元気配信

元気とやる気のあなたに

やる気を持続するには、実力よりやや高めの目標を設定するのがよいでしょう。できるかどうかギリギリのところだと、やる気や知恵が出てくるものです。

逆に、失敗を避けるあまり実力より低めの目標設定をしていると、情熱が湧かず、目標達成の喜びも少ない。ひいては個人的な成長も望めずに終わってしまいます。

成功体験が自信となって次の目標を設定する場合もありますが、まず夢や高い目標を掲げて、（夢は見るものではない、実現するものだ）を常に考え、その目標達成時のイメージを持ち続けることで、気持ちが前向きになり、やる気の継続につながっていきます。

失敗を恐れて後ろ向きになるのではなく、今まで経験したことのない成功のイメージを持って、前向きに進んでいきたいですね。

荒金より