

あれこれ考えている時間は、 **「やらない理由」**を探している時間。

正しそうな言い訳を破壊し、変化への一歩を踏み出すための思考法



「あれこれ考えているんです」
一見、真面目で、慎重で、
周囲のことまで考えられる
立派な人に見える。

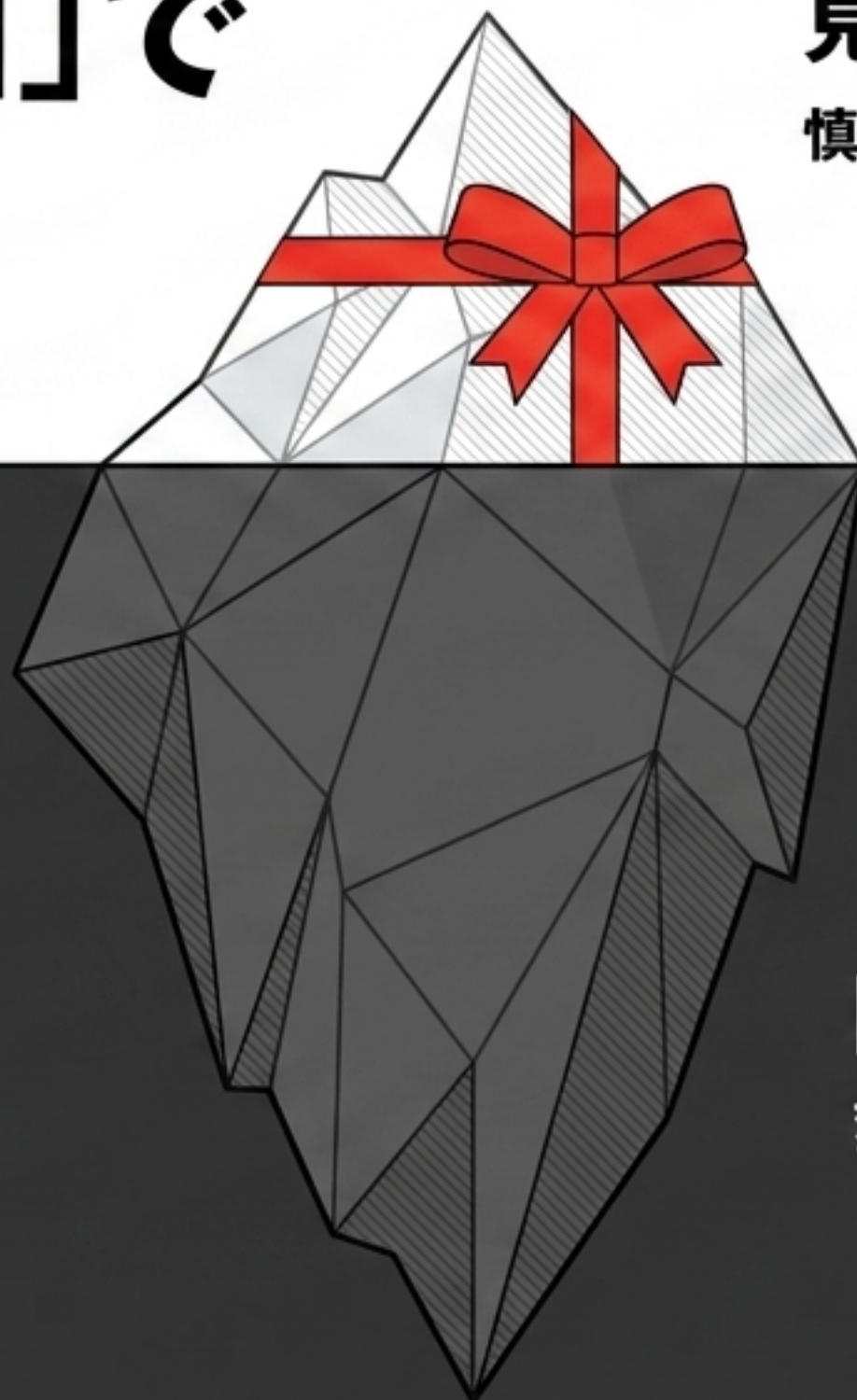


しかし、よく観察すると違う。
その人は考えているのでは
ない。

やらない理由を探している。



人は、悪い理由ではなく
「正しそうな理由」で
止まる。



見せている顔

