

“明日の自分”を変えるためのアクション ～「成長思考」で好循環を引き寄せる～

丸の内キャリア塾 第90回レギュラーセミナー

ブレイクスルー パートナーズ株式会社
マネージングディレクター
赤羽 雄二

akaba@b-t-partners.com

HP: www.b-t-partners.com

ブログ: <http://b-t-partners.com/akaba/>

本: <http://b-t-partners.com/akaba/index.php/archives/1028>

セミナー: http://b-t-partners.com/?page_id=143

Facebook: <https://www.facebook.com/yuji.akaba>

Twitter: <https://twitter.com/YujiAkaba>

2016年11月15日

内 容

1. 自己紹介
2. 『成長思考』について
3. もやもやをなくし、成長を加速するメモ書き
4. 意識・行動を変えることができるアイデアメモ、ロールプレイング
5. 優先順位の考え方
6. 好循環を生み出す
7. コーチングとコミュニケーション
8. いただいた質問について
9. 「ちゃぶ台返し女子アクション」のご紹介
10. “明日の自分”を変えるための参考図書、セミナー

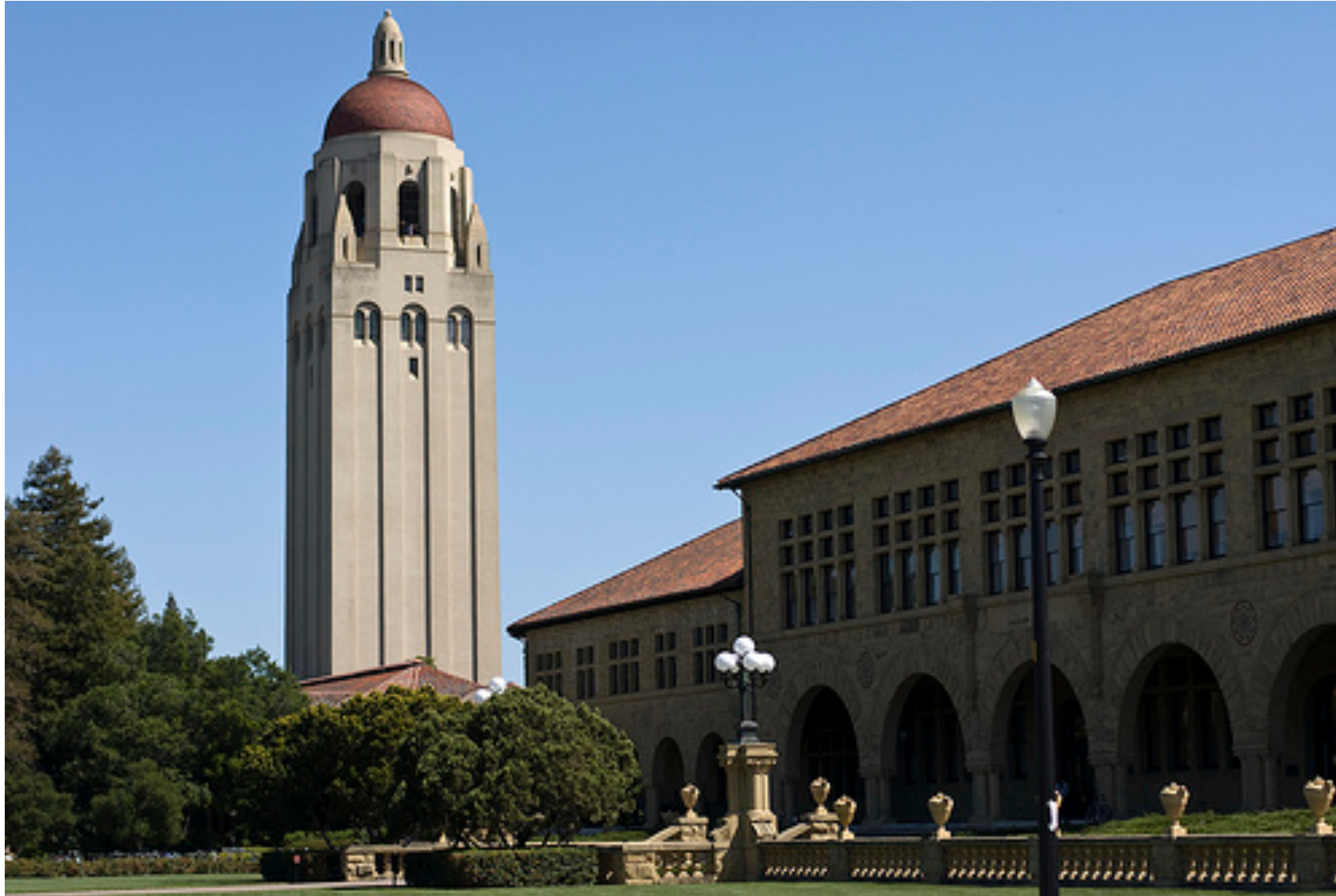
1. 自己紹介



KOMATSU



コマツにて超大型ダンプトラックの設計



スタンフォード大学大学院で機械工学修士を取得
シリコンバレーの空気に初めて触れる

McKinsey & Company

マッキンゼーにて14年間、日本企業、韓国企業の経営改革、新事業創造にパートナーとして取り組む

うち、10年間500週、ソウル往復

世界二十数カ国からコンサルタントを動員

日々学ぶことが多く、入社早々メモを開始



2000年以降、日本発の世界的ベンチャーを1社でも多く
生み出すべく、ブレークスルーパートナーズを創業

ベンチャー共同創業、経営支援

中小・中堅・大企業の経営改革、人材育成、新事業創出
支援

2. 『成長思考』について

どうすれば、自信をつけ成長できるようになるかを提案



- 7/22出版、1万5000部
- 「人は誰でも成長できるのに、そう思っている人は少数」「成長できるといふ自信がない」「どうやったら成長できるのか」というノウハウ、知恵もあまり提供・共有されていない」という現状を打破したいと思って書きました
- 目次
 - 第1章 成長を妨げる心理的ブロック
 - 第2章 成長できたのはどんなときか
 - 第3章 成長できなかったのはどんなときか
 - 第4章 成長するための出発点
 - 第5章 成長するための7つのアクション

『成長思考』を書いた理由

- 私は、「人は誰でも頭が非常によい」と思っています。本来の頭のよさを発揮できるようにするための方法を開発し、提案しています
- また、誰でも「成長したい」という気持ちは持っていると思います
- ところが、「自分は成長できる」と考え、具体的な努力をしている人、続けられている人はごく少数だとも思います
- どうやったら成長できるのかという本当のノウハウ、知恵は、なぜかほとんど提供されていません。そういう趣旨の本は多数ありますが、実際に行動を変えるための手引き書、マニュアルにはなっていないのです。何となく気分が高揚して終わりです
- 「人は誰でも成長できるのに、そう思っている人は少数」「ほとんどの人は成長できるという自信がない」「どうやったら成長できるのかのノウハウ、知恵も提供・共有されていない」という状況があまりにもったいないので、行動に移していただく

第1章 成長を妨げる心理的ブロック

「どうせ自分にはできない」

「前にも失敗した」

「誰も応援してくれない」

「すぐ足を引っ張られる」

第2章 成長できたのはどんなときか

いつの間にかできるようになった

無理だと思っていたが、何とかやり遂げた

むずかしいチャレンジをしてうまくできた

第3章 成長できなかったのはどんなときか

結局、新しいことにチャレンジできなかった

自信がなくてやり遂げられなかった

苦手意識に負けてしまった/劣等感に負けてしまった

悪循環が続いた

第4章 成長するための出発点

1. 成長したいという意欲と目標を持てること
2. 成長への努力がある程度できること
3. 「自分も頑張れば成長できるかも」という自信を持てること
4. 好循環を生み出せること
5. あまりネガティブになりすぎないこと
6. ある程度は体調が維持できていること
7. 仲間を作って一緒に頑張れること

第5章 成長するための7つのアクション

アクション1： 思い切ってハードルを下げる

- ・ なぜ目標を立てても実行できないのか
- ・ なぜ「低めの目標」がいいのか
 - ・ 休みながらでもやり続ける

アクション2: つらくない努力、楽しくなる努力をする

- ・ 努力はつらいもの？
- ・ どうしても継続的な努力が必要
- ・ つらくない努力なら継続できる
- ・ 結果が出はじめると、どんどん楽しくなる
- ・ つらいかどうかは考え方しだい

なる

第5章 成長するための7つのアクション

アクション3： 自信を持つための工夫をする

- ・ 頑張っている自分を褒める
- ・ 小さな成功体験を積み上げる
- ・ 褒めてくれる人と付き合う
- ・ 自分は否定する人からは全力で逃げる
- ・ ありとあらゆる工夫をする
- ・ アイデアメモで自信を持つ
- ・ アイデアメモで心理的ブロックを打ち破る
- ・ アイデアメモの注意点

