



佐賀 豊 仕事理念 ▶▶ 仕事を通じて幸せになる

仕事軸

プロ
フェッショナル
の集団

理想の
社労士道を
追求する

幸せ軸

夢

精神を
鍛磨する
= 挙禅一如

楽しく働き
続けたい
職場



- ⑤お互いプロ同士、先輩後輩ではない
- ⑤優先順位は(1)スピード(2)量(3)質
- ①ブロークwindウ理論の実践
- ⑥実力は永久、学歴は半永久に不滅
- ⑤ストレッチャーン(=不安・違和感)に居ること

- ①心のコップを上向きにする
- ①時間厳守(=)か(=)以外は守る
- ②他社の有形・無形の価値観を感じる
- ①約束事は大小必ず守る

- ②佐賀式メソッドの研修で顧問先の有事を救う
- ①後方支援ではなく最前線でのスクラン
- ②経営者コーチング
- ②ICMアンケートを活用して課題を先取りして問題を封じる
- ①面倒や困難から逃げないで立ち向かう

- ①もうけを出すということ
- ④業務を取捨選択して、己で完結できる業務に特化している
- ①他社の困り事は自分の困り事
- ①②労使トラブル、職場内不和を撲滅する
・オープンwindウ64の活用
・長期目的・目標設定用紙の活用
・ペアコーチングの活用

- ②世界7大大陸制覇
- ①無記名の信託への挑戦
- ①開業労務士売上上位1%以内に入る

- ①年3回の断食修行
- ①断酒
- ①断煙
- ①格闘技
- ①平日4時台起床
- ①筋トレ・早朝8kmマラソン
- ①マインドフルネス
- ①ブログの更新
- ①福(ゴミ拾い)
- ①非認知能力を高める

- ①②ありがとうと感謝の気持ちを伝える
※逆境への感謝・日常への感謝・親切への感謝
- ②仕事の理念の明文化
- ①ありがとう!と感謝される人に優しい行動をすること
- ①ワーク・ライフ・ハーモニー(調和)
- ④属人化、依存関係が成立していない
- ⑥自己肯定感が得られる(自尊心)
- ⑤あいさつは必ず(最初、お礼、お詫び)
- ②心の栄養ストロークの実践
- ①②大人の道徳を守る
※超えてはいけない一線、人権感覚、拝金主義
- ①大東大発トイレ清掃

労使相愛を実現する会
～伝説の社労士事務所と呼ばれたい～

社会保険労務士法人 佐賀事務所
株式会社 佐賀人事総研
TEL.03-5249-3326

1 外からの刺激は自分の判断で
コントロールする。
2 私は「負の感情に支配されるな」
という哲学の教えを実践しています！
3 佐賀豊 仕事理念
4 仕事を通じて幸せになる

発行元: 社会保険労務士法人 佐賀事務所 株式会社 佐賀人事総研 赤羽の社労士ブログ <https://ameblo.jp/saga-sr/>

ブログ更新 累積回数 **4400** 回 断酒してから **2417** 日 断煙してから **7165** 日

皆様、いつもお世話になっております。

私の道しるべとなり、勇気と活力、安らぎを与えてくれる。そして心も寛大になり、心の中の優しさの占有領域が大幅に広がる。そんな魔法がかかるおまじないのような自分への言葉かけがあります。

それは「外からの刺激 (=他人の言動やふるまい) はコントロールできないけれど、受けた刺激に対する自己評価は変えられるよね。そのネガティブな評価って、本当に正しいのかな? 前向きな思考がすべてではないけれど、間違った評価でネガティブ思考に心が支配されるのはもったいないよ!」

この声かけは、自分に寄り添うよう優しい気持ちでおこなうことがポイントです 😊。

自分の思考は自分でコントロールすることが可能である! 心がカラッと晴れやかな気持ちになり、「不安や怒り、焦りといったネガティブ思考」がしゅんと萎え縮んでくる。囚われの心からの解放が手に取るように実感できるのです。

誰よりもなによりも、自分が一番大事。そう優先順位をつけることが大事。

自分軸中心で、自分の人生を自分の全身で生きていかないと、自分よりも大事な人を守ることなど、とうてい叶わないと私は思っています。人のために何かしてあげたい、人を大事に扱いたいと思うのであれば、自分軸で物事を考え、自分で決めて、自分から動いて、自分で責任を取ること!!

