

Safeguarding Your Motivation

Research reveals that workplace colleagues have more influence on us than we consciously realize. They affect our thoughts, our creativity, and our job performance. We often choose our jobs based on considerations of salary and ¹job title, ²giving short shrift to workplace environments. Yet it is the environment that shapes who we become.

In one study, experimental participants were placed in the same room with a motivated individual. Participants were found to be ³inspired by that individual and their job performance improved. When paired with unmotivated individuals, motivation and performance fell. Yet ⁴were blind to this effect, unaware of the influence their partners ⁵exerted on them. Motivation, or lack of it, is ⁶infectious. This effect is due to the ⁷intrinsic tendency of people to ⁸mimic the behavior of others, especially significant others. Imitating clients, bosses and loved ones makes us feel more ⁹intimate, and it has physical payoffs as well, including lower blood pressure and a reduction in stress. However, imitation has its ¹⁰downsides when we copy negative behaviors.

Companies should not ¹¹underestimate the importance of these findings, especially those involved with ¹²innovation. Creativity requires an open and explorative ¹³state of mind, but it is very easily ¹⁴stifled by a ¹⁵nuisance such as negativity in the workplace. ¹⁶Eliminating negative factors before they have a widespread impact on ¹⁷morale is imperative.

勤労意欲のための予防線

調査によれば、職場の同僚は、私たちが意識している以上に私たちに影響を及ぼしている。彼らは私たちの思考、創造性、そして仕事の実績に影響を与える。私たちはしばしば給与と潤着きを考慮して職業を選び、職場環境はあまり考えない。だが、環境こそが私たちを形成するのだ。

ある研究で、被験者が意欲的な人と同じ部屋に配置された。被験者はその人に言及させられ、仕事の実績が上がった。意欲のない人と組み合わせられたときには、意欲も成果も下がった。しかし、被験者はこの効果に気がつかず、仕事仲間が自分たちに及ぼした影響にも気づかなかった。意欲のありなしは伝染しやすい。この効果は他の人の行動、特に重要な人物の行動を模倣するという人間にもともと備わっている傾向によるものだ。顧客、上司、大切な人たちを模倣することでより親近感を感じることができ、それは血圧の低下、ストレスの軽減など身体的に良い効果をも生み出す。しかし、模倣にはマイナスの行動を模倣する場合悪い面もある。

企業、特に技術革新に関わる企業は、このような研究結果の重要性を過小評価すべきではない。創造力には開かれた探究する心理状態が必要で、それは職場の消極的なものとしての迷惑をかける人によって簡単に抑圧されてしまう。そのため、全体の士気に広く影響を与える前にマイナス要素を排除することが不可欠なのだ。

12. Safeguarding Your Motivation

1 ☐ job title	▶ position title 肩書き, 役職名, 職位
2 ☐ give short shrift to ~	~をいいかげんに扱う ● short shriftで「無配慮, 粗雑な扱い」の意味
3 ☐ inspire [ɪnspáɪər]	▶ motivate, stimulate ☐ (人)にやる気を起こさせる, を奮起させる 義 inspiration (刺激, 鼓舞)
4 ☐ be blind to ~	▶ be oblivious of, be unaware of ~に気がつかない
5 ☐ exert [ɪgzəɪt]	▶ exercise, wield ☐ (影響力などを)及ぼす 義 exertion (行使, 発揮)
6 ☐ infectious [ɪnfɛkʃəs]	▶ catching, easily transmitted ☐ 伝染しやすい 義 infect 義 infection
7 ☐ intrinsic [ɪntrɪnsɪk]	▶ inherent, innate, essential ☐ もともと備わっている, 本質的な, 固有の ☐ extrinsic (付帯的な)
8 ☐ mimic [mɪmɪk]	▶ imitate, copy, emulate ☐ をまねる
9 ☐ intimate [ɪnɪmət]	▶ close, friendly ☐ 親密な 義 intimacy
10 ☐ downside [daʊnsaɪd]	▶ disadvantage, drawback, deficit ☐ 悪い面, 欠点
11 ☐ underestimate [ʌndərɛstɪmənt]	▶ belittle, minimize, sell ~ short ☐ を過小評価する

<p>12 ☑ innovation [ˌɪnə'veɪʃən]</p>	<p>☑ (技術)革新, 刷新 類 innovative</p>
<p>13 ☑ state of mind</p>	<p>▶ emotional [mental] state, spirit, mood (ある時点での)心理状態</p>
<p>14 ☑ stifle [ˈstáɪfl]</p>	<p>▶ curb, suppress, suffocate ④ を抑圧する, を窒息させる</p>
<p>15 ☑ nuisance [ˈnjuːsəns]</p>	<p>▶ annoyance, bore, bother ☑ 迷惑な人, 厄介な人</p>
<p>16 ☑ eliminate [ɪlɪmɪnət]</p>	<p>▶ remove, get rid of ④ を排除する 類 elimination</p>
<p>17 ☑ morale [mə'reɪl]</p>	<p>▶ motivation, enthusiasm ☑ (軍隊・集団などの)士気, 意欲</p>
<p>18 ☑ bolster [ˈbɒlstər]</p>	<p>▶ strengthen, reinforce, buttress ④ (士気・信頼)を高める, (学説)を支持する</p>
<p>19 ☑ demote [dɪˈməʊt]</p>	<p>▶ lower, relegate, downgrade, degrade ④ を降格させる ☑ promote (を昇進させる) 類 demotion</p>
<p>20 ☑ incentive [ɪn'sɛntɪv]</p>	<p>▶ motivation, stimulus, spur ☑ <~するための>誘因, 刺激(to do), 報奨金</p>
<p>21 ☑ mentor [ˈmɛntər]</p>	<p>▶ experienced and trusted adviser ☑ 良き助言者 ● have a {good} mentor ((良き)助言者を持つ)</p>
<p>22 ☑ rapproach [rəˈpɒtʃ]</p>	<p>▶ harmonious relationship ☑ <~との>信頼関係(with)</p>