

グリット

2025. 2. 12

グリット (grit) とは、「やり抜く力」または「粘る力」だと定義される。困難に遭ってもくじけない「闘志」「気概」「気骨」の意味をもつ用語である。社会的に成功している人が共通してもつ心理特性として注目が集まっている。

心理学者でペンシルバニア大学教授のアンジェラ・リー・ダックワースは、才能やIQ（知能指数）、学歴ではなく、個人のやり抜く力こそが、社会的に成功を収める最も重要な要素であるとして、「グリット理論」を提唱した。

GRIT（グリット）は、Guts（闘志）、Resilience（粘り強さ）、Initiative（自発）、Tenacity（執念）の4つの頭文字をとった言葉で、やり抜く力のことを意味している。調査の結果、グリットをもつ学生は退学せずに卒業していく確率が高いことがわかっている。グリット理論では、生まれもった才能・知能は関係がない。失敗を恐れず挑戦することが重要である。長期間、継続的に粘り強い努力を要するとされる。

Guts（ガッツ）は、よく知られている言葉である。日本語で「闘志」という意味を指す。闘志とは、困難なことに立ち向かうことを意味するものとして利用されている。

Resilience（レジリエンス）は、「粘り強さ」という意味で、ここ数年、使われるようになってきている。最後までやり抜くためには、失敗しても諦めずに続ける、逆境に負けない粘り強さが必要だとされる。現在では、逆境や困難に負けず、環境に適応し、生き抜く回復力という意味で使われている。

Initiative（イニシアチブ）も知られた用語である。自発的に目標を定め取り組む力という意味がある。自分で目標を見据えること、自ら見出し設定した目標を達成するために粘り強く努力をし継続することが必要だとされる。

Tenacity（テナシティ）は、日本語で「執念」という意味である。途中で困難や逆境にぶつかっても、最後までやり抜くことが必要であり、何としても達成するという執念が必要とされる。日本語では、執念というと悪い意味で使われるイメージがあるが、何事も最後までやり抜くという意味をもつポジティブな意味として理解する必要がある。

重要なことは、グリットは、後天的に身につけることができる点である。先天的な才能や選ぶことができない家庭環境とは関係がない。すなわち、誰もが意識すれば高めていくことができる。トレーニングによって伸ばせる能力である。ビジネス界だけでなく、教育の世界でも、ぜひ参考になりたい理論である。