アクション4： 好循環を生み出す

- ・ 好循環とは？
- ・ 種まきをしておく
- ・ 人を巻き込む
- ・ 追い風を作り出す

第5章 成長するための7つのアクション

- アクション5： ポジティブ思考を身につける
- ・ ポジティブな人ほど成長しやすい
 - ・ **ポジティブになるための工夫**
 - ・ **どう見るかがすべてーアイデアメモの実践**
 - ・ ポジティブは伝染する
- アクション6： コンディションを維持する特別な工夫をする
- ・ 自分にとってのベストコンディションを知る
 - ・ 意識してベストコンディションを維持する
 - ・ 必ず気分転換をする、体を動かす
 - ・ いい加減さが大切
 - ・ 過度かどうか
 - ・ 何でも相談できる相手を見つけておく

第5章 成長するための7つのアクション

- アクション7： 人の力を借り、仲間と一緒に成長する
- ・ ひとりでできることには限界がある
 - ・ 仲間がいれば脱落しにくい
 - ・ 一緒に成長することができる
 - ・ 仲間のために頑張る
 - ・ アイデアメモ仲間を作ろう

3. もやもやをなくし、成長を加速するA4メモ書き

とんち振舞を自分なりに受けてか?

2006. 6. 12

メモ見本

左に寄せて、
下も少し空けて

- 自分の課題を明確にしてい
- 自分の課題に対して具体的な行動指針をい
- FBL2. 何が良くなるのかを明確にい
- 良.. 悪.. をいって依えてい
- やる気を持たせてい
- 自分でも出来るかもと自信を持たせてい



4~6行、各20~30字

A4 横幅の2/3程度が目安

もやもやをなくし、成長を加速する

「ゼロ秒思考」A4 メモ書き

●メモを書くねらい

- 頭に浮かんだことをすべてメモに書き留めることにより、考えを整理する、頭がすっきりする
- 自分が何を悩んでいるのか、はっきり見える。悩みが大幅に減る
- メモが外部メモリになるため、頭の働きがよくなる
- 暗黙知を形式知化する
- インタビューメモ、人から聞いたお話、ミーティング議事録など、すべて一元管理できる

●方法

- 思いついたこと、気になること、疑問点、次にやるべきこと、自分の成長課題など、頭に浮かんだことはすべてメモに書きとめる
- メモはすべてA4 コピーの裏紙に
- 必ず、1件1葉で。必ず横置きで、左上にタイトル、右上に日付を書く
- 頭に浮かんだことをすべて書く、ということで、**毎日10ページ**
 - 真剣に考えていれば、毎日10ページ程度にはなる
 - 1枚1分で素早く書く。毎日10分程度
- 夜まとめてではなく、**思いついたその瞬間に書き留める**、という習₂

メモに書き出してみる

- 嫌なこと、ストレスになっていることを全部書き出してしまおう
- ぼかさず、相手の名前を入れて思う存分書き出してしまおう
- 言いたいこと、ぶちまけたいことを全部書く
- 書きたいだけ書く。メモに負の感情を出すのは、決して悪いことではない。抑えてもくすぶっていただけなので、遠慮なく書く
- 愚痴だと堂々巡りになりがちだが、メモにはそれがあまりない。目の前にはっきり書かれていると、その次が自然に見えてくる
- 書いてみると、なぜか新たな発見がある。直感力が活きる
- 不思議なほど、考えが深まっていく

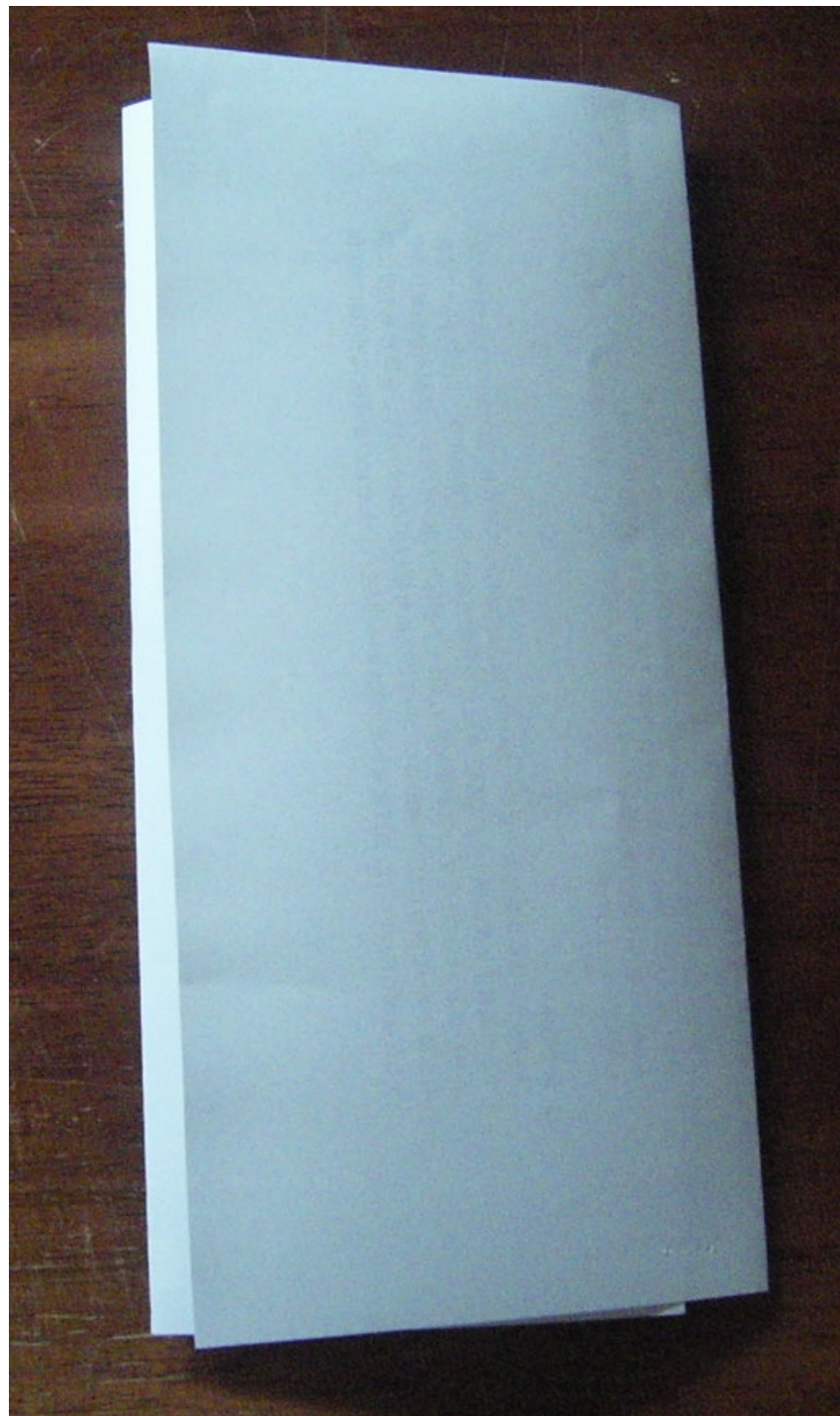
A4用紙に書く理由

- ノートを使わないのは？
 - ノートだと、あっという間に何十冊にもなってしまおう
 - 似たタイトルのメモがあっても整理できない
 - 他のA4資料等と一緒に整理できない
- 日記帳を使わないのは？
 - 似たタイトルでも整理できない
 - 怨念がたまる。なぜか頭の整理になりにくい
- PCでない理由は？
 - 1分で1ページ書き出して、その場で並べてみるのが全くできない
 - どこでも簡単に書く、ということがまだ現実的ではない
 - 図を素早く書けないので、文字だけで無理やり表現しようとする
- スマートフォンでない理由は？
 - 1分で4～6行、各20～30字のスピードが出ない
 - 並べてみるなどが全くできない

A4クリップボード（右側で留める）



通勤時など、**A4用紙を3つ折りにして持っておく**



書きたいメモタイトルを1ページにリストアップしておく

メモのタイトル

- ミーティングで ~~何を~~ ^{何を} 確認したいか?
- ミーティングでの合意事項を確実に実行してもらうには?
- X-1の返事を求めるには?
- どういう時、X-1の返事をさせるのか?
- どういう時、X-1の返事をしそびれるのか?
- 未読のメールをあげて見せたいは どうしたらよいのか?

