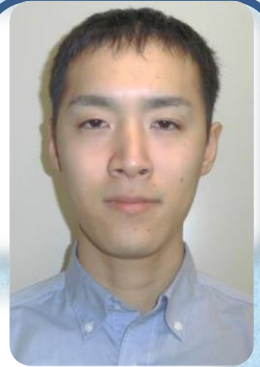


学生相談室便り

6月 担当:中田(水・金 9:00-12:00)



中田翔太郎

「思い立ったが吉日」 のメリットとデメリット

「思い立ったが吉日」という言葉があります。物事を始めようと思ったときはすぐに実行した方がよいという意味のことわざですね。私はこの言葉が好きで、ひらめいたことがあればすぐさま実行するようにしていました。

あるとき、私の行動には「抜け」が多いと気づくことができました。何か忘れ物があったり、作業が中途半端になっているのです。どうやら、1つの作業を進めている中で、他にしたいことが思いつくとそれを実行したい欲求が頭の中を占め、目の前の作業への注意がおろそかになってしまっているようでした。

それからは、作業時にはふせんやメモ帳を手元に置いておくようにしました。ひらめいたことがあれば、作業を一度止めて、アイデアをメモします。そして、作業がひと段落ついたときに、メモの内容を確認し実行するようにしました。ひらめいたことを先延ばしにするという習慣に対して、はじめはモヤモヤする感じがありました。しかし、ひらめいたことはメモをして、あとで実行するという習慣を繰り返すうちにモヤモヤ感は自然と消えていきました。

「思い立ったが吉日」ということわざには「行動力がある」というメリットと「作業が中途半端になる」というデメリットが存在するように思います。メリットとデメリットを天秤にかけ、デメリットのほうが日常生活に与える影響が大きいと思われたら、「メモを残して、後回しにする」という作戦を実行してみてもよいかもしれません。