

頭のいい人がやらない11のこと

一つ目：言い訳をしない

頭の良い人は、自分の選択と行動に責任を持ちます。

決して自分の身に起きた事を他人のせいにしたたり

自分の間違いを言い訳にしたたりしません。

なぜかというと

正直に答えたり、それぞれの状況の現実を受け入れる事が

改善への唯一の方法であると理解しているからです。

自分の人生に責任を持てば、ある状況において何がうまくいき

そして何がうまくいかなかったのかを自覚する事ができます。

自分の経験から学ぶ事で、次回はより良くする事ができ

最終的には目標達成に近づく事ができます。

その2：運に頼らない

あなたは何か厳しい状況に陥った時に

私は運が良いから大丈夫。

運が自分を助けてくれると思った事はありませんか？

困難に立ち向かう際に、運の力を信じてしまうのは簡単な事です。

しかし運に頼るのは、良い考えとは言えません。

頭の良い人は、運が問題を解決してくれると期待するのではなく
問題に正面から向き合い、解決策を見出す事に集中をします。

なので「こうなったらいいな」という希望的観測ではなく
「こうなるようにする」という努力にエネルギーを注ぎます。

その3: 感情だけでは行動しない

あなたは感情だけで行動してしまう事がありますか？
よく感情だけで行動するとうろくなことがない言いますが
これは感情が悪いとか、間違っているという事ではありません。

自分がなぜそのように感じるのかを明確に理解するためには
感情を自覚することが大切です。

ただ賢い人は、決断する前に
一歩下がって選択肢を検討する必要があることを理解しています。

これができると
楽観的すぎる考えや、悲観的すぎる考えに振り回されることはありません。

自分のことをよく知っているからこそ、自分の感情の限界を理解し
自分がいかに貴重な人間であるかを見失う事はありません。

なので周りの世界の出来事に流されることなく
自分の感情の反応をコントロールする事ができます。

その4: 自分の能力を過大評価しない

人はエゴが絡むと、自分が間違っている事

自分が信じたくない事ほど認めるのは難しい事です。

しかし自分の長所と短所を知ること、自分を受け入れる事ができれば

改善すべき点に取り組む事ができます。

賢い人は、自分の能力に自信を持っていますが

誰も全てを知っているわけではない事もしっかりと理解しています。

なので自分の能力について嘘をついたり

実際よりも、頭が良いように見せかけたりする必要性を感じません。

自分の能力を誇張して恥をかいたり

間違っていると証明されたりするリスクよりも

スキルを向上させ、より多くの知識を得ることに集中することを好みます。

その5: すぐに結果を求めない

忍耐力は、人生のあらゆる場面で重要な資質ですが

長期的な目標を追求する時には、特に役に立ちます。

多くの人が失敗してしまうのは、すぐに結果を出したいからで

しかしそれは不可能なことであり

思うように結果が出ないと、落胆して、途中で諦めてしまいます。

頭の良い人は、この世の価値のある物は全て

一貫した努力と粘り強さ

そして時間をかける事によって達成される事を理解しています。

なのでダイエットで体重を減らすにしても、新しいビジネスを作るにしても

あらゆる目標を見据えた時に

たとえ進捗が予想より遅くても簡単に歩みを止めてしまう事はありません。

その6 過度な依存はしない

お金や承認欲求、情報、または権力など

他人に過度に依存する人は、弱さや無能さを感じさせます。

これは、頭のいい人が他人に助けを求めない

あるいは、他人の助けを受け入れないと言っている訳ではありません。

実際助けを求めたり、受け入れたりする事は、高い情緒的知性の表れでもあります。

しかし困っている時に助けを求める事と、人に頼ることは別物です

賢い人は、できるだけ自立していることがいかに大切かを理解していて

それは、自立する事で有能さや強さを感じる事ができるからです。

また自分には能力があると感じ、自分に自信が持てるようになるので

人生の目標を達成しやすくなります。

その7 自分ではコントロールできないことに目を向けない

頭のいい人は、どんなに知識や知恵があっても

他の人と同じように、自分ではどうしようもない状況に陥ることがあります。

しかし一般的な人と異なるのは、その状況をより良く変える為に

まずは自分にできる事に重点を置き、自分自身の行動に焦点を当てる事です。

自分の力が及ばないものを変えようと、エネルギーを浪費するのではなく

自分がコントロールできることに集中することで

人生に勢いをつけるような選択をとります。

その8: 害のある人に時間を浪費しない

私たちはそれぞれ、限られた時間、エネルギー、資源を持っており

それらをどのように配分するかを決めなければなりません。

人の夢や目標に、否定的な人と過ごす時間が多ければ多いほど

前向きで目標達成に向けた活動に使える時間は、少なくなります。

だから頭の良い人たちは

自分を落胆させるような人たちとは、時間を共に過ごしません。

そして、自分のやっていることが気に入らない人

自分の選択に不満を持っている人が必ずいることを知っている為

万人を喜ばせようとするのではなく

同じ価値観や情熱を持つ人たちと一緒に過ごす事を、常に意識しています。

その9 噂話をしない

噂話をする人は、仕事でもプライベートでも意地悪な人で
ネガティブな気持ちの永久的なサイクルにはまりがちです。

誰かの噂話をすると、ただ発散している

あるいは少し楽しんでいると感じるかもしれませんが

この行動は、自分自身をどう見ているかだけでなく

他人からどう見られているかに影響することを忘れないでください。

賢い人は、噂話が自分の貴重な時間を無駄にし、評判を落とし

意味もなく他人の感情を傷つけることを知っている為、噂話はしません。

10位 感謝の気持ちを忘れない

幼い頃、親はよく誰かに助けてもらったら

「ありがとうございました」とお礼を言う事の大切さを教えてくれたかと思います。

しかし年齢を重ねるにつれて

感謝の気持ちを忘れてしまっている人が沢山います。

また頭の良い人は、感謝することは単なるマナーではなく

それは、助けてくれた人の時間と労力を認めることで

その人への敬意を示すという事と認識しています。

感謝の気持ちを伝えることで

相手は将来、また手伝ってあげたいと思う可能性も高くなる為

賢い人は些細なことや、どうでもいいことに思えたとしても

感謝の気持ちは決して忘れず、伝えようとします。

その11 過去にこだわらない

私たちは人生の中で沢山の間違いをしてきました。

そしてこれからもきっと多くの間違いを犯すと思います。

しかし過去は過去であり、賢い人は

過去にこだわることに意味がないことを知っています。

過去の失敗を振り返ってばかりいると、自分が変わったことに気づけない為

自分の人生が変わった際に、その事実を認識するのが難しくなってしまいます。