

※音声記事は除外しております。

■ゲームを把握する為のコンテンツ

●7月1日【文明は鎮痛薬か否か】

⇒消尽…哲学者・バタイユの提唱した概念。自分の持っている力や資源を使い尽くそうとする行為のこと。消費社会では、個々人は企業等の生産活動に勤しみながら、その反面消費・破壊・快樂等の反生産的な行為(消尽)に価値を見出す傾向にあるとバタイユは主張した。

●7月13日【病院の裏話②③～自ら敵を作り出す自己実現的予言の恐怖～】

⇒自己実現的予言…たとえ根拠のない予言(嘘や思い込み)であっても、人々がその予言を信じて行動することで、結果として予言通りの現実が作られる現象のこと。

■言葉の背景を把握する為のコンテンツ

●7月18日【直喩と隠喩と思い込み】

- ⇒・比喩…レトリックの一つ。何かを表現する際、他の物に例えて説明する技法。
- ・直喩…比喩であることを明示する表現の比喩。「~のようだ」「~に似ている」等の説明の言葉が相当する。
 - ・隠喩…比喩であることを明示しない表現の比喩。隠喩の場合、比喩であるかは文脈から判断することになる。

■感覚的戦略を立てるコンテンツ

●7月3日【僕的、アンガーマネジメントが必要な時】

⇒アンガーマネジメント…怒りの感情を適切に管理・コントロールするスキル。

●7月17日【習慣化とGRIT(グリット)】

⇒GRIT(グリット)…アメリカの心理学者、アンジェラ・ダックワース氏が提唱。物事をやり抜く力。Guts (ガッツ:闘志)、Resilience (レジリエンス:粘り強さ)、Initiative (イニシアチブ:自発)、Tenacity (テナシティ:執念)の頭文字を合わせた言葉。

●7月19日【緊張感の正体】

⇒心理学的に見た緊張感のメカニズム…人が緊張するメカニズムとしては、自分が直接コントロールのできないものに執着してしまっている時に、不安の一種として起こるものである。

例えば、他人の挙動や他人からの評価、仕事の成果等は中々直接コントロールできないものなので、緊張感が生じやすい。

そこで、フォーカスを自分のコントロールできるものに移すことで、緊張感を解除できるようになる。例えば、自分の行動量とか自分の在り方にフォーカスすれば、これは直接コントロールしやすいものになるので、パフォーマンスも上げやすいし、結果的に望ましい成果も上がるようになるのである。

