましょう。  
どうしても心が折れそうになったら、周りの人に相談しましょう。  
気持ちに”遊び”を持ちましょう。

ここで、まったくの余談ですが、”鉄 (Fe)” について記します。

純度 100%の鉄は非常に脆（もろ）く、酸化（イオン化）しやすいため、身の回りに使われることはありません。私たちが目にする鉄は、ほとんどが「鋼（はがね、”こう”とも呼ぶ）」と呼ばれるものです。

鋼とは、2%以下の炭素を含んだ鉄の合金で、微量にマンガンやニッケルなどの金属を含んでいるものがあります。

鋼は、含まれている「炭素」の量の違いによって性質が変わってきます。  
炭素量が多いと材料は硬くなり、その反面、粘り強さが落ちてきます。  
硬いものはその限度を超えるような力がかかると折れてしまいます。  
硬さと粘り強さは両方を同時に高めることができません。

したがって、鉄鋼系の材料を選ぶ場合は、用途に応じて硬さと粘り強さのバランスを考えて選ぶことになります。一つの強さだけを見て、その材料の総合的な強さを判断することはできません。

今回の内容は、次の Web ページを参考にしました。

<https://www.kaonavi.jp/dictionary/resilience/>

令和3年（2021年）9月