

目標設定と達成に向けて

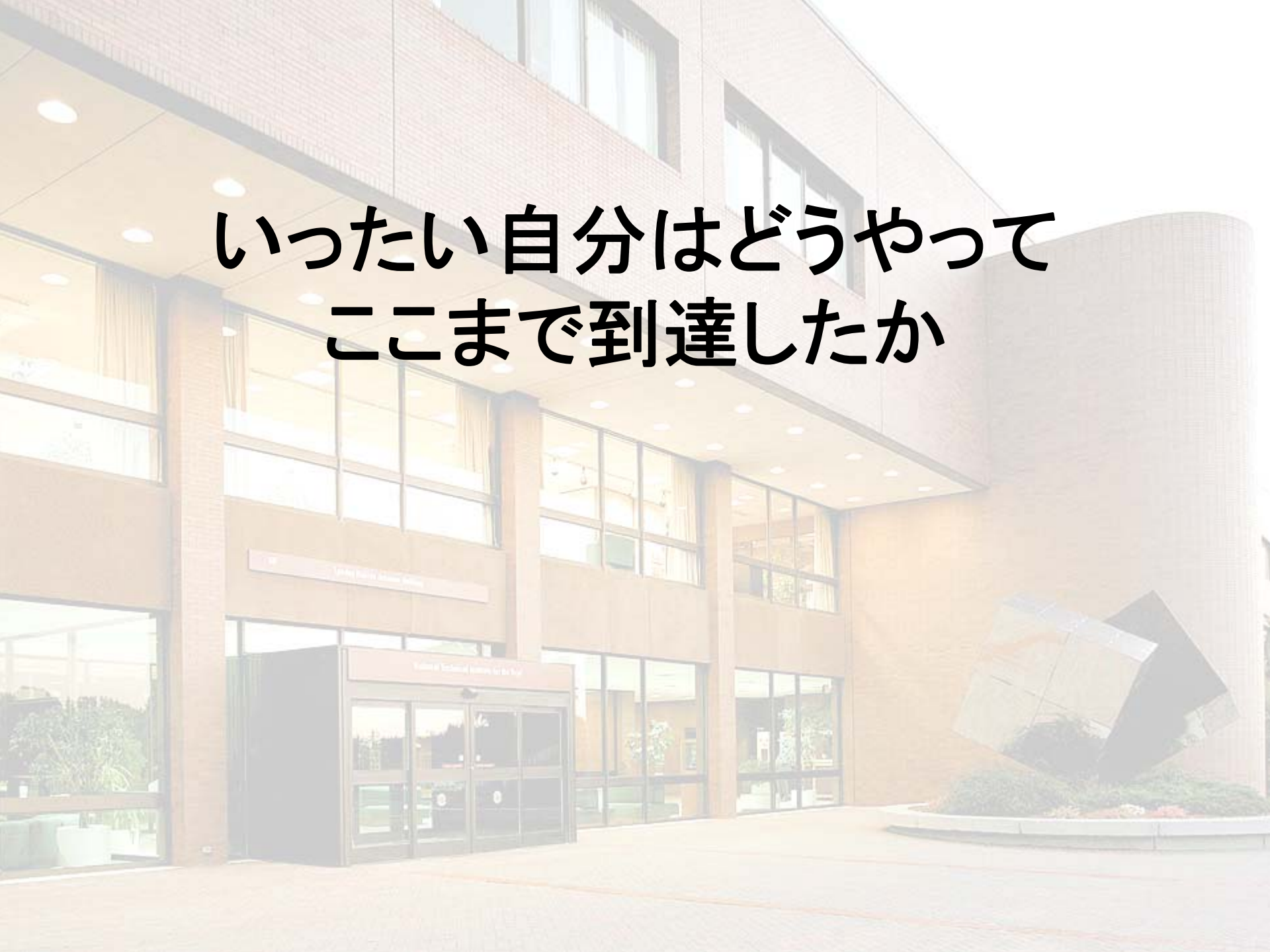
講師:

John Macko and Pat DeCaro

2008年8月

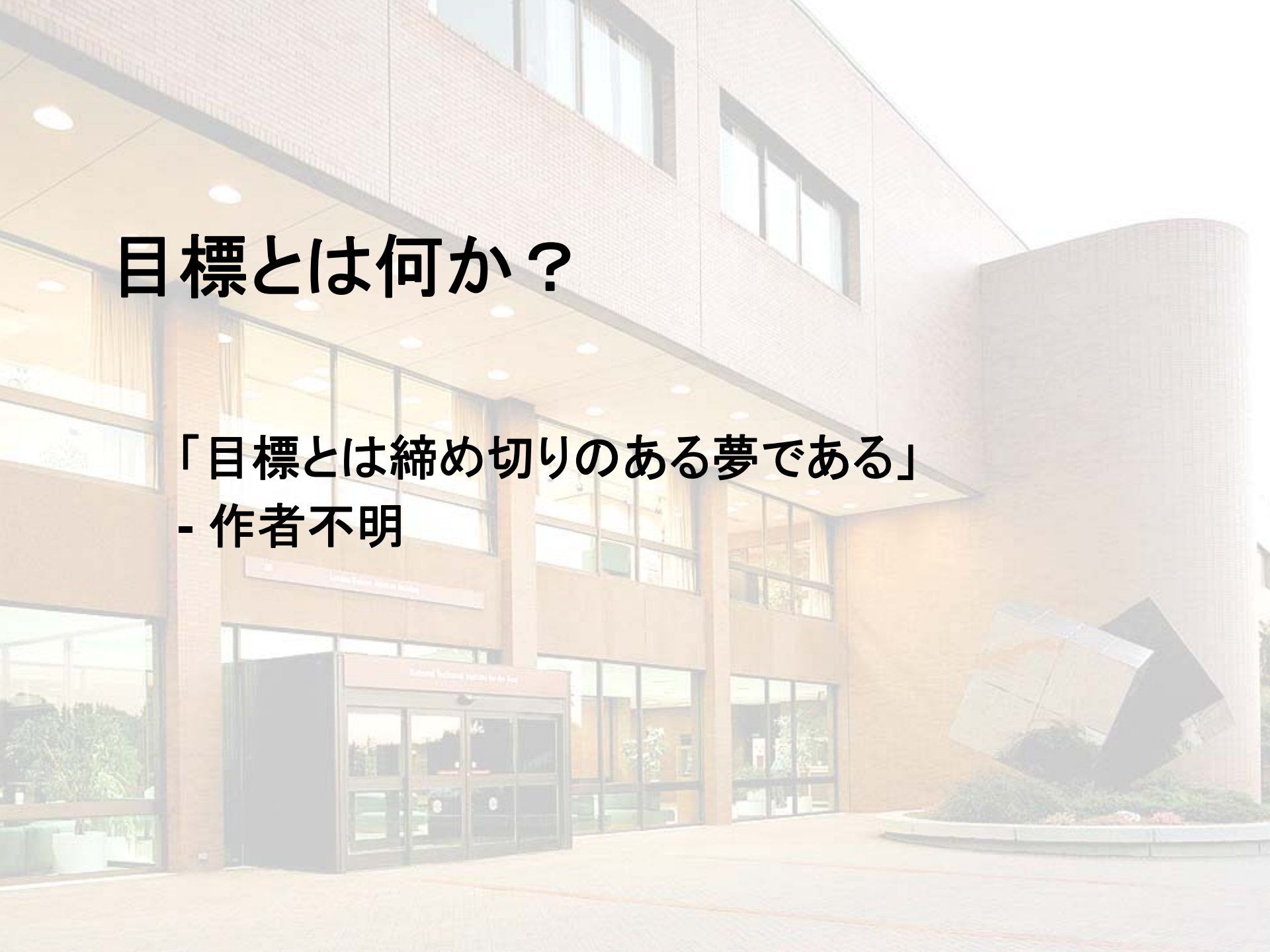


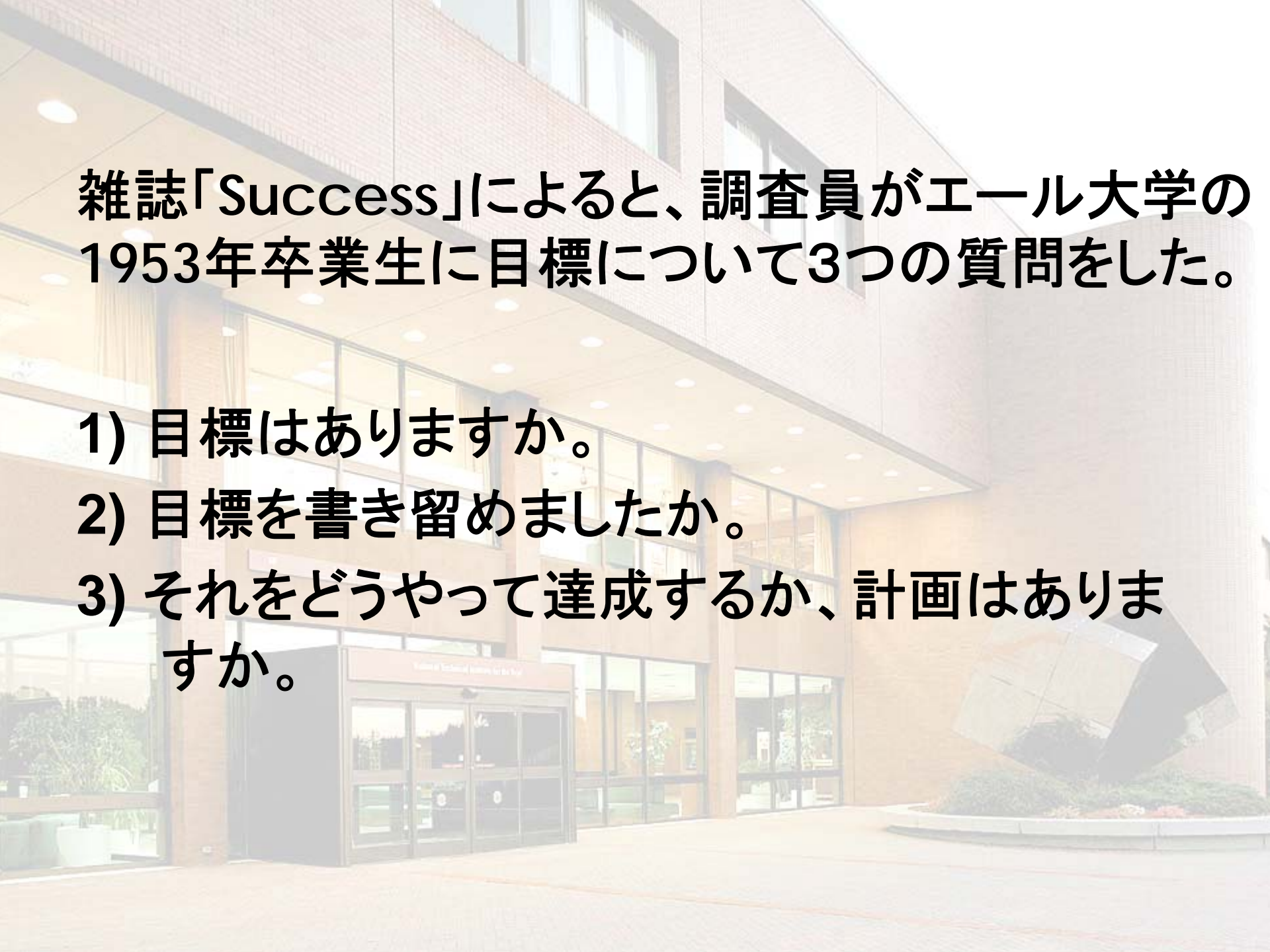
いったい自分はどうやって
ここまで到達したか



目標とは何か？

「目標とは締め切りのある夢である」
- 作者不明





雑誌「Success」によると、調査員がエール大学の
1953年卒業生に目標について3つの質問をした。

- 1) 目標はありますか。
- 2) 目標を書き留めましたか。
- 3) それをどうやって達成するか、計画はありますか。

調査の結果

- 目標を書き留めたエール大学卒業生は3パーセントに過ぎなかった。
- 目標はあるが書き留めなかった卒業生は13パーセントだった。
- 少なくとも84パーセントは、「楽しく過ごす」という意外に特定の目標を持たなかった。

1973年に、同じ卒業生にアンケートをした結果

- 目標はあったが書き留めなかった13パーセントの卒業生は、目標を全く持たなかった84パーセントの卒業生に比べて、収入が二倍だった。
- 目標を書き留めた3パーセントの卒業生は、それ以外のあわせて97パーセントの卒業生に比べて、収入が10倍だった。



人生の目標を達成するのに、以下は無関係である。

- 1) どれだけ頭がよいか
- 2) どれだけ才能があるか
- 3) 出身
- 4) 始めにどれだけ恵まれていたか

上記すべては重要であるが、ひとつの事を理解していなければ、ほとんど意味はない。



理解していなければならないひとつのこととは何か。

- ひとりでゴールを達成することは出来ない。

「どの分野においても、成功とは人々と共に働くことであり、人々に反して働くことではない」

- Keith Ferrazzi

アクティビティ: どうやって目標を見つけるか

ステップ1A: 内面を観察

- a) 夢や目標のリストを作る
- b) 幸せを感じさせてくれるもののリストを作る(ヒントは趣味、本、業績、人間、感動するもの、など)

アクティビティ: 続き

ステップ1B: 外面を観察

a) クラスメートで自分を一番よく知っている人に
聞く

1) 『長所』対『短所』

2) 自分について高く評価する点は何か

アクティビティ：続き

ステップ2：目標を書き取り、さらに詳細を書く

列1：今日から1年から3年後に何を成し遂げていたいか

列2：これらの目標をどうやって成し遂げるか

列3：これらの目標を成し遂げる期限はいつか

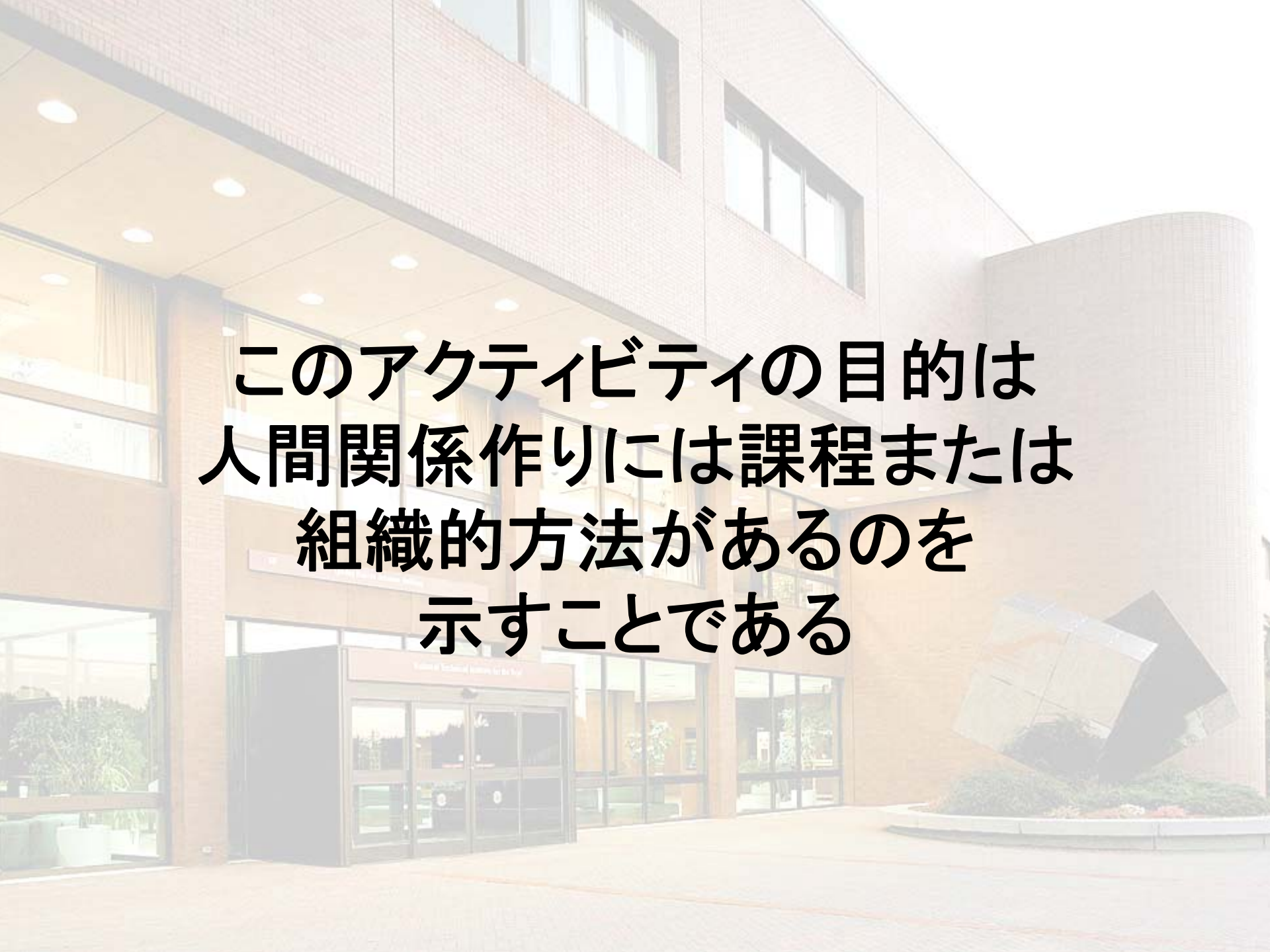
列4：これらの目標を成し遂げるために、どんな資源を使うか

アクティビティ：続き

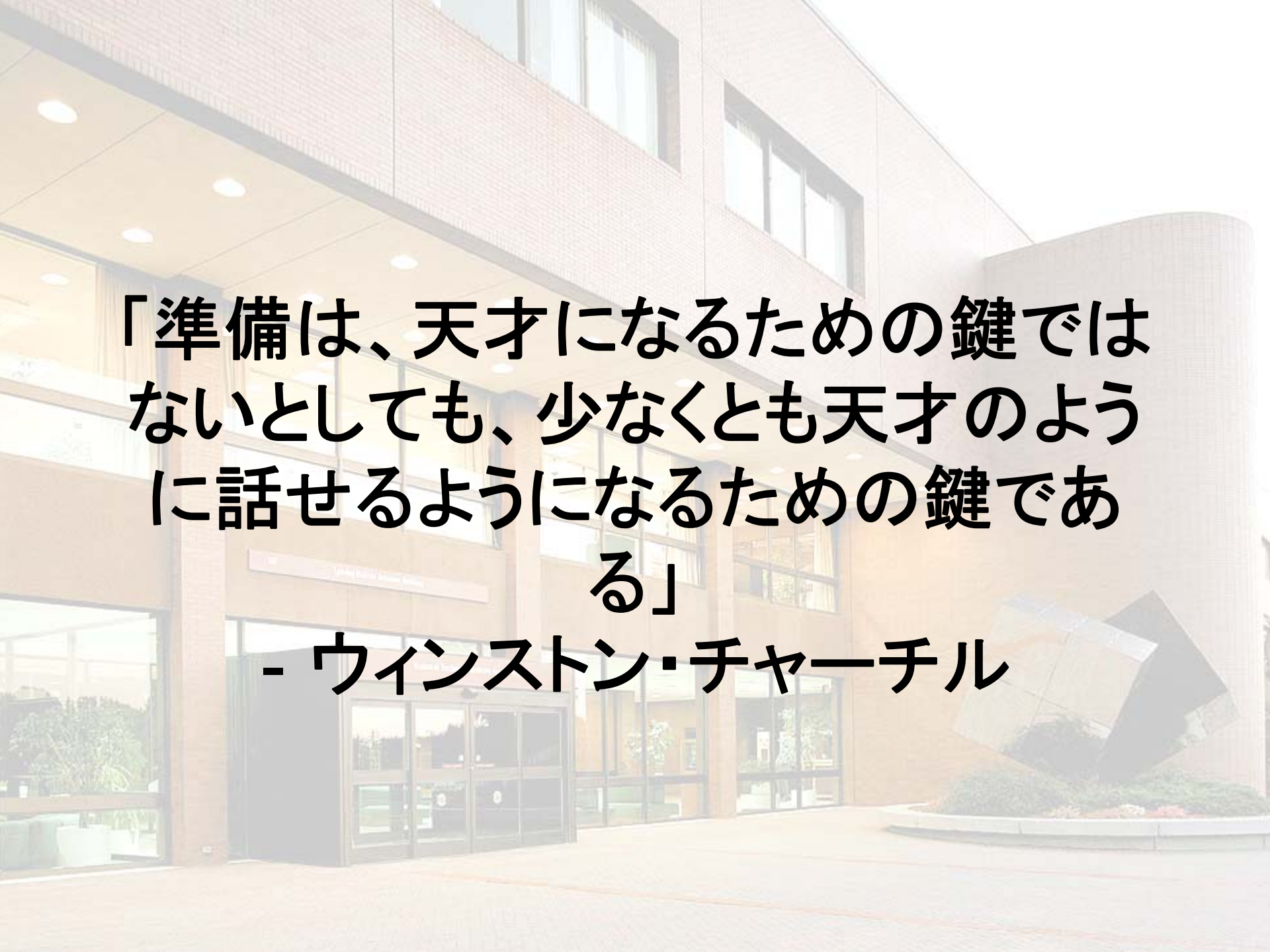
ステップ3:

自分自身の「諮問委員会」を作る

家族、教授、または以前の指導員などで作る。
応援団の役割を果たしてくれる人、やるべき
ことを思い出させてくれる人がいることは助け
になる。



**このアクティビティの目的は
人間関係作りには課程または
組織的方法があるのを
示すことである**

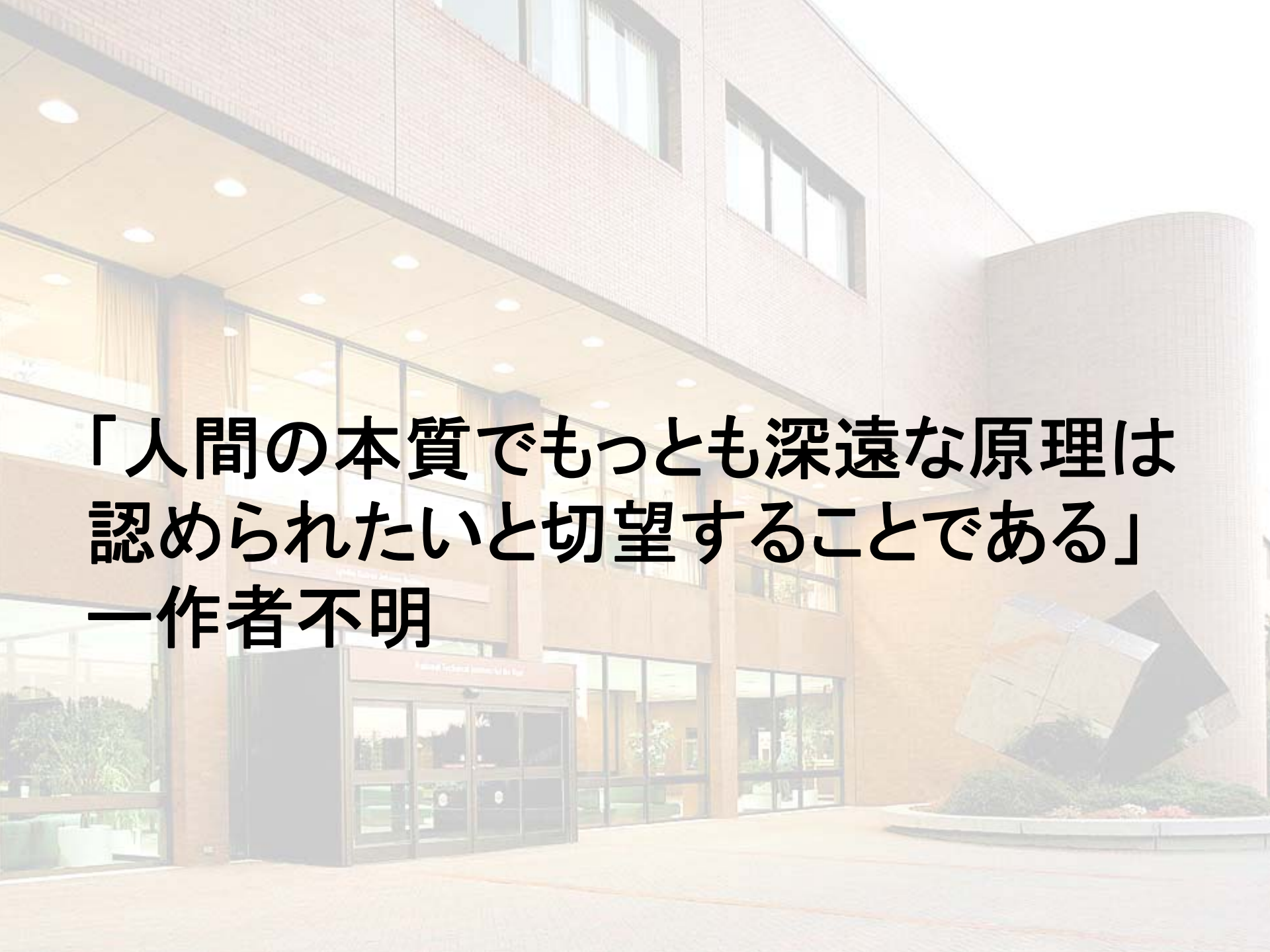


「準備は、天才になるための鍵ではないとしても、少なくとも天才のように話せるようになるための鍵である」

- ウィンストン・チャーチル

フォローアップはどの分野においても成功する鍵

- フォローアップをうまくやる人は少ない
- フォローアップをすれば、大勢の中で目立つことが出来る
- フォローアップを習慣にする

A photograph of a modern building with a large glass entrance and a curved tower. In the foreground, there is a large, abstract sculpture made of stacked blocks. The text is overlaid on the image.

**「人間の本质でもっとも深遠な原理は
認められたいと切望することである」
一作者不明**

ここからどうするか？