当事者意識と言えばいいでしょうか? これに勝る「自分軸」は、現時点で私には見当たりません。

次に私がやること。それは、外からの刺激を発した相手 (=自分以外の人) の、人としての「種類と民度」を推し量ることです。相手はどういう人間か? うがった思考ではなく、透明で水面鏡のような心境で、心眼で見極めることを心がけています。打つ手が見える時もあれば、スルーすべしという声が聞こえることもあります 😊。

ポイントは、決して相手を悪く思わないようにするこ

と。自分へのネガティブな発信はストレスを生じさせて、自分にダメージを与えてしまうからです。

ガス抜きと称して悪口を言う井戸端会議は、百害あって一利なし! 悪口が固定観念にならないよう、せいぜい一事案に対して1回のガス抜きが限度でしょうか。百戦錬磨の社労士道を生き、駆け抜けている、現役真っ只中の自分に余計な負荷をかけないための処世術とも言えます。

そして、最後になすべきことは「行動」です。

頭でどんなに素晴らしいことを思い描いたとしても、行動に移さなければ意味はありません。行動に移すには「自分はこれでいいんだ! 間違ってない! 正しいんだ!」という「自己肯定感」が必要ですね。私の自己肯定感は記名の信託、すなわち顧問先企業様からの顧問契約で作られています 😊。

もう一つの行動の源泉が「自己効力感」、自分はできるという自信です。

これは日々の社労士道から栄養のストローク (=栄養補給) をもらっています。

外からの刺激は自分の判断でコントロールする。そして、自分をいたわってあげる。

内面が整ったら、行動あるべし。人の変化を求めないで自分の変化を最優先させる「主体変容」の生き様で、赤羽1-10-1の東南の角地を奪還する! 全国社労士界で上位1%以内の社労士業収入を実現する! 私はそう決心しました。

今月も「充実」を合言葉に、マイベストペースで飛ばして行きます!



佐賀 豊

私は「負の感情に支配されるな」という哲学の教えを実践しています!

先月の事務所ニュースにも綴りましたが、私は今、自分を支える精神的支柱の一つにするために「哲学」を自主学習しています。

私が哲学を学ぼうと思った理由

哲学の学習に活用しているのが『人生の教科書ストイシズム』という本です。この本は90日間にわたって1日1問ずつ、学びを探究することで哲学の教えを身につけています。今月はその本から私が学んだことを紹介させていただきます。

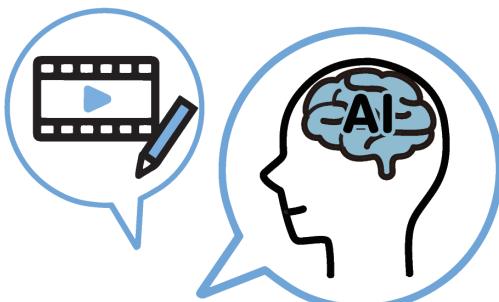
なぜ、哲学を学ぼうと思ったのか。それは顧問先企業の困りごとに対して、法律論だけでは解決できないからです。法律以外に、たとえば人間関係論なども必要とされるのです。ただ、人間関係論にも「これ」という指針になるものがなかなか見つかりません。とにかく自分の経験だけでは、顧問先の要望に追いつかないのです。そのため、哲学の教えのようなものを指針として持つ必要があると感じました。

哲学をもって労使相愛の実現を目指す

そうしないと、どんどん進化するIT技術、YouTubeやChatGPTなどの生成AIを超えることはできないと思うからです。研修等のビジネスを開拓している会社は受注が激減していると聞きます。理由はYouTubeで検索したり、ChatGPTに聞けばなんでも答えてくれるからです。もちろん完璧な回答とはいきませんが、かなりの精度があり、しかも無料です。

私も研修を業にしていますが、自分が研修を行うにあたりベースとなる哲学の必要性を強く感じるので。哲学をもって労使相愛の実現を目指したい。私が哲学を学ぶことで顧問先をリードできればと願っています。