2013-7-1

- 山田さんとのコミュニケーション
- 山下さんとのコミュニケーション
- 田中さんとのコミュニケーション
- 課長とのコミュニケーション
- 安部さんとのコミュニケーション
- 川口さんとのコミュニケーション
- 山田さんが機嫌悪い時のコミュニケーションのしかた
- 山田さんが元気がない時のコミュニケーションのしかた
- 山田さんと飲みに行った時のコミュニケーションのしかた
- ミーティングをうまくリトするには
- ミーティングを時間通りにうまく終わらせるには?
- ミーティングの準備を確実に行うには
- ミーティングで意見が対立した時どうするか?
- ミーティングでホワイトボードをうまく使うには?

進化形のメモは左右に分けて

英語を話せるようになるために

2013-7-15

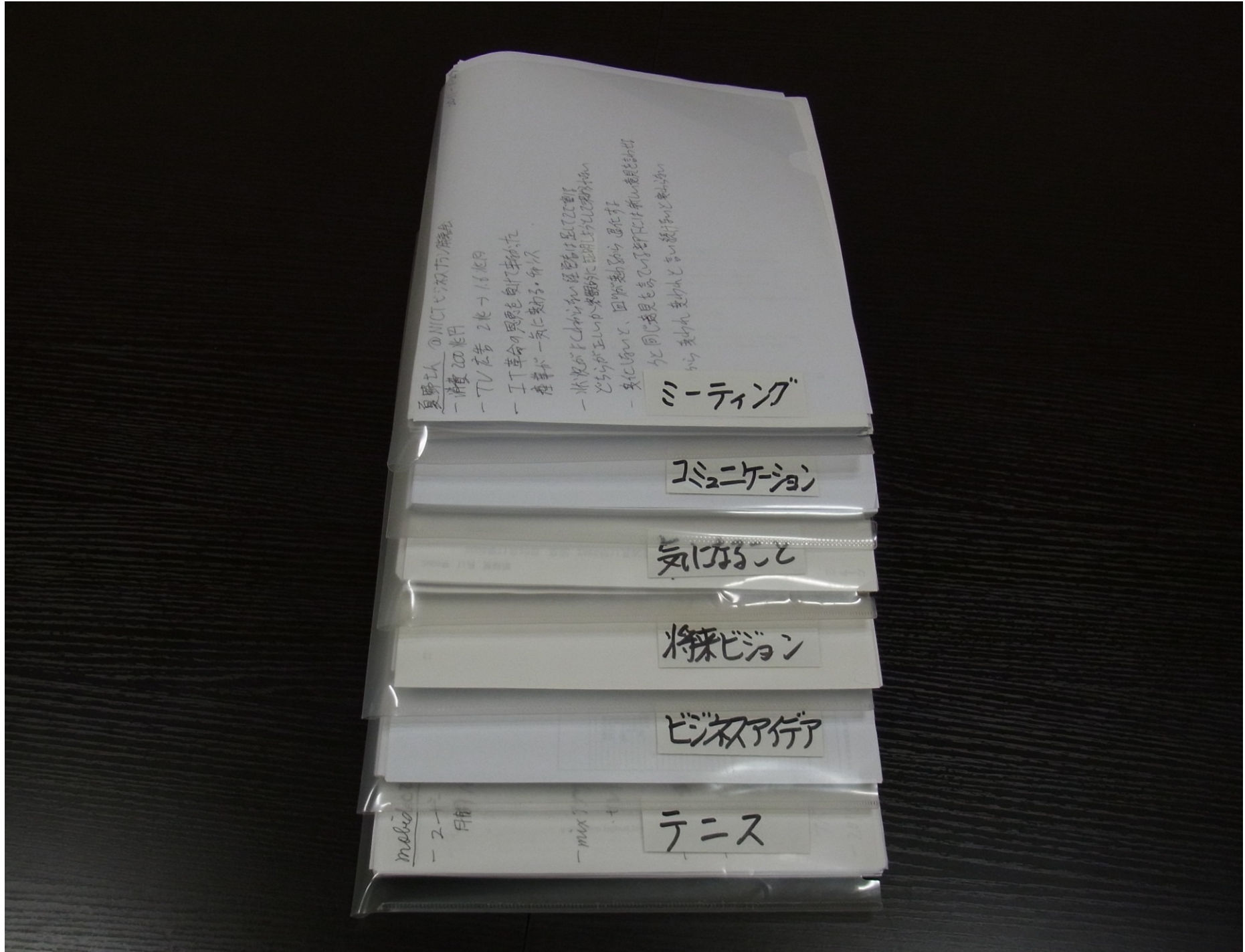
これまでの取り組み

今後

- 30分早く起きて英語の勉強をしようとしたが、結局ほとんどの日は起きない
- 英会話スクールに申し込んだが夜はほとんど残業になってしまい、行けなかった
- 英語のTVドラマを見ようと思ってDVDを買ったが、まだ3回しか見ていない
- スカイプ英会話を一度受けてみようと思って申し込んだが、照れっ子のと面倒くさいのとで続かなかった

- 朝はやはり無理なので、夜家に帰ってから必ず30~45分英語を聴く
- 英会話スクールへの参加はどれも無理なので、土曜か日曜のを探す
- 英語のTVドラマはやはり一番重要なので、何としても毎日一話ずつ見る。週末は二話ずつ
- はげみにあわせてTOEICを毎回受ける

クリアフォルダによるメモ整理



夏野山 @ NICT 双方向接続
- 消費 200兆円
- IT/IT 革命 2兆 → 16兆円
- IT 革命の良薬も自れ事がた
- 産業界 一気に変わる。所以
- 水次がよくなるから経営者は出てくると
- 心から正しいか、業務時に証明してはくれない
- 変化の早いと、回数の多から選定す
- 同じ意見も高くてIT/IT 革命の良薬もた
- から 変わり 変われ 変われ 変われ 変われ

ミーティング

コミュニケーション

気になること

将来ビジョン

ビジネスアイデア

テニス

memo

- 2 -
月

- mix -

クリアフォルダの保存



自分の強み、いいところは？

—

—

—

—

—

なるべく4～6行、
20～30字で

自分の成長課題は？

—

—

—

—

—

なるべく4～6行、
20～30字で

年末までに何をどう変えたいのか？

—

—

—

—

—

なるべく4～6行、
20～30字で

自分はどういう状況だとやる気が出るのか？

—

—

—

—

—

なるべく4～6行、
20～30字で

4. 意識・行動を変えられることができるアイデアメモ、ロールプレイング

自信を持って取り組めなかった経験は ()

1. 自信を持って取り組めなかった経験を詳しく言うと？

-
-
-
-
-

2. 自信を持てなかった理由は何だったのか？

-
-
-
-

3. 自信を持って取り組めなかった結果、何が起きたか？

-
-
-
-
-

4. 他にはどういう不具合を生じたか？

-
-
-
-

自信を持って取り組めた経験は ()

1. 自信を持って取り組めた経験を詳しく
言うとは？

—
—
—
—
—
—

2. 自信を持てた理由は何だったのか？

—
—
—
—
—

3. 自信を持って取り組めた結果、何が起
きたか？

—
—
—
—
—
—

4. 全体としては、何か好循環を生じたか？

—
—
—
—
—

今後、自信を持って取り組み続けるには？

1. 自分はどのようなとき、どのような状況なら少し自信を持って取り組めるか？

-
-
-
-
-

2. どのような事前準備をしておくと、より効果的に取り組むことができるか？

-
-
-
-
-

3. 自分としてさらに自信を深めるには？

-
-
-
-
-

4. 好循環をどんどん生みだし、自信を持って取り組み続けるにはどうすべきか？

-
-
-
-
-

ネガティブな見方をした経験は（ ）

1. ネガティブな見方をした経験とは、どのようなものだったか？

-
-
-
-
-

2. ネガティブな見方をした理由は何だったのか？

-
-
-
-
-

3. ネガティブな見方をした結果、自分の行動をどう変えたか？

-
-
-
-
-

4. ネガティブな見方をした結果、周囲はどう反応したか？

-
-
-
-
-

ポジティブな見方をした経験は（ ）

1. ポジティブな見方ができた経験とは、
どういうものだったか？

—
—
—
—
—

2. ポジティブな見方ができた理由は何
だったのか？

—
—
—
—
—

3. ポジティブな見方をした結果、自分の
行動がどう変わったか？

—
—
—
—
—

4. ポジティブな見方をした結果、周囲はど
う反応したか？

—
—
—
—
—

今後、ポジティブな見方をいつもし続けるには？

1. ポジティブな見方をしやすいのはどう
いう状況、どういうときか？

—
—
—
—
—

2. ポジティブな見方をし続けるには、ど
うすればよいか？

—
—
—
—
—

3. ポジティブな見方をし続けることで自
分の行動がどう変わるか？

—
—
—
—
—

4. ポジティブな見方をし続けると、周囲の
反応はどう変わるか？

—
—
—
—
—

成長できなかったのはどういうときか？ ()

