童話から学ぶ教訓シリーズ：ウサギとカメ

さてさて、皆様も聞いた事があろうウサギとカメの物語り。ウサギとカメが競争し、ウサギは昼寝をして、カメに負けると言うお話しです。

よく言われる教訓として、「油断大敵」「地道に努力をすれば勝つ事だって出来る」と言う所だと思います。

今回の動画では私なりに解釈したウサギとカメの教訓を２つの動画に分けて２つ紹介したいと思います。

１．見えない殺し屋：対照効果

さてさて、ウサギはどうして昼寝をしてしまったのでしょうか？過信と言う一言で方付けるだけではなくて、ウサギの視点からカメを見てみましょう。

ウサギはレース開始後、しばらく走って、きっと後ろを振り返ってカメを見たでしょう。そして、その場で休んで、再びカメを見たでしょう。その時、ウサギはきっと、カメは全然進んでないなと思ったのではないでしょうか？

これは、心理学の認知バイアスの一つで対照効果と言います。カメの一歩一歩は小さいので、多少進んだとしても、対照が小さすぎて、要するにウサギがカメを最後に見た時のカメの場所から、次に見た時のカメの場所を比較して、その差があまりにも短かったので、ウサギは全く危機感が芽生えなかったと言うわけです。

しかし、昼寝をして、時間が経ったら、ウサギはさぞかし驚いていた事でしょう。遥か遠くに居たカメが遥か先のゴールに居たのでしょうから。

見えない殺し屋、それは対照が小さい事を言います。

例えば、あなたが口にする物。ビールやジャンクフードとしましょうか。一晩、暴飲暴食した所であなたの体へは大きな変化は現れないでしょう。しかし、これも何日も何週間も続けるとゆっくりと太ったり、あなたの体を蝕む事になるのです。

いつの間にか、太っていた。いつの間にか、提出期限が目の前にあった、いつの間にか、歳を取って取り返しがつかない事になっていた。それは全て、ゆっくりとあなたの事を蝕んで行ったからなのです。見えない殺し屋には気を付けましょう。

２．カメはゴールなんぞ見ていない

さてさて、ウサギとカメの教訓として、カメはずっとゴールを見ていて、ウサギはずっとカメを見ていたと言われますが、カメがゴールを見たのは最初だけだと私は思うわけです。

カメの視点からのゴールは果てしなく遠い物だったでしょう。それで、ゴールを見続けたら、どこかで気持ちが折れそうになるわけです。しかし、カメの気持ちが折れなかったのは、ゴールでは無くて、プロセス、過程に集中していたからでしょう。一番最初にゴールを見据えて、その後はゴールの事は忘れて一歩一歩前に進むと言う過程にだけ集中していたからこそ、果てしなく遠い、ゴールに辿り着く事が出来たのでしょう。

ここから学べる教訓は、ゴールを見据えた後は、ひたすらプロセスだけに集中すると言う事でしょう。

例えば営業マンがテレアポで一日一アポを取らないといけないとしましょうか。１アポと言うゴールだけを見据えて、テレアポをしまくったら、電話した会社からの否定の嵐で気が滅入ってしまうでしょう。じゃあ、ここでプロセスに集中したとしましょう。一アポを取るのに、大体１００回の電話をすればアポが獲れると仮定しましょう。そしたら、ただ電話をこなせば良いのです。一アポを獲ると言う難しさよりも、１００回電話をすると言う方が簡単で精神的にも楽になるのではないでしょうか？毎日出社して、１００回電話して仕事が終わり…そこまで悪くない仕事ですよね？

余談になりますが、私もテレアポを経験した事があるのですが、飴玉が１００個入った瓶と空っぽの瓶、２つを用意して、電話をする度に、飴玉が入った瓶からもう一つの瓶に飴玉を移動させて１００回の電話をもはや、作業のような形にしていました。このメソッド、行動学の観点から効果があるともされているので、試してみてはいかがでしょうか？

ゴールを見据え、それを達成するための行動を計画し、その一つ一つの行動を遂行する事だけを考えれば、あなたもカメのように、いつかそのゴールに辿り着くだけではなく、そのゴールを超えてさらなる高みへ歩みを進めている事でしょう！