慎重さ / 他者への配慮 / 責任感 / 義理

最もたちが悪いのは、
「変わらない自分を、
善人の顔で守らせる」こと。

隠している本音

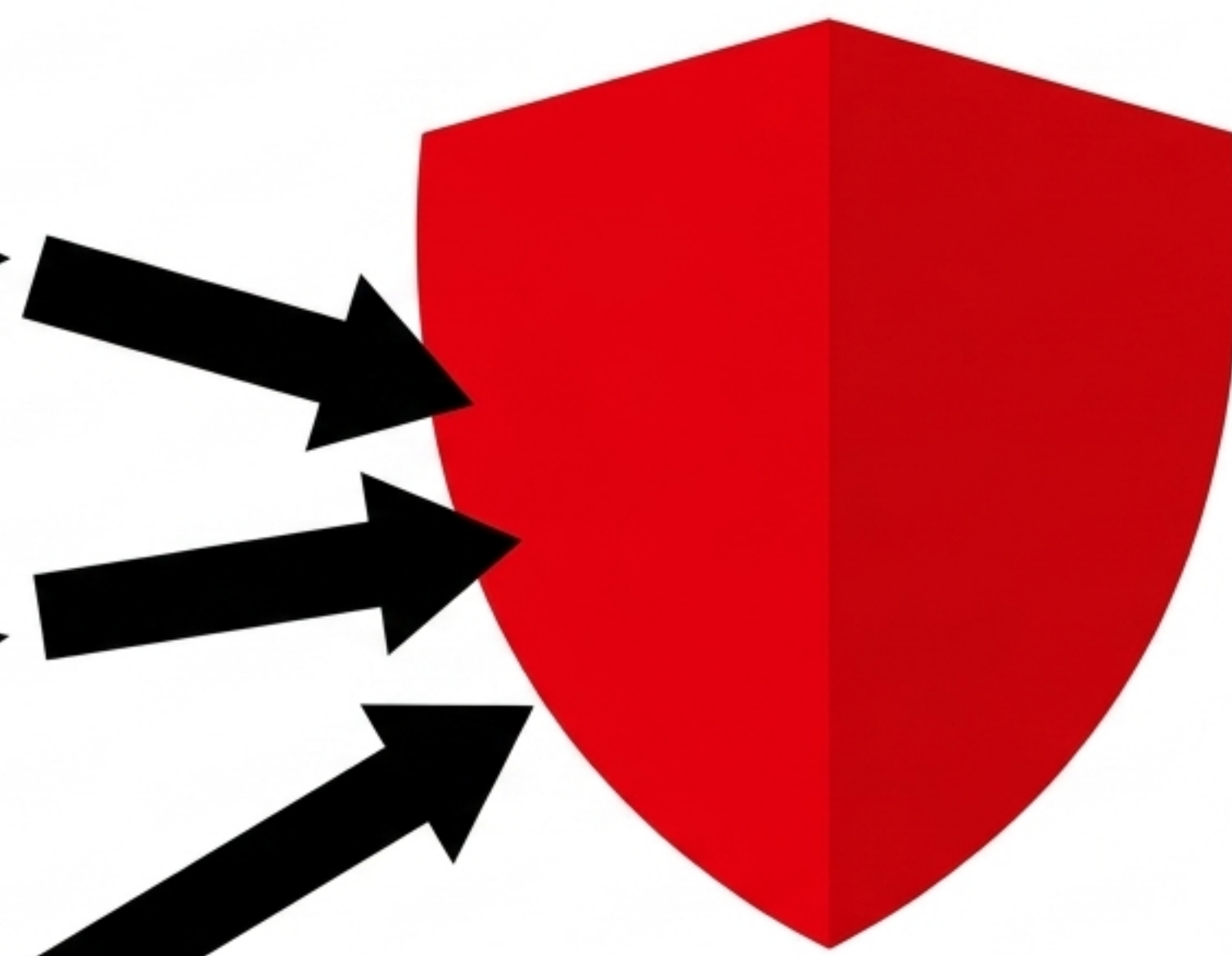
変わる恐怖 / 怠慢 / 現状維持 / 失敗への怯え

「相手のため」という名の、自己防衛。

「以前教えてくれた人に
嫌な思いをさせるかも…」

「今変えたら、パートナーに
迷惑がかかるかも…」

「チームに悪影響が
出るかも…」



本当に、相手を大切にしているのか？
それとも、頭の中に「自分に都合のいい相手」を
