

「仕事ができる社員、できない社員」という本からです  
集中するコツをつかんでいる人 私が「がんばるタイム」を活用した理由

常に集中力のある人などいません。ただ、集中力を上げるための条件や方法があります。まずは、睡眠が十分であること。よく眠り、やる気・気力・意力があって、体力が温存され、くたびれていないことが大切です。健康であることは、気力にもつながります。ですから、マネージャークラスの人には、走る習慣のある人が多いというのでも理解できます。次に、静かに仕事ができる環境が整っていること。最後に、仕事に「デッドライン」が設けられ、締め切り間近な状況であることです。これらがそろえば集中力は確実に高まります。そして、こうした条件さえそろえば、その人の持つ能力が十分に発揮されます。人間の力とは不思議なもので、締め切りがずっと先であったり、そもそも締め切りがなかったりすると、一つの仕事に対して「あれもやろう」「これもやろう」とあれこれ考えが出てきてしまって、いつまで経っても終わりません。一方、「明日までに仕上げなさい」といわれると、必死になるので余計なことを考えずにやれてしまいます。とにかく、集中力を十分に引き出すためには、デッドラインを決めることが一番確実な方法なのです。上司という立場になれば、デッドラインを駆使して部下の集中力を引き出す手助けをすることも、非常に大切な役割といえます。

職場が笑い声や話し声で溢れていると「活気がある」などといいますが、仕事をするという観点からいうと、単に騒々しいだけです。集中するには、静かな環境であることが欠かせません。トリンプの社長時代、私が「がんばるタイム」を導入したのも、社員の集中力を高めることが目的でした。毎日昼の 12 時半から 14 時半までの 2 時間、ひたすら仕事に集中するのです。同僚と話をしたり、コピーや電話、立って歩いたりするのも禁止です。部下に指示を出したり、上司に確認をとったりするのもいけません。静まり返った中で、誰にも邪魔されず仕事ができ、自然と集中することができます。社員の机と机の間に高さ 50 センチメートルほどの仕切りを全社統一して立てたのも、功を奏したようです。自分だけのスペースにこもった感覚で仕事ができ、周りからも干渉されにくくなる効果がありました。

最初から、誰もがみな集中するのが得意だったわけではありません。「集中できる環境づくり」をしたから、集中できるようになったのです。人間はだらしないもので、自分を甘やかそうと思えば際限なく手綱を緩めることができます。人は易きに流れる性質を持っているのです。仕事ができる人は、それをよくわかっています。それを自分に許さないのが仕事ができる人です。最近では、多くの会社で「フリーアドレス」という試みが行われていると聞いています。要は、自分専用のデスクがなく、その代わりにフリーのテーブルと椅子が置かれていて、社員は荷物を収納する可動式のキャビネットを与えられます。デスクワークをするときは指定されたテーブルで仕事をするのですが、使用時間にはタイムリミットがあります。オーバーした場合は、席料が部門にチャージされ、上司へ報告が上がる仕組みになっている会社もあります。こうした仕組みがあると、否応なく集中力は増すでしょう。自分は集中力がないと思っている人は、ただ集中できる環境の整え方を知らないだけです。今すぐにでも集中できない自分を変えられます。たとえば、自主的に自分の仕事に時間のデッドラインをつけたり、集中したいときは会議室をとって一人静かにこもって仕事をしたりするなど、「方法」さえわかれば、誰でも「集中力のある人」になれるのです。

「がんばるタイム」とは、どのような制度ですか？

( )