

「すぐやる人」と「やらない人」の習慣という本からです

すぐやる人は誰に出会うかで環境を選び、やれない人は何を学べるかで環境を選ぶ。

私たちは、成長し続けるためには学ぶことを継続していくことの重要性を、よく理解しています。確かに、何を学ぶことができるのかは大切なことです。しかし、学ぶ上で、どんな仲間を選ぶかのほうが、最終的にどんな人生を選ぶかに繋がっていくので、重要です。

だから、「すぐやる人」は何を学ぶか以上に、誰と学ぶかを大切にしています。今は無料のセミナーなどであふれていますし、そこでは学ぶこともあります。ただ、有料セミナーとの違いは、集まってくる人の質、なのです。お金を払ってまでくる人は、それだけ学ぶ意欲が高く、成果に繋げる意識が高いのです。無料だとももちろん出費はないので、犠牲を払う必要がありません。だから何も取り戻す必要性がありません。一方で、お金を払ってまで学びたい人は、犠牲を払っているのです、学びを成果に変えたいと考えています。環境について、カナダ人心理学者アルバート・バンデューラはこんな実験をしました。子供たちを2つのグループに分けて、グループAには1人の大人が「人形」に暴力を振るっているシーンを、グループBには普通に大人が遊んでいるシーンを見せました。その後、各グループの子供たち1人ずつをおもちゃの部屋に入れ、その行動を撮影しました。その結果は、グループAの子供たちはグループBの子供たちに比べて、目に見えて攻撃的だったのです。この実験から、観察学習が私たちに大きな影響を与えていることを結論付けました。他の実験でも、アニメよりもテレビ、テレビよりも実体験のほうが影響力が強いこともわかっています。つまり、私たちは環境に大きな影響を受けます。日々当たり前のように目にする環境に影響を受けるのです。意識が低い人たちといれば、自然と自分の意識も低くなりかねません。「こんなもんで大丈夫かあ」と妥協してしまいます。誰と学ぶかによって、その環境が行動の基準として働くからなのです。この程度で大丈夫だと思ってしまうことは、もちろんあなたから成長の機会を奪っていくことでしょう。意志力が強く、自力でなんでもテキパキとできる人にとってはなんともないことなのかもしれませんが、私を含め、多くの人はそうではないはずです。だから、ダラダラした馴れ合いの関係の中に身を置いては「やれない人」になってしまいます。行動力の高い人たちの輪の中に入ることは大きなモチベーションを生むのです。

観察学習とは、他者の行動を見るだけで、その行動を学習してしまうことを言います。他者の行動やその結果をモデルとして観察することにより、観察している人の行動に変化が生じます。だから、他者が何かにおいて成功やいい結果を収めることを目にするすることで、私たちの自己効力感（自分にはできるという感覚）を高揚させることができ、行動力の向上にも繋がります。これは心理学では「代理強化」と言って、やはり誰と学ぶかは私たちの成長にはもちろんのこと、行動にも影響を与えるのです。私も本を書きたいと思って、出版したい人向けのセミナーに通いました。確かにお金はかかります。ですが、志の高い仲間にも恵まれたのは、代償を払ったからです。本気で本を書きたい人たちが集まってきました。大阪のセミナーなのに、東京や名古屋から本気の人たちが集まってきていました。そのような切磋琢磨できる環境に身を置いて、ぐずぐずしている暇はありません。やるしかない環境を手にすることができたのです。やるしかない環境を作り出すことは「すぐやる人」にとっては不可欠です。だから、何を学ぶかも大事ですが、誰と学ぶのか、切磋琢磨し合える環境を探すことには労を惜しんではいけないのです。

「すぐやる人」は何を学ぶか以上に、何を大切にしていますか？

()