捏造しているだけではないか？

これは配慮ではない。他人を使った自己防衛である。

思考の「接続先」がすべてを決める

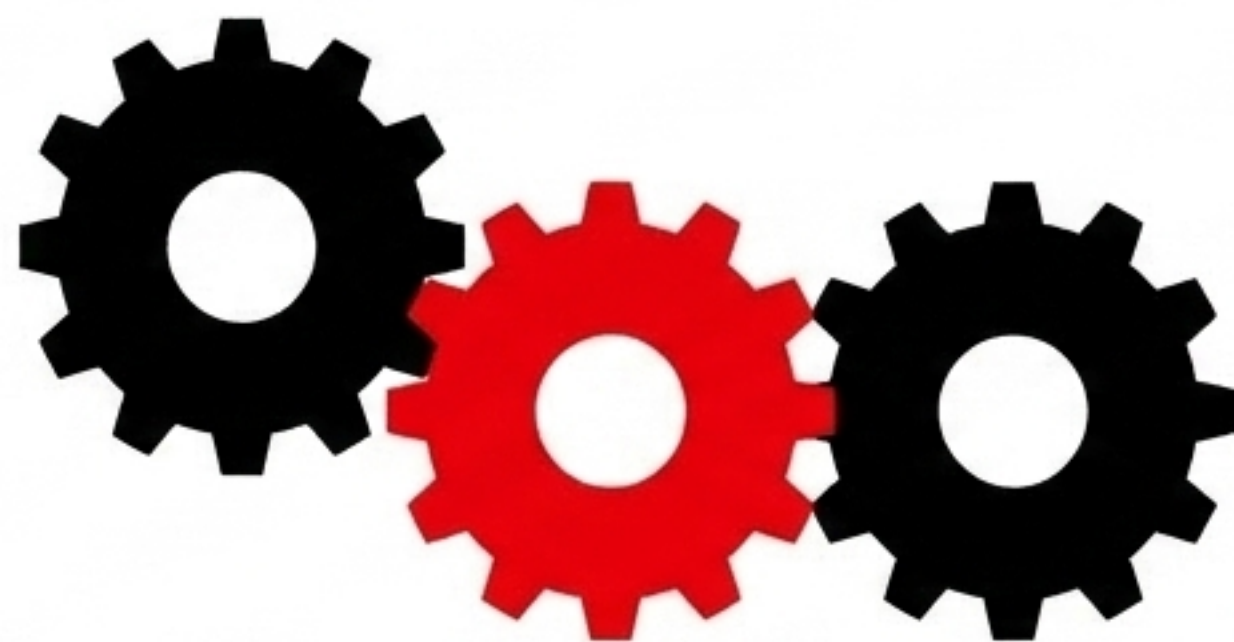
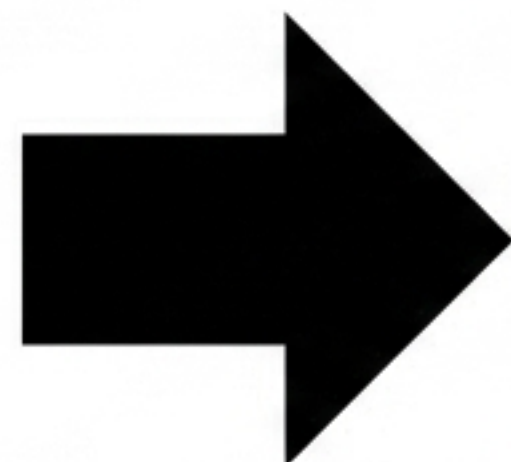
伸びない人 (止まる人)	伸びる人 (変わる人)
停止に接続している	行動に接続している
やらない理由を増やす	やらない理由を減らす
配慮を言い訳にする	配慮を設計 (システム) に変える
完璧な理由を抱えて止まり続ける	不完全なままコートに立つ