どのようにリードしていくのか。それは労使トラブルのない世界です。仮にトラブルがあったとしても、しっかり解決することができる職場環境を整える。人を辞めさせることなく、改善に向かうことができる。そんな労使相愛の実現、その意味合いを込めて哲学を学んでいます。



「負の感情に支配されるな」という教え

『人生の教科書ストイシズム』の中で私がいちばん感銘を受け、学んだその日から実践していることがあります。それは「負の感情に支配されるな」です。

何かマイナスの刺激があった場合、そのマイナスの刺激の受けとめ方はその人しだいです。マイナスの刺激とい

のは、誰か人が発信することが多いでしょう。ただし、自分を変えることさえ難しいのに、他人の言動や思考を変えることなどできません。仮にマイナスの発信をされたとしても、受けとめ方は自分の判断となります。つまり、自分しだいでその判断を変えることができるはずです。

負の感情に支配されるということは、自分の心がかき乱されていて、自分のパワーが出せない状態になっているのです。そうならないよう、どんな負の刺激があったとしても、それを受けとめる自分の感情を冷静にしておく。あるいは、自分の判断で感情をコントロールできるようにする。これが「負の感情に支配されるな」です。

顧問契約解除の申し入れがあった時、私が行ったこと

私はこの教えをすぐに実践しました。私の事務所では顧問契約が解除されることはあまりないのですが、先日、ある顧問先から解除の申し入れがありました。私はそのクライアントさんに、期待をして口座を開いてもらったのに、その期待に応えられなかったことをお詫びしました。そして、「謝罪に伺いたい」とお願いしました。

相手としては、縁を切りたいのに謝罪に来られるのはイヤかもしれません、私は謝罪して、顧問契約が解除になった理由を知りたいと思ったのです。ただし、「理由を教えてください」と頼むのではなく、「こんなところでしょうか」と私が尋ねて、答えに導くように話を聞いてきました。

プライドが傷つけられ、マイナスの感情が生まれると……

もし「負の感情に支配されるな」が身についていなかつたら、私は「あそこは顧問契約解除でいいよ。オレは必要とされるところに行くから。お客はほかにもたくさんいる」と受けとめたかもしれません。自信過剰というか過信というか、反省をしなかったかもしれません。なぜなら、顧問契約を解除されると自分のプライドが傷つけられし、マイナスの感情が生まれるからです。顧問契約の金額にかかわらず、心がかき乱されるのです。

しかし哲学のおかげで、私の受けとめ方は違いました。顧問契約解除ということは売上げがなくなります。その際にほかからお金を得ようと考えるのでは、振り返りも反省も生まれません。なぜ売上げがなくなったのか。その理由を問いただし、解決することが求められます。

「負の感情に支配されるな」で心の中に備えをする

私は、今後は顧問契約の解除が起らないようにし、顧問契約を解除させないだけでなく、その内容にもっと厚みを持たせる、価値を高める動きができるのではないかと考えることができました。なので解除の連絡をいただいた時、「ご期待に応えられなくて申し訳ありません」という言葉がすぐに出て、「謝罪に伺いたい」と言えたのです。そして理由をお聞きして「早急に改善しないといけない」と

と考え、現在、その改善に取り組んでいます。

「負の感情に支配されるな」が身についていれば、マイナスの出来事が起こった時、自分の心の中に備えがあります。どう対処するか、自分を客観視しながら内省し、反省できます。人に対して拳を振りあげるよりも、自分に対して拳を振りあげるほうが勇気がいるのです。そのほうが自分には苦痛なのです。そんな時に救ってくれるのが哲学です。私はここに哲学の価値を感じています。

大谷翔平選手が高校時代に取り組んだメソッド

それでは顧問契約が解除されないよう、どんな提案をすればYouTubeやAIにない価値を顧問契約に見出してくれるのか。私は、あるメソッドに取り組むことにしました。大谷翔平選手が高校時代に取り組んだメソッドです。

私はこのメソッドに前々から興味を持っていました。しかし、人間、年を重ねると自分の経験値で物事を語るというか、経験値で知ったかぶりをするようになります。素直な感性で、素直に答えを導き出すことが知らず知らずのうちにできなくなるのです。そこで私は「今回の顧問契約解除を契機に反省し、このメソッドを学んでみよう」と思いました。

メソッドを学び始めて、もうすぐ修了します。自分が行う研修には早速、その成果を取り入れようと思っています。そして、顧問契約を解除されたクライアントさんのところに、もう一度営業に行くつもりです。

心の中のカップが上を向いているか

成功者から学び、成功者を模倣することはとても大切だと思います。顧問契約が解除されてよかったですとまでは考えませんが、自分の能力が不足しているから解除されるのです。今回の件が前向きのアクションにつながったことを、自分でいいことだと思っています。

なぜ、いいと思えるのか。心の中にカップがあるとします。そのカップが上を向いていれば、水を入れることができます。しかし、カップが逆さになっていると水を入れることはできません。私は自分の心のカップはつねに上を向いていると思っています。

カップを反対にして蛇口をひねる人はいませんが、雇用契約において、お金（給料）を振り込んでもらいながら、カップを逆さにしたような態度を取っている人は少なくないのです。ただ、カップを下に向ける合法的な理由など法律上も、また哲学的にも倫理的にもないと私は思っています。

心のカップが上に向いていれば経験がたまる

マイナスの発信をどう受けとめるか。相手を恨む、あるいは許す、勉強になったと考える……。どう受けとめるかによって、今も未来もずいぶん変わってきます。生き様も変わるでしょうし、自分の心境、つらい・楽しいも変わってきます。相手を変えようと考へていません。自分

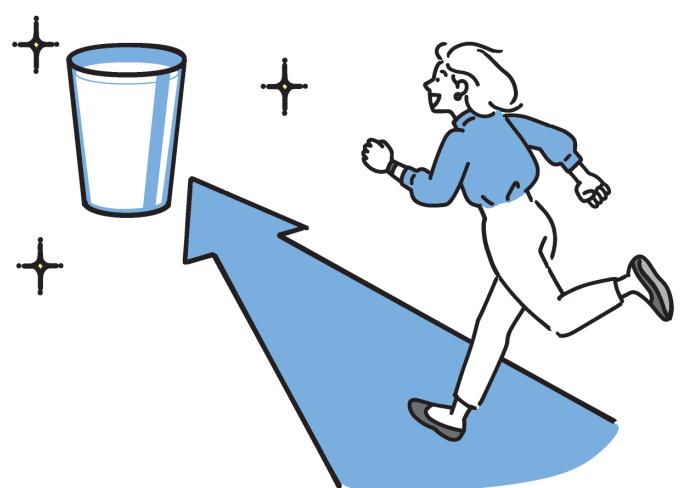
の判断や受けとめ方にフォーカスしてください。

そして、心のカップが上に向いていれば水はたまります。この水は何かといえば、経験ということになるでしょう。カップが逆さだと、せっかくの経験も心が弾き返してしまいます。やはりカップは上向きにして生きていくことが大切なのです。

心のカップが上を向いている人の特色

私の心のカップが上を向いている理由は、私のまわりの心のカップが上を向いている方には特色があるとわかったからです。その特色は、例えば清掃活動や奉仕活動、エコ活動に熱心で力を入れています。私が7年間、事務所のトイレ掃除をしているのは、そうした方を見習っています。

そして時間を守る、場を清める、礼を正せる方々です。ほかには感謝の気持ち、「ありがとう」と言えるかどうか。そして、相手の目を見て話を聞けること。目を見て話を聞くことができないのは、心のカップが上を向いていないからです。人と話をしていて、うなずきや相づち、返事、そうしたことには切れ味がよくて会話のキャッチボールが盛り上がる人も、心のカップが上を向いていると思います。



脱いだ靴がそろえられていることも大切

わが家の子供たちを見て思うのですが、脱いた靴がそろえられているかも大切です。いつもそろえているのに、そろえられない時には、学校で何かあったのかなと思うたりします。1日は1440分もあります。分単位で見ると、いつもは上を向いている心のカップが少し傾いたりする時があるかもしれません。トータルで見て、より長い時間、上を向いているようにしましょう。

マイナスの感情や刺激は絶対に襲ってきます。自分の前に立ちはだかります。そんな時、自分の判断をマイナスに引っ張られない、マイナスに支配されないようにする。そのためにも自分なりの哲学が必要なのです。