1. 「成長できない」とどういきっかけで思い始めたか？
2. 今振り返ってみると、どのような障害、むずかしい環境があったのか？

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

3. 友人、先輩から何か役に立つ助言はなかったか？
4. 成長できなくて、その後どうなったか？

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

成長できたのはどういうときか？ ()

1. そのときは、どのように成長できたか？

-
-
-
-
-

2. 成長できたのは何が背景だったか？
どういうきっかけがあったか？

-
-
-
-
-

3. 友人、先輩の助言はどのように役立ったか？

-
-
-
-
-

4. 成長して、どういう結果につながったか？

-
-
-
-
-

今後、継続して成長するには？

1. 継続して成長するためには、何を意識し、気をつけるとよいか？

-
-
-
-
-

2. モチベーションを高く維持するにはどうしたらよいか？

-
-
-
-
-

3. 友人、先輩など、周囲をどのように活用するとよいか？

-
-
-
-
-

4. 好循環を生み出し、継続成長につなげるためにはどうしたらよいか？

-
-
-
-
-

ロールプレイング（課題についての取り組みを説明し、励まされる）

ロールプレイングのしかた

- 3人1グループで、本人、その友人、オブザーバー（フィードバック担当）の役割をする
- ミーティングの目的は、本人の課題への取り組み（右記）に対して友人がアクティブリスニングをし、励まし、助言すること
- 実施方法
 - － 近くの人と3人でグループを作る
 - － 1セット4分（ロールプレイング2分、フィードバック2分）
 - － ロールプレイングの主役である本人役の人から説明を始める
 - － フィードバックはオブザーバー役から行う。気づいた点を4～5点必ずメモをしておき、端的に伝える。友人役の人からも伝える。本人役の人から感想を言う
 - － 3人が時計回りで順番に3役を演じる（合計12分）

課題についての取り組み

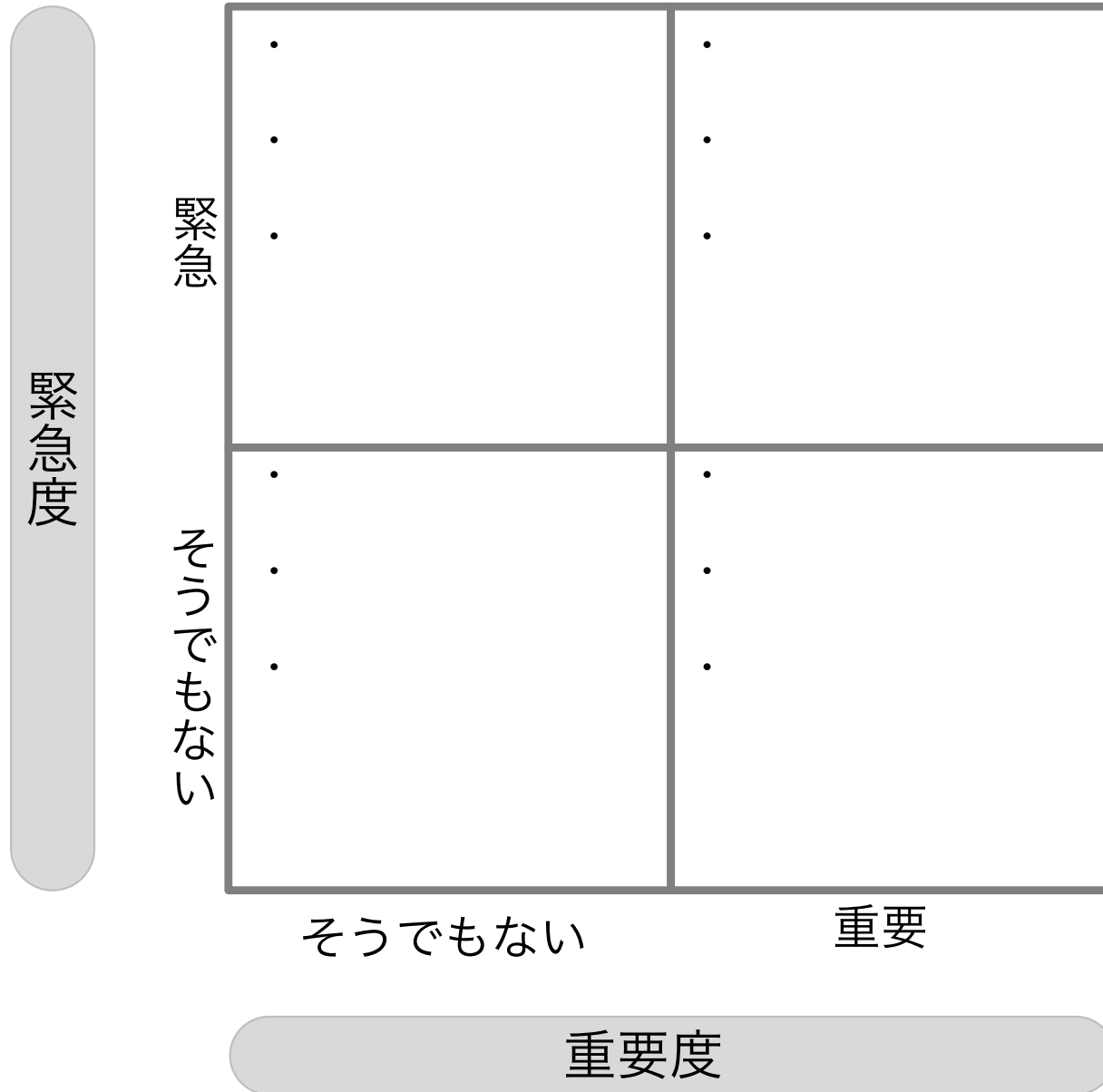
- 今日から取り組みたい課題
 - －
 - －
- なぜ取り組みたいのか
 - －
 - －
- これまでと違うどういう工夫をするのか
 - －
 - －
 - －
- 12月末の具体的なターゲットは？
 - －
 - －

