



「考えること」を考えてみる

今回のアントレ・ラボ通信では、「考えること」を考えてみたいと思います。

8月15日というと、ちょうどお盆の時期であり、先週末から休みを取り、のんびりとしている方も多いのではないでしょうか。

こういう時こそ、普段なかなか考える時間が取れないという方にも、考えにふけてもらうのに良いタイミングになると思います。

昨今、生成AIの驚異的な技術の発展により、様々なタスクを効率的に、かつスピード感を持って対応できるようになったと思います。

私自身も、色々な場面で活用させて頂いており、その効果を実感している一人でもあります。

反面で、その力に依存しすぎる怖さも感じています。

何が怖いかというと、自らじっくりと考えることを放棄することです。

おそらく簡単な文章や情報収集をする上では今後も生成AIの力を活用していくことはのがれられないと思います。

むしろ積極的に活用して、自らがじっくりと考える時間を確保すべきだと思います。ただ便利さゆえに気づくと、簡単に依存する自分があります。

皆様は、いかがでしょうか？
実は、今日のテーマも、当初予定したものは変えて、何を書こうか考えました。(笑)

その時に頭に浮かんだのが今日のテーマの「考えること」でした。

何の脈絡もなく、頭に浮かぶ。人間の脳は面白いですね。

(裏面へ続く)

Next Seminar

FRI

8/23

8/23 〓長者の魔法

情報は発信する人に集まってくる
自分の価値を見出してもらい、人とつながると奇跡が起きる!

元谷拓 江上治

Aug,23,2024

8/23 『～成功者の在り方と考え方を探る～ 元谷拓 × 江上治 奇跡のコラボセミナー 夢を叶える成功者の思考法』

アパグループ専務の元谷拓氏とベストセラー作家の江上治氏によるコラボセミナー。成功者の思考と行動を学び、成功の秘訣を共有。対談形式で進行し、参加者の質問に答えながら会場と一体になって学べるセミナーです。

詳細はこちらです。
<https://prolabo.entrelabo.co.jp/public>

TUE

9/10



Sep,10,2024

誰でもスグできて効果が倍増! 戦略的雑談研修体験セミナー ～アフターコロナ時代の雑談 3.0 パーティションアップ～

コロナが空けてオンラインからいきなりの対面コミュニケーションでどう会話をしていいの戸惑っていませんか?リアルでも、オンラインでも使える雑談力を身に付けるための戦略的雑談研修の体験セミナーです。

詳細はこちらです。
<https://prolabo.entrelabo.co.jp/public>

THU

9/26



Sep,26,2024

9/26 モテ研修体験セミナー～人・仕事・運に愛されてヒトになれ!～

この研修では、人・仕事・運にモテる力を身につけ、仕事での成果を生み出し、人生をより充実させる方法を学びます。その体験セミナーです。

詳細はこちらです。
<https://prolabo.entrelabo.co.jp/public>



皆さんは、最近「考えること」を意識したことはありますか?一説によると人は1日に1万回考えるそうです。ただほとんどが無意識のうち、自分なりに考え、答えを出すようなものであり、意識をしっかりと思考をめぐらす回数はそう多くもないように思います。「考えること」も量から質を求められる時代なのかもしれません。

皆さんは、最近「考えること」を意識したことはありますか？

2 つ目は走りながら考えるです。これは本当に朝のランニングをしながら考えてます。

私も忙しい時期が続くと、ついつい「考えること」をなおざりにしてしまうことがあります。

ある意味でランニングをしていると、走っている感覚がなくなってきます。

そういう時に、このお盆のように立ち止まって考える時期、タイミングが大切になるのだと思います。

そうすると、いま一番関心のあること、興味があることが自然と浮かんできます。

漫然とずっと同じようなことで日々を過ぎしてしまうと、あつという間に時間は過ぎてしまいます。

特に日々の仕事での課題や悩みなどが多いように思います。

だからこそ、「考えること」が大事なのです。

そうした時、ランニングをしていると、ふと良いアイデアが浮かんできたりすることがあります。実は何度もそのアイデアに救われたことがあります。

私の場合、できる限り、日々の中で「考えること」の時間を確保するように努めています。

例えば、自分の中で「考えること」のタイミングが3 つあります。

そして3 つ目のタイミングは水泳の時間です。泳いでいるときも気づくと無心状態になり、自分自身の心との対話をしています。あるがままの自分の心がそこにはあります。

具体的には、まず1 つ目は朝の時間です。

朝起きて、必ず5 分は自分の会社の未来や事業について考える時間を確保するようにしています。

いまこの文章を書きながら、考えるタイミングや状況によって「考えること」の内容や質が違うことに気づきました。

仕事をしていると、本当に日々の業務に追われて、自社のビジョンは？理念は？そもそもなんのために起業したのか？なんてことも意識せずに、ただ業務をこなす自分がいたりします。

人間の脳はなにかの刺激によって化学反応のように、別のなにかが浮かぶのかもしれませんが、それが論理的につながっている場合と、イメージで浮かぶ場合があるのかもしれませんが。

それではいい意味でのモチベーションを保つことができないのです。

今回のような文章は自分の頭で考えないと出てこないように思います。

いいモチベーションを保つには、自分の会社の意義はなにか？その価値は？などを振り返りながら、ワクワクするような未来を考える時間が本当に大切なのです。

あらためて皆様むけに書きながら、自分なりに「考えること」の大切さを実感できました。

最後までご覧いただきましてありがとうございます。

Under Planning



ダイバーシティゲーム研修
ゲームを通じて多様性とは何かを理解できる研修の体験セミナーを企画中です。またアントレ・ラボ通信で近いうちに公表できたらと思います。



【コラム執筆】

人と人、人とコトの仲をつなぐ

仲津定宏

実は前回添付を忘れをご連絡頂いた方から、アントレ・ラボ通信を毎回楽しみにして頂き、保存されているお話をお伺いしました。

本当に嬉しく思うと同時に、最近手を抜きすぎていたと反省しました。そういう気づきを頂けることも、また人間同士の繋がりからでしか生まれないものだと思います。ありがとうございました。

研修開催報告



元刑事が教える非言語コミュニケーション研修実施報告

先日とある企業様で元刑事が教える非言語的コミュニケーション研修を実施させて頂きました。講師は、元刑事の森さんです。

刑事時代に培ってきた非言語による人間心理の見抜き方を学び、日頃の部下やお客様とのコミュニケーションにも活かしていくための研修を1日実施しました。

相手の心理が無意識の動作や表情にどう表れてくるのか。

最後は人狼ゲームを通じて学んだスキルを活かして相手の深層心理を見抜くためのゲームを実施させて頂きました。