

2020年2月

## あなたの思考回路は？

みなさんにはそれぞれ何らかの癖があるのではないのでしょうか？癖というより行動パターンと言った方が良いかもしれません。

例えば、知らない人に話しかけられるとすごく緊張して身構えるとか、その反対にフレンドリーな気持ちが湧いてきてすぐに打ち解けるとか、人それぞれですね。注意されたときに、とてもがっかりする人、腹を立てる人、あまり気にしない人、同じ間違いをしないぞと心に決める人など、状況によって違いはあるでしょうが、同じ人間は同じような行動パターンを取ることが多いように思います。なぜそのようなことが起きるのでしょう？それは物の捉え方に人それぞれ、直観的に動き出す回路ができているためです。

その回路は二つに分かれます。一つはポジティブでもう一つはネガティブです。

例えばある仕事上の改革案を誰かが提案した時、ポジティブな思考回路の人は、「あ、それいいね。みんなでやろうよ」という考えがまず最初に頭に浮かびます。しかしそれに付随するであろう諸問題、例えばどのくらいお金がかかるとか、どんな危険が発生するのかとか、負の問題点を深く考えることが少ない傾向があります。

これに対してネガティブな思考回路の人は、「この案では、そんなこと、あんなこと、こんなこと、色々問題が起きるよ」と物事の負の側面がまず頭に浮かびます。負の側面で頭がいっぱいになり、その提案がもたらすであろう成果が見えなくなってしまう傾向があると言えるでしょう。

そして人は多かれ少なかれ、どちらかのパターンに偏っているようです。積極派と慎重派、どちらが良いとか悪いとかいうことは軽々には決められません。しかし、自分がどちらのパターンにより近いかを自覚して、常に自分の回路と反対の方向を考えてみる習慣を持つことが大切な気がします。要はバランスの問題ですね。

このような受け止めかた、考え方の回路は、人格や仕事の評価と密接に関連していると思います。良い仕事をするためには、回路が暴走しないように自己制御することが大切なのではないのでしょうか？

因みに私はどちらかというとポジティブ思考派なので、いつも逸る心を抑えてフライングしないように自分を戒めています。え？そうは見えない？？？