5. 優先順位の考え方

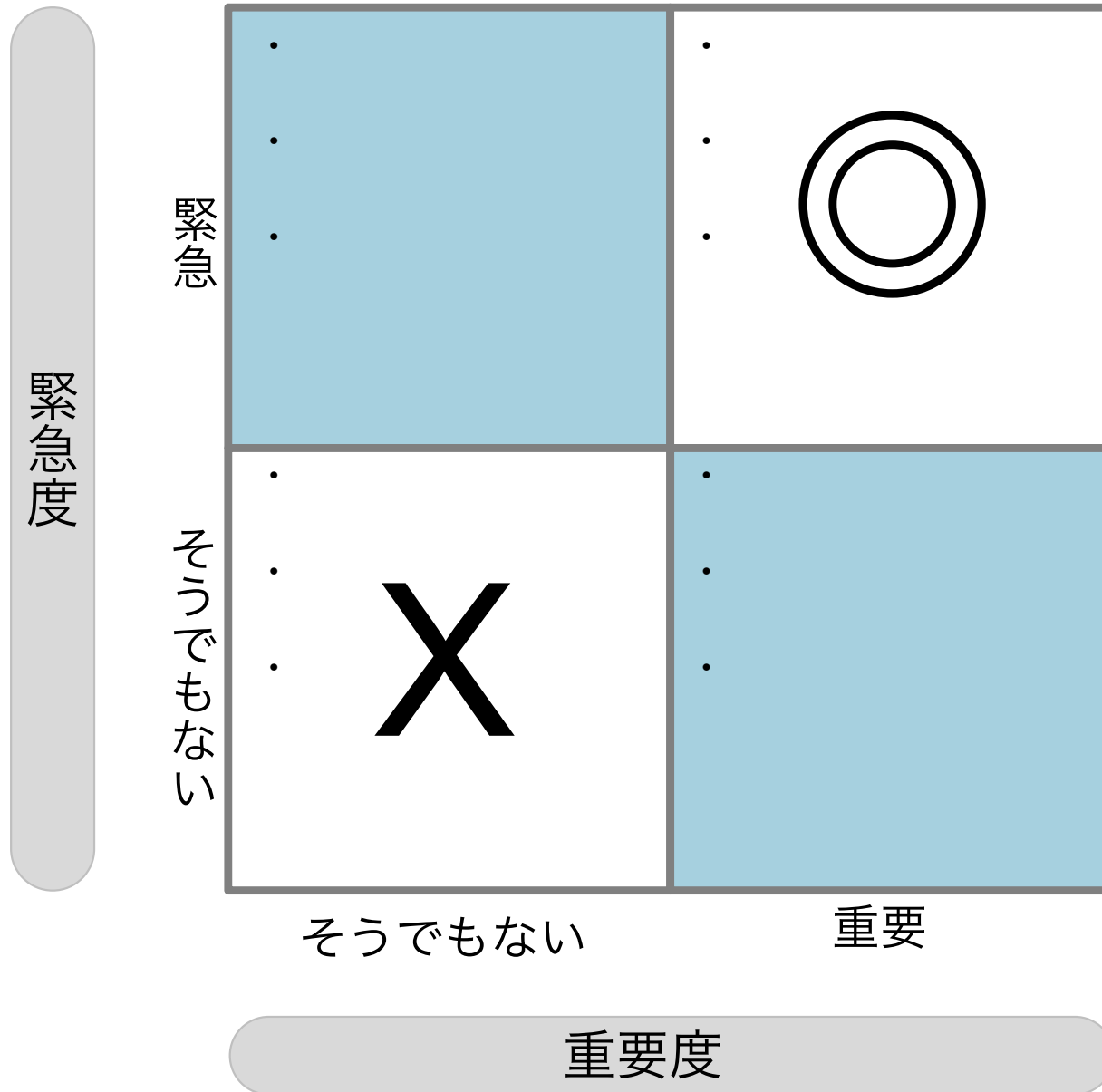
優先順位の考え方

- 優先順位は、通常、「重要度」と「緊急度」から判断します
- 誰でも、「重要で緊急のもの」は無視できず、どんなに忙しくても取り組まざるを得ません
- ところが、「重要であってもそれほど緊急でないもの」は、目先に追われてどうしても後回しになりがちです
- そこにどう取り組むのかが、一番の鍵になります
- お勧めとしては、「あまり重要でないのに緊急なもの」に追われた場合、同じ時間を「重要であってもそれほど緊急でないもの」にかける、というやり方があります。どうも、それ以外になさそうです
- ただ、優先順位通りに仕事が進むことはあまりないので、究極的には、「仕事のスピードを圧倒的に上げることで多くを片付けてしまう」という方法が意外に現実的かもしれないと考えています

優先順位の決め方



優先順位の決め方



6. 好循環を生み出す

好循環、好循環を生み出すとは？

- 「好循環」とは、自分が実現したいことが、複数の追い風を受け、より簡単、確実に実行できるようになることです
- 「好循環を生み出す」とは、自分が打ったいくつかの布石によって好循環を起こし、追い風を吹かせ、ねらいを実現することです
- ただの因果関係ではなく、「いくつかの布石を打っておく」「先手を打つ」「意識的に追い風を作り出す」。その結果によって、さらにもっとよい循環が起きるということですね
- 例えば、
 - 本当にねらっているプロジェクトの前段階として意識して進めた予備プロジェクトの経験で、ねらったプロジェクトが順調に進んだ。信頼できる人も確保できた。その人がいたので、さらに何もかもうまくいった
 - 人脈を意識して作っておいたので、困った時すぐ相談でき、好転した。そのプロセスでさらに強力な人脈を得た
 - 誰かを助けてあげたら、後になって恩返しをされ、想定以上にうまく進むようになった。その結果、その人にもさらにチャンスを提供でき、もっとうまく回った
 - ブログを書いていたら、それを見たメディアから取材され、講演を依頼され、本の執筆を依頼された。その結果、よい仕事が来て、さらに発信する機会を得た
 - ちょっと無理してできるエンジニアを雇ったら、同じように優れたエンジニアをどんどん集めてくれた。その結果、アプリもうまく立ち上がり、さらに人が集まった

好循環に関して思うこと

- 「好循環」への普通の考え方、態度は、「自分が作り出すものではない」「起きる時は自然に起きる」ということだと思います
- 私ももともとそうでしたが、ある時、「好循環はある程度意識して生み出すことができるのでは」と考え始め、なるべくその視点で取り組むようにし始めました
- まだ完全にノウハウ化できたわけではありませんが、効果が大きいので、色々トライする価値があります。なるべく皆で一緒に考えてみたいと考えています
- 「好循環を生み出す」のは、ただの「ラッキー」とは違います。考え、準備していくつか仕込んでおくこと。それが次々に成果を出す状況だと思います
- 「好循環」に近い言葉としては
 - 先手必勝
 - 仕込み
 - 下準備、下ごしらえ
 - 自分にできることは何でもしてあげる → 戻ってくる

好循環を生み出すためのステップ

1. 何を実現したいのか、ターゲットを決める
2. ターゲットの実現を容易にするため、理想的には何が起きると嬉しいか考える
3. その理想的な状況を起こすためには、何が起きるといいのか考える
4. それを実現するため、自分に何ができるのか検討する
5. 直接的メリット、結果を追求するのではなく、2ステップほど離れたところ、2ステップほど手前から考える

好循環を生み出すベースとなる仕事3倍速

書類・資料作成を
スピードアップする

- 頭に浮かぶことをメモ**20～30**ページに吐き出す。それを並べて再構成し、いくつか書き直して、それからパワーポイントにする
- 情報収集は最初に**1時間区切って**気になる言葉で調べまくる。大事そうなものは全部印刷して赤丸をつけておく

メールを素早く書く、返信する

- 「来たメールは即座に返信する」

- **単語登録を200～300個**する
- 「自分が主催できる場合、あるいは社長・上司に進言できる場合、**すべての会議時間の半減**を宣言し、即時実施する

会議時間を半分以下に

- **5分ミーティング、10分ミーティング、15分ミーティング**を多用する
- 議論はホワイトボードを使ってリアルタイムで整理する

スルー力をつける

- 「スルー力（りょく）」をつける（受け流す）
- スルー力は、どうしても避けられない不可抗力が働いている時、心の安定させるために効果的。**いつもいつもスルー力を発揮し**

好循環を生み出すベースとなる情報力強化

①Googleアラートに関心のある言葉を30～50個登録

②毎朝・毎晩、自宅で30分ずつ記事を読む

③できるだけ1台のノートブックPCとし、オフィス・自宅で大型ディスプレイを使用

④毎朝記事配信をしてくれるメルマガを4～5個登録

日経ビジネスオンライン、ダイヤモンドオンライン、東洋経済オンラインなど

⑤Facebook、Twitterのタイムラインに流れる記事を読む

Googleアラート：毎朝指定した時間に配信される

Google アラート - 秋元康	Google Alerts	6:02	Google アラート - カシオ	Google Alerts	6:04
Google アラート - Deep learning	Google Alerts	6:02	Google アラート - シンガポール	Google Alerts	6:04
Google アラート - ロボット	Google Alerts	6:02	Google アラート - AI	Google Alerts	6:04
Google アラート - ファミリーマート	Google Alerts	6:03	Google アラート - 発達障害	Google Alerts	6:04
Google Alert - Panasonic	Google Alerts	6:03	Google アラート - イスラム国	Google Alerts	6:04
Google アラート - Deep learning	Google Alerts	6:03	Google アラート - イスラム教	Google Alerts	6:04
Google アラート - 婚活	Google Alerts	6:03	Google Alert - Autonomous car	Google Alerts	6:04
Google アラート - ethereum	Google Alerts	6:03	Google Alert - connected car	Google Alerts	6:04
Google アラート - メタックス	Google Alerts	6:03	Google アラート - Islamic State	Google Alerts	6:04
Google アラート - panama papers	Google Alerts	6:03	Google アラート - うつ病	Google Alerts	6:05
Google Alert - robotics	Google Alerts	6:03	Google アラート - 人工知能	Google Alerts	6:05
Google アラート - セブンイレブン	Google Alerts	6:03			
Google アラート - 自動運転	Google Alerts	6:03			
Google アラート - 乙女ゲーム	Google Alerts	6:03			
Google アラート - IBM Watson	Google Alerts	6:04			
Google アラート - IoT	Google Alerts	6:04			
Google アラート - パナマ文書	Google Alerts	6:04			
Google Alert - IoT	Google Alerts	6:04			
Google Alert - wearable	Google Alerts	6:04			
Google Alert - robot	Google Alerts	6:04			
Google アラート - ウエアラブル	Google Alerts	6:04			
Google アラート - ブロックチェーン	Google Alerts	6:04			
Google アラート - Blockchain	Google Alerts	6:04			

Googleアラートの個別メール例：AIのケース

AI

毎日更新 · 2016年6月28日

ニュース

グーグルは「AI」で人類の職を奪っていくのか

日経ビジネスオンライン

世は空前の「AI(人工知能)」ブーム。米国の名だたる大手IT企業はこぞって「AI(人工知能)」の研究開発に力を入れている。中でも先頭を行くのは、やはり米...



