

今年の夏は北京オリンピックで大いに湧き上がったが、落ち着きを取り戻した今秋、これまでオリンピックで活躍したトップアスリート達はそれぞれの道を歩き出したようです。

ユニークながらやや危ない発言でマスコミに注目された柔道の百キロ超級金メダリスト石井慧選手は十一月三日、プロの格闘家への転向を発表。シドニーオリンピック女子マラソンで、日本人女子陸上選手初のオリンピック金メダリストとなった高橋尚子選手は、残念ながら引退という道を選択しました。「アテネより超気持ちいい」と次々に記録を更新し、競泳男子平泳ぎ百メートルで二連覇を果たした北島康介選手は一時、引退との噂も流れましたが、次のオリンピックを目指すと表明しました。

その北島選手の実力発揮の源泉をめぐって、北京オリンピック後に「勝負脳」という言葉が静かなブームになったようです。

『勝負脳 鍛え方』の著者である脳外科医の林成之氏はその著書の中で、何事にも否定的で、やる気、意欲が出ないのは「脳の疲労症状が原因である」としています。脳の疲労には「じつは心が深く関係し、いろいろなストレスを抱えている、解決しない悩みごとがある、性格が暗くいつも悪いほうに考える」等々で、その打開策として「性格を明るくすることが第一条件である」「勝負に強いスーパープレイヤーは何事にもめげない明るい性格をもっている」といい、「日常生活において、ときばきと一日の仕事や目標を達成する行動パターンをつ



明るく肯定的に 気がついたら即行動

くり鍛えることが大切」と述べています。北島選手の場合も「プールと一体化したと思えるまで集中し、プールのイメージを構築する」「否定語を使わない」「ライバルではなく自分に勝つ」と、キーワードは「明るさ」と「自分」にあるようです。「明るい」「肯定的」「プラス発想」はスポーツに限らず、ビジネスの世界でも、持てる力、能力をこころ一番という時、最大限に発揮する源といえるでしょう。

「ある日届いた一枚のファックスが倫理との出逢いです。毎週木曜の朝六時から七時までのモーニングセミナー。今までどんなに多くのことを気づかされたか……。まずはあいさつ。簡単なようで意外に出来ていないことに気がつき即実行。大きな声で笑顔もつけて。只今、会社全体で取り組み中。そして、活力朝礼。朝から精一杯の声を出し最後の『解散しまあ〜す』『解散!』『ハイ』と同時に、ときばきとそれぞれの仕事につく。まだまだですが、確実に会社は変わりつつあります。自分が変われば、まわりが変わる。自分が変わらなければ、何も変わらない」(山形県倫理法人会による『山形新聞』10月21日付広告より一部抜粋)

え・牧えみこ

経営環境の厳しい今だからこそ、「明るさ」をキーワードに「自分が変わる」を目指し、周囲に振り回されず、周囲を振り回す意気込みで、「明るい挨拶」「元気のある返事」「肯定的な言葉」「気がついたらすぐ行動」など、出来ることから実践してみようではありませんか。きつと力が漲り新たな発想が浮かんでくるに違いありません。