頭の中の想像を捨て、現実の行動へ



偽りの配慮

頭の中で相手の気持ちを勝手に捏造し、行動を止める理由にする。



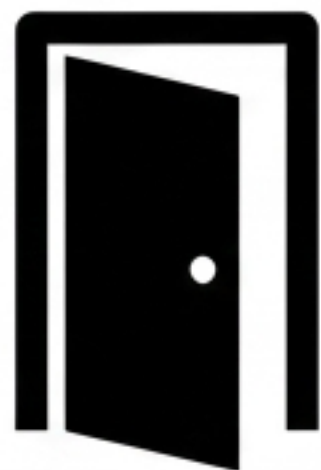
真の配慮

短期的な不安定さを引き受け、長期的に勝てる自分を作るためのプロセスを共有する。

相手への配慮を名乗るな。それが、変わらない自分を守る盾になっているなら。

行動のための設計 1: 確認と説明

確認 (Confirmation)



- × 逃げる思考: 「以前教えてくれた人に悪い」
- 伸びる行動: 直接聞く。「今こういう形に変えよう思っていますが、**どう思いますか?**」と**確認**する。

説明 (Explanation)



- × 逃げる思考: 「パートナーに迷惑をかける」
- 伸びる行動: **ビジョンを共有**する。「今はミスが増えるかもしれないが、**長期的に勝つために必要だ**」と説明する。