関係のないコンテンツを報告



ものづくりに特化したAI活用基盤を開発する富士通

ZDNet Japan

富士通は6月9日に、「ものづくり統合支援ソリューション」に、設計・生産現場でAI技術を活用するためのコンサルティングサービスを追加し、10月から提供を開始...



関係のないコンテンツを報告



自動仕訳のAI技術で特許取得--freee

ZDNet Japan

クラウド会計ソフトなどを提供するfreeeは6月27日、中小企業の会計業務を人工知能(AI)で効率化するための研究開発機関「スモールビジネスAIラボ」を創設...

freee、自動仕訳に関する人工知能の特許を取得 - マイナビニュース

freee、自動仕訳に関する人工知能技術の特許を取得 - IoTNEWS (プレスリリース) すべての記事



関係のないコンテンツを報告



好循環を生み出すベースとなる情報力強化

①Googleアラートに関心のある言葉を30～50個登録

⑥ブラウザを最適する（100件表示、別ウィンドウ表示）

②毎朝・毎晩、自宅で30分ずつ記事を読む

⑦あらゆる記事は話半分で読む。必要に応じ、裏取りをする

③できるだけ1台のノートブックPCとし、オフィス・自宅で大型ディスプレイを使用

⑧何でも相談できる相手を上下5世代それぞれ2名、計10名程度確保

④毎朝記事配信をしてくれるメルマガを4～5個登録

⑨アンテナを高く上げる工夫をし続ける。展示会への参加等

日経ビジネスオンライン、ダイヤモンドオンライン、東洋経済オンラインなど

⑤Facebook、Twitterのタイムラインに流れる記事を読む

⑩Gunosy、Smart Newsなどのキュレーションツールは、さっと眺める

7. コーチングとコミュニケーション

コーチング力強化のポイント

- コーチングとは、
 - こうすればうまくできるという素晴らしいノウハウを伝える
 - こうやったらできるという実際の行動を背中で見せる
- コーチングの大前提は、部下に親身になる、関心を持つこと
- 自分がしてほしかったことをする。部下に成長してほしいと本心から思えるか
- 叱るも怒るも同じ。部下は不愉快になるだけ。決してやる気が出るわけではない。上司が感情をぶつけるのは論外
- 部下への接し方、性格・仕事へのスタイル・人生観・世代の違い等へのバランス感覚を身につけるため、何でも相談できる相手を同年齢、5歳年上、10歳年上、5歳年下、10歳下で数名ずつ確保しておく

アクティブリスニング

- 真剣に聞き、大きくうなづく
- 相槌を打つ。「なるほど!」「そうなんですね!」「知りませんでした」「素晴らしいですね!」
- 身を乗り出して聞く
- 疑問に思ったら、**丁寧に、かつあまり遠慮せず**、質問をする。いい質問だと、相手は我が意を得たりと、もっと話してくれる
- **相手が話し出すまで待つ。無理に聞き出さない**
- できれば、メモを取る。メモを取る方がむしろ誠意を感じてもらえる
- 特に大事な人の場合は、時間を意識せず聞き続ける
- **アクティブリスニングこそが問題把握・解決に直結する**

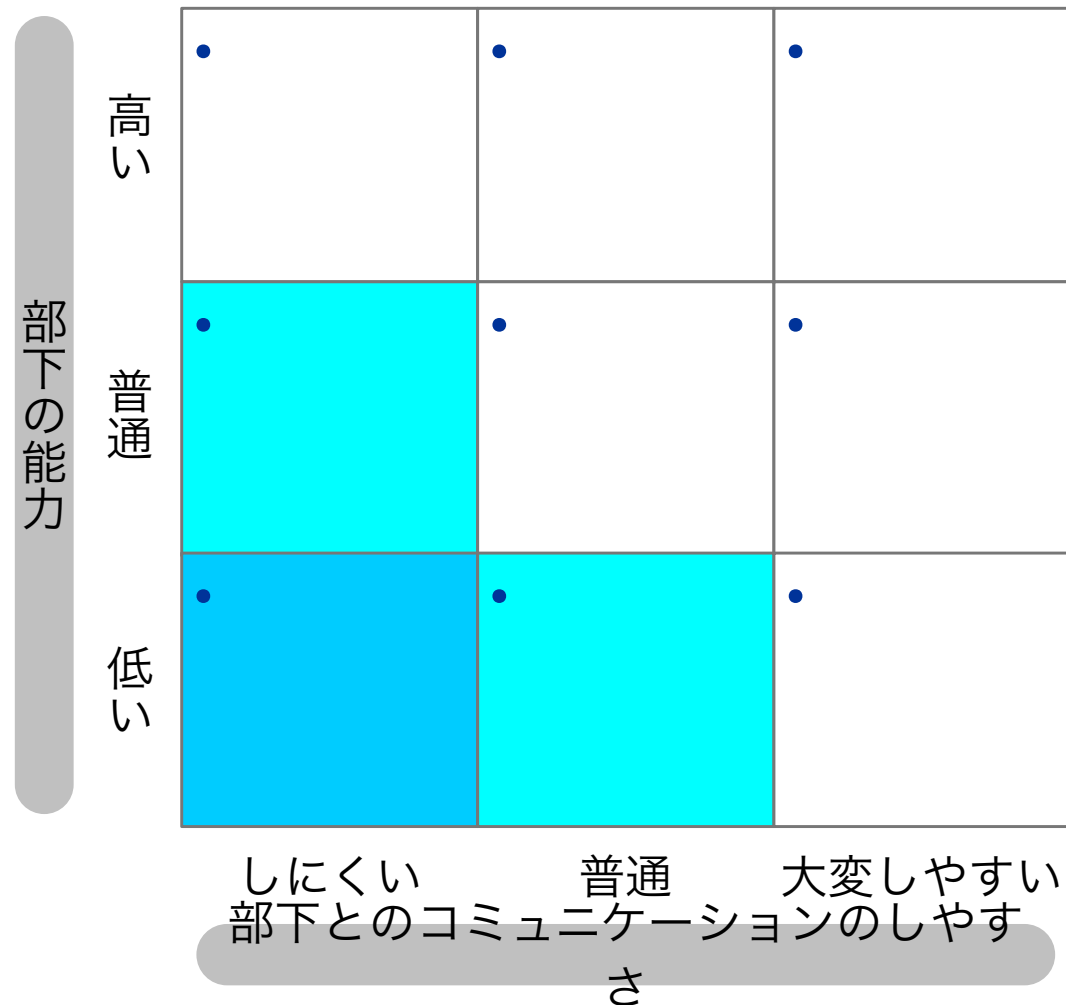
ポジティブフィードバック

- いい結果に対しては、大きく褒める。遠慮、躊躇なく褒める
- どんな小さなことでも褒める。その場で褒める
- 問題指摘、改善内容等は後で伝える。その場は褒めるだけ
- 結果が今ひとつだが努力・プロセスはよい場合、「頑張ったね！」とねぎらう。努力に対してきちんと感謝する
- 結果が悪かった時、「今回はうまくいかなかったが、次はこうすればうまくいくよ。大丈夫だよ」と励ます
- 「このクソ野郎。地獄に堕ちる」ふうのことを絶対に言わない。心の中でも思わない。相手には、こちらの気持ちがすべて伝わる

