

仕事力を アップする 決断力の鍛え方

人は、生きていく上でさまざまな決断をしています。変化の激しい現代、スピーディーで質の高い「決断力」は、必須のビジネススキルです。身に付ける方法をご紹介します。

◆決断力を高めるメリット

「決断力」とは、自分自身の判断と責任で意思決定すること。決断する際の根拠には、客観的データに加えて、本人の経験や直感といった主観的な要素も含まれます。選択肢が多かったり、大きなリスクを伴ったりするほど、迷いが生じやすくなるため、決断には覚悟が必要です。

重要な決断を迫られているときは、チャンスが訪れているともいえます。こうした際に自分の意志で決断を下すことで、理想や夢、目標に近づきやすくなるのです。

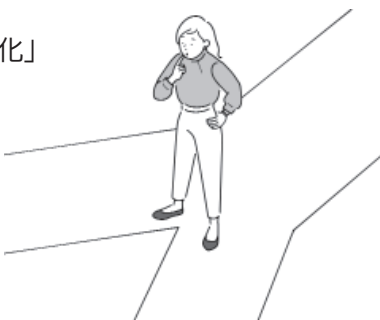
◆決断力の鍛え方

●小さな決断を積み重ねる

日常生活でも、決断をする機会は多くあります。何となく決めるのではなく、なぜそれにするのか、自分の考えを持つことが大切。「昼食に何を食べるか」など、小さな決断を積み重ねることで、重要な場面でも自分の意志に基づいて決断できるようになるはずです。

●優先順位を決めて「見える化」

選択肢が増えるほど決断しにくくなるため、優先順位を決めることを習慣にするのがおすすめ。その際、どうしてそれを優先するのか、どのようなメリット・デメリットがあるのか、何を切り捨てるのかを紙に書き出し、「見える化」すると良いでしょう。



100の悪い曲を書いて
やっと一つの良い曲が書ける

ボブ・ディラン

シンガー・ソングライター。1941年、米ミネソタ州で生まれる。『ブリッキング・イット・オール・バック・ホーム』や『追憶のハイウェイ61』といった、60年代を代表する歴史的名盤を発表。2016年には、ノーベル文学賞を受賞した。

仕事の名語録

BOOK Review

奪われた集中力

もう一度“じっくり”考えるための方法

ヨハン・ハリ 著 福井昌子 訳/作品社

現代人全員が何かしら頭を悩ませている「集中力の喪失」は、なぜ生じるのか。専門家や研究者に取材して明らかになったのは、私たちの集中力はただ失われたのではなく、「奪われ」ということだった。仕事ではマルチタスク、休日はSNSとショート動画。だけど本当はじっくり集中して、豊かな人生を取り戻したい人の必読書。



「伝わる」説明の仕方

「簡潔に説明しよう」と心掛けて、かえって分かりにくくなってしまいがちです。うまく伝えるためには、まず概要や結論を示し、その理由や目的、周辺知識を説明。最後に具体的な情報を挙げるといったステップを踏むのが効果的です。

Officeの歳時記

ツボ講座

立ちくらみ

耳の後ろ側にある骨のくぼんだ部分。人さし指と中指で耳を挟み、上下にこするよう刺激しましょう。



【好評につき再開催】WEBセミナー情報

顧客行動を促すコミュニケーション設計セミナー

内容 ①通知が届かない理由
②行動を促す通知設計ポイント3選

日時 8月26日(火)・27日(水)
いずれも15:00~15:30

詳細・申込はこちら <https://fax-lnet.jp/seminar/20250826-27/>

SMS HaNa ハナナビゲーション

スルーされない案内・通知の
設計ポイントをご紹介します!



セミナーに関する お問い合わせ

☎ 0120-125-799
ガイダンス#2

平日9:00~12:00/13:00~18:00
(土・日・祝 除く)

「安心安全FAXの取り組み」のご協力、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。 < 詳細URL > <https://fax-lnet.jp/faxdm/>

☐ FAX不要 ※チェックをお願いします

FAX番号()

案内が不要の際は、お手数ですがFAXにてご返送ください。大変失礼いたしました。
FAX返信先: 0120-255-944