行動のための設計 2：期限付きの実験



慎重なのではない。変わることにビビっているだけだ。
本当に慎重なら、小さく試せ。

今、自分が考えていることは、どちらに向かっているか？

新しいことを前に「あれこれ考えて」いますか？

↓ Yes

その理由は、相手のためですか？
自分が傷つかないためですか？

- 関係者に「確認」したか？
- パートナーに「説明」したか？
- 期限を決めて「試した」か？
- 失敗した時の「修正案」はあるか？

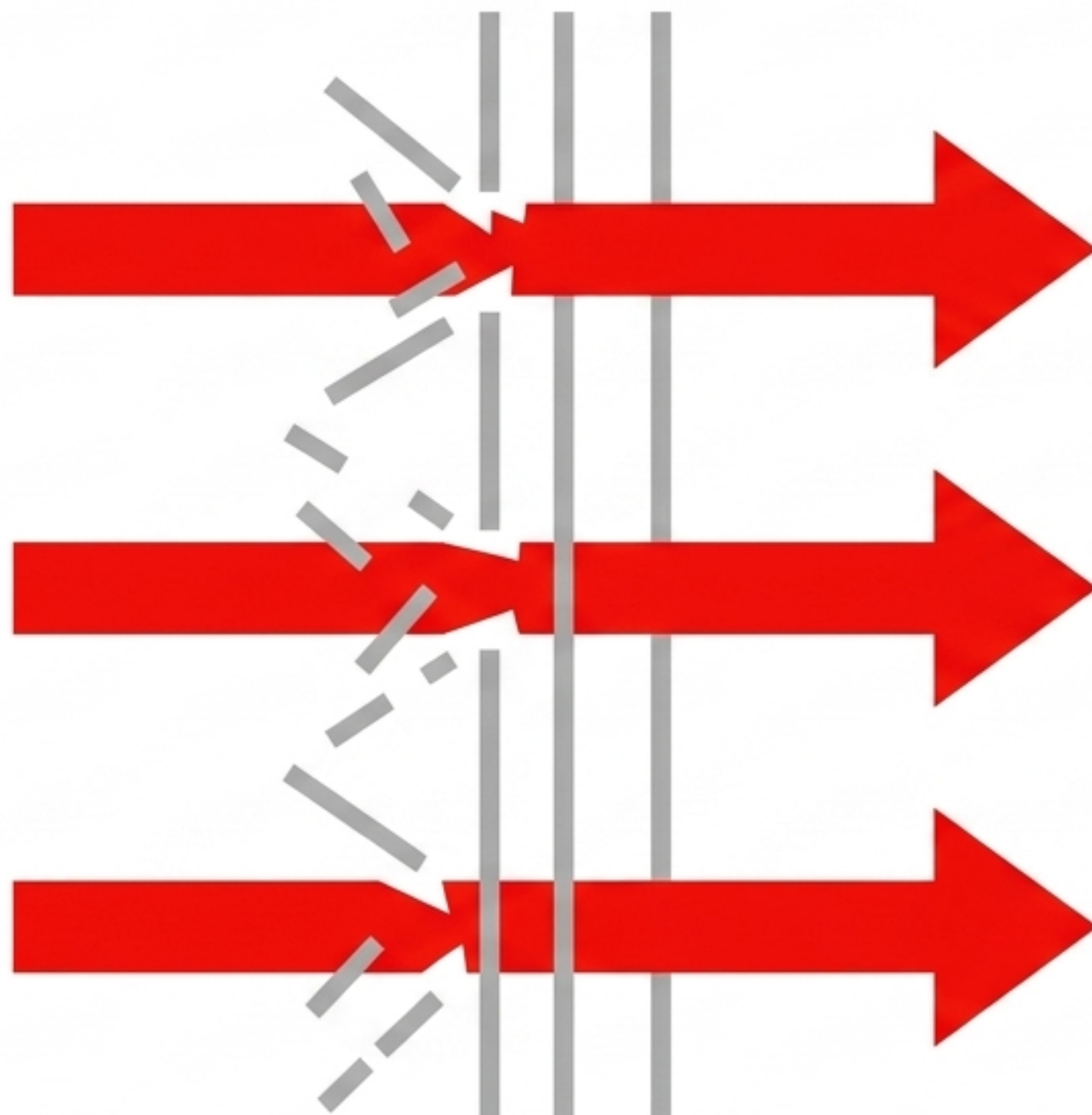


これらが一つもないなら、きれいごとを言うべきではない。ただ、やりたくないだけだ。

どれだけ立派な理由を並べても、やっていないなら、やっていない。
どれだけ優しい顔をしても、変わっていないなら、変わっていない。

上達が見るのは、行動だけだ。

**理由があるから止まるのではない。
止まりたいから、理由を作るのだ。**



**考えるな、ではない。
考えたなら、動け。**

**配慮するな、ではない。
配慮するなら、設計しろ。**

**責任を持つな、ではない。
責任を持つなら、検証しろ。**

最後に残る問いは、単純だ。「で、やるのか。やらないのか。」

**やらない人は、逃げるために
正しそうな理由を発明する。
変わる人は、理由ではなく行動を出す。**

言い訳の製造を止め、
今日、不完全なままコートに立とう。

| 学びを行動に変える。PHOENIX愛知



[Website URL or QR
Code Placeholder]