費用が全くかからず、成果は大。しかも即時。相手には感謝され、すべてが好循環になり、やらない理由が全くない。人としてのマナー

部下への接し方

部下の能力と、部下とのコミュニケーションのしやすさで部下を分類し、それぞれの箱の中に記入。左下に位置する部下への接し方が重要



業績・成長目標合意書

月 日

本人：

氏名

長所（具体的に）

-

今期の業績・成長目標は？

- 業績目標
 -
 -
- 成長目標
 -
 -

成長課題（スキル、スタイル、姿勢上）（具体的に）

-

成長課題に対してどう取り組むか？

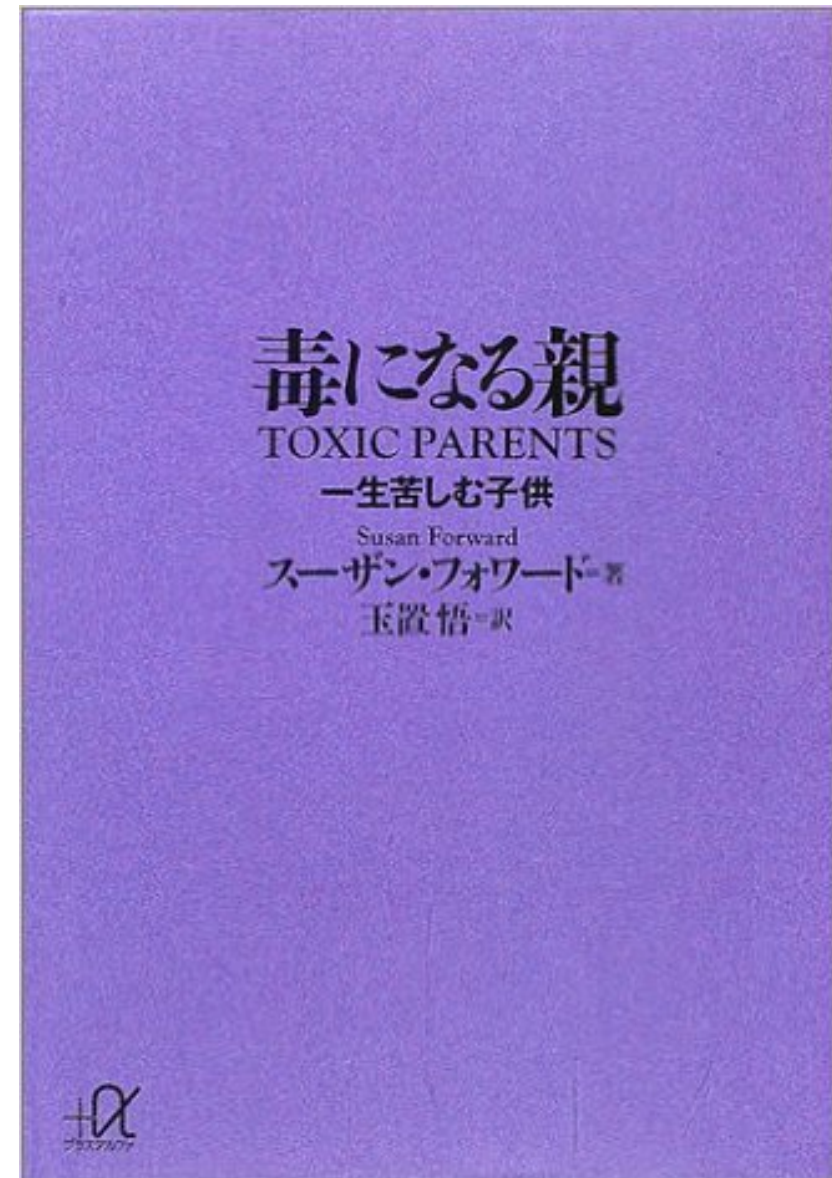
- 本人の取り組みは？
 -
 -
- DL・上司の支援、コーチングは？
 -
 -

人間関係を考える上での必読書

「自分の悩み」 「家族の問題」 「おかしい人対策」



Amazon : <http://goo.gl/RBqPBm>



Amazon : <http://goo.gl/R9xFJ0>

人間関係を考える上での必読書

「自分の悩み」 「家族の問題」 「おかしい人対策」



Amazon : <https://goo.gl/bxBxVI>



Amazon : <https://goo.gl/Wqrujt>

11/22 即断即決、即実行セミナー「人間関係について」

愛着障害、毒親、共依存、アダルトチルドレン、モラハラ夫、パワハラ上司などへの理解も深め、対策についてもカバーします



★ 毎月月末にセミナーを開催 申込：<http://akaba20161122.peatix.com/> 11/22

人間関係について

<http://akaba20161220.peatix.com/> 12/20

業務上の意思決定について

8. いただいた質問について

1. 社会人3年目を迎え、今までにないくらい仕事で先が見えず、不安になり、疲労がたまっているように感じます。どのようにしたら、すっきりと毎日仕事に取り組めるようになりますか。
2. 現在営業職で毎月ノルマを達成すべく行動しておりますが、なかなか数字に表れず自分の行動はいつも間違っているのではないかと自信をなくし、どのように考えて行動をすれば良いのか悩んでいます。地味な努力がしっかり実になるような考え方や、努力の方法をお聞きしたいです。
3. 「もっと自分を高めたい」、「成長したい」と思っているが、まさに、何から取り組めばよいのかわからないので、意志の弱い自分にも取り組むきっかけを与えていただきたいです。
4. 周囲の環境やそのときどきの上司が原因で成長できない、という他責の気持ちを持ちがちです。こうした思考を切り替える方法があれば教えてください。
5. 社会人8年目で仕事にも慣れてきた反面、日々成長を感じる事が少なくなってしまうように感じます。タイムマネジメントも自分しかチェックする人間がいなくなかなか緊張感がなく、モチベーションも上がりません。もっと効率的に仕事できるようにはなりたいのですが、何か工夫できる点はあるのでしょうか？
6. 赤羽さんから見た、女性に対して足りないと感じる思考はありますか？
7. いつも成長しようと頭の中では考えてはいるものの、具体的な行動に移せないまま、毎日が過ぎていきます。忙しい毎日の中でも、成長することはでき。

8. ずっとやりたいことがわからずに、人生過ぎてしてきました。このままじゃいけないと思い、たまに資格の資料を取り寄せたりPCのスキルを上げに研修を受けたりしてますが、結局”最終的に何になりたい”がないままの行動なので、モチベーションが上がらず途中で挫折してばかりです。それでも、何もできない自分は嫌なので、地道に本を読んだり勉強を続けていますが、これに意味はあるのでしょうか？ 楽しくはありません。
9. 悩みすぎても行動してみないとわからないと思い、まずは行動することを試みていますが、そうした場合、自分自身では「場当たりのだな」と思ってしまう。思考と行動の上手なバランスの取り方があれば、是非ご教授いただきたいです。
10. なりたい自分の見つけ方と、それに向けたステップ方法について。そもそもなりたい自分って、明確でない人の方が多い気がしています。
11. 自分のスキルアップに向けて、何をしたいのかわかりません。目標も明確にならないうえ、与えられたものをこなしているという状態です。しかし、女性が働きやすい企業にするためには、自分をもっと上の役職に就かなくてはいけないと思っています。今、何をしたらよいのでしょうか？
12. 経営者が男性で、私がマネジャー、以下女性部下のみ**30**名ほどの職場で管理職として勤務しています。経営者のマネジメントスタイルがトップダウン型で、経営者の理想の社員像と、女性社員の働く意識や考え方との間に大きな隔たりがあり、中間管理職として組織をまとめることに日々格闘しています。経営者も納得する、女性の特性を活かした組織作りと、自身と部下が同時に成長できる具体的な方法についてぜひ知りたいです。どうぞ宜しくお願い致します。

14. 何事も長続きしないのですが、3日坊主で終わらないためには、何をしたら良いのでしょうか？ファーストアクションは出来るのですが、継続ができないのです。
15. 中間管理職（係長）です。現在、課長と担当者（部下）との調整ばかりで自分が成長する機会が全くありません。このような環境下でも成長する方法はありますでしょうか。
16. 将来への漠然とした不安がありますが、それに向けて何が必要か、短期的な目標等がうまく立てられません。目標の立て方、実践方法のアドバイスをいただきたいです。
17. 普段からネガティブ思考が止まらず、いつも自分に言い聞かせて改善を試みるのですがうまくいきません。今回はそういった部分をどのように変えていけばよいのかに重点を置いて学ばせていただきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。
18. 日頃から、迷ってしまい、公私ともに決断できないことが多く、時間がかかってしまいます。即断即決できる人になるためにはどのようなことから始めると良いのでしょうか。
19. 気持ちを長続きさせる方法を知りたいです。目標設定が大まかで、小さな達成感の積み重ねになっていないのが原因ではないかと自分では分析しているのですが、なかなか具体的なアイデアがみつかりません。
20. 頑張っているのに、なかなか陽の目を見ない時の対処を教えてください！

9. 「ちゃぶ台返し女子アクション」のご紹介

ちゃぶ台返し女子アクション



ちゃぶ台返し女子アクション！とは・・・

日本の社会は、自分の意見を気兼ねなく言える機会が少ないように感じます。特に私たち女性は「想いをはっきりと声にできない...」とすることが多いのではないのでしょうか。

例えば、

- ・ 否定されるのが怖い
- ・ 誰かの期待に応えようとしている
- ・ 言いたいことを飲み込んでいる

など...、そんなことはありませんか？

言いたくても我慢して、言葉を飲み込むことを繰り返すうち自信を失い、声を出す方法を忘れ、勇気を出せなくなってしまった人は、結構多いかもしれません。

発起人である私たちも、想いを口にすることを怖いと思っています。だから、「なぜ我慢してしまうのか」「どうすれば乗り越えられるか」についてたくさんの女性と語り合



12/4 <女性限定>自分らしく生きるために一歩踏み出したいあなたに贈るA4メモ書きワークショップ 第2弾

『ゼロ秒思考・行動編』～思いを整理して行動のきっかけとしよう
～ 自分らしく生きるために一歩踏み出したいあなたに贈るA4メモ
書きワークショップ第2弾

主催： ちゃぶ台返し女子アクション

詳細

自分らしく生きるため一歩踏み出したいあなたにお贈りする女性のためのワークショップ
【第2弾！】

9月24日及び10月8日に開催した赤羽雄二氏によるA4メモ書きのワークショップ第1弾は
110名以上の参加者を迎え、盛況のうちに終了。今回は更に一歩踏み出すための実践ワーク
を行なう第2弾「行動編」となります。（女性限定・初めての方も参加可能です）

メモ書きで自分の気持ちを整理してみたら、驚くほど心がすっきりして、自信を持てる
ようになった私たち、「行動編」では実際に自分の次の一歩を探ります。終わった時には
自己肯定感が増し、きっと自分のことが大好きになっています。

☆「WAN助成事業」に選ばれました！

認定特定非営利活動法人ウィメンズ アクション ネットワーク (WAN)

☆ 国際女性会議「WAW!2016サイドイベント」(外務省)に登録しています！

2016/12/04 (日)

14:00 - 17:00 JST

 カレンダーに追加

会場

汐留ビルディング

チケット

【ゼロ秒思考・行動編】 ¥2,000

※コンビニ / ATM でのお支払いは、
2016/12/03 で締め切られます。

チケットを申し込む

申込：<http://peatix.com/event/214089>

- ◆ 「女性らしく」でなく「自分らしく」生きたい
- ◆ 社会で考えられる「女性の役割」を変えたい



「声をあげて世界を変えよう！」キャンペーン&ワークショップ

「思いを整理」し、「声をあげ」、伝えるべきところへ「しっかりと届ける」ことが、生き辛さを軽減し、自分らしく生きる社会実現の最初の一歩であると考えます。

第2回：12月4日

「行動編」*

思いを整理して

行動のきっかけにしよう

第3回：2017年2月5日

「実践編」

行動の結果を共有し、
もう一歩踏み出そう

第1回：9月24日

10月8日

「基礎編」

A4メモ書きで心を
スッキリさせよう

発信のためのインフラ作り

「できた!」、「変わった!」

の声を集めてシェア

Facebook: www.facebook.com/chabujo

Blog: chabujo.hatenablog.com

*WAW!2016 (国際女性会議 World Assembly for Women in Tokyo 2016) 採択

10. “明日の自分”を変えるための の参考図書、セミナー

セミナー紹介：http://b-t-partners.com/?page_id=143

出版図書紹介：<http://b-t-partners.com/akaba/index.php/archives/1028>

どうすれば、自信をつけ成長できるようになるかを提案



- 7/22出版、1万5000部
- 「人は誰でも成長できるのに、そう思っている人は少数」「成長できるといふ自信がない」「どうやったら特に成長できるのかというノウハウ、知恵もあまり共有されていない」という現状を打破したいと思って書きました
- 目次
 - 第1章 成長を妨げる心理的ブロック
 - 第2章 成長できたのはどんなときか
 - 第3章 成長できなかったのはどんなときか
 - 第4章 成長するための出発点
 - 第5章 成長するための7つのアクション

Facebookグループ 『成長思考』 についてのディスカッションにぜひご参加ください



『成長思考』についてのディスカ...

非公開グループ

参加済み ▼ シェア お知らせ ...

ディスカッション メンバー 写真

このグループを検索

投稿する | 写真・動画 | アンケート | その他

何か書く...

メンバーを追加

+ 名前またはメールアドレスを入力...

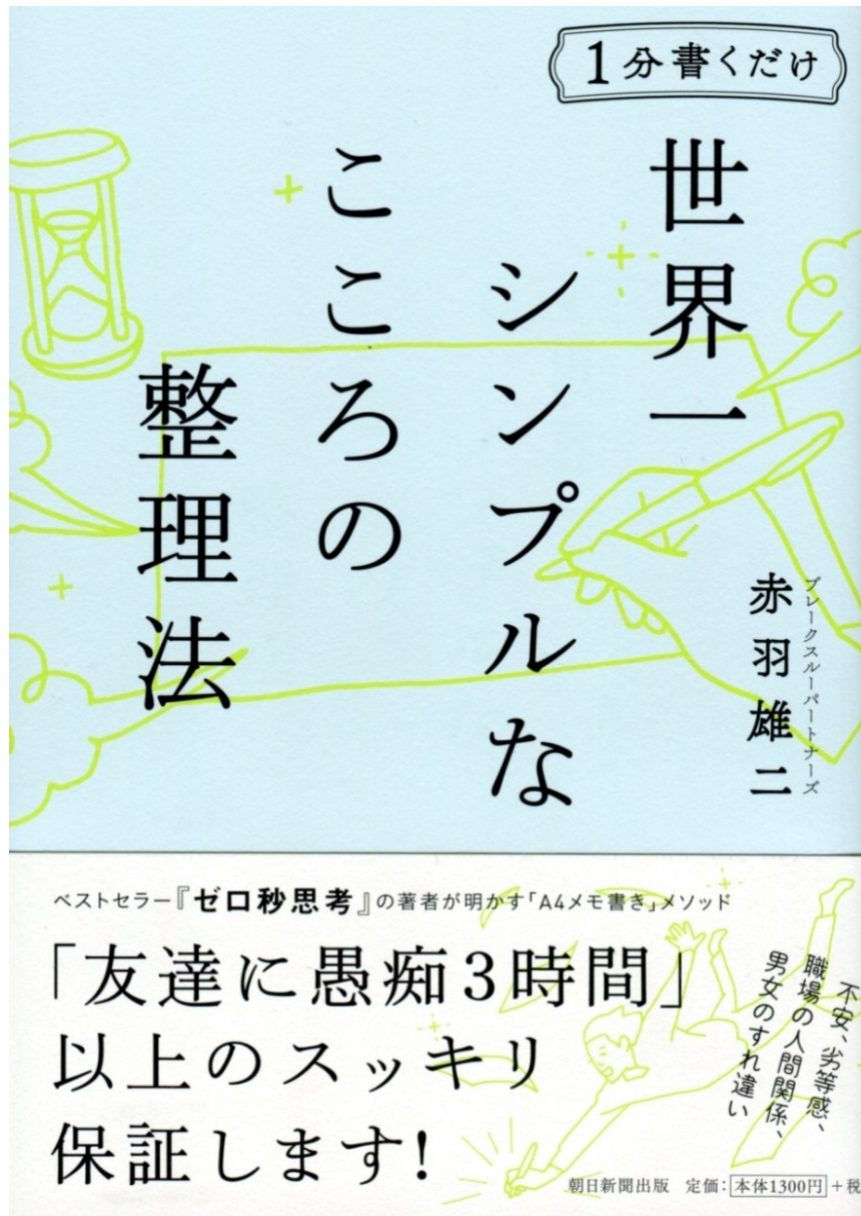
メンバー 1,103人 (新規8人)

もやもやをなくし、頭をよくするA4メモ書き



- 2013年12月出版、12万部
- メモを毎日10ページ書いただけ
 - A4の裏紙を横置きにして
 - 4～6行、各20～30字
 - 1ページ1分で
 - 毎日10～20ページ
 - 思いついた時にさっと書く
- **効果**
 - 迷いが大幅に解消する
 - 自信が生まれる
 - 頭がどんどん整理される
 - 優先順位が明確になる
 - アクションが早くなる
- 中国版（簡体字）、台湾版（繁体字）、韓国版出版。タイ版の出版準備中

心の中のもやもやを素早く整理して、悩みを減らす



- 心の中のもやもやを整理する
 - － 整理すると悩みが大幅に減る
 - － 心の奥底から自信がわいてくる
- 目次
 - － 第1章：毎日のモヤモヤをどう処理していますか？
 - － 第2章：悩むことと考えることは違う
 - － 第3章：世界一シンプル！A4メモの書き方
 - － 第4章：「メモ書き」ところの整理
 - － 第5章：自信のなさを整理する！
 - － 第6章：劣等感を整理する！
 - － 第7章：上司との軋轢を整理する！
 - － 第8章：コミュニケーションのギャップを整理する！
 - － 第9章：異性とのコミュニケーションを整理する！

- **FMヨコハマ ココロヒーリングで2回に渡り紹介**
<http://b-t-partners.com/akaba/index.php/archives/1110>

- 台湾版の出版準備中

自分の考え方に自然な自信を持てるようになるには



- 昨年7月出版、9万部
- 論理的思考、フレームワーク、ロジックツリーの書き方、使い方が非常にわかりやすい、主人公の成長に合わせて自分も成長できそうな気がする、と大好評
- 目次
 - はじめに：なぜ、あなたの企画・アイデアは採用されないのか？
 - プロローグ：マッキンゼーを世界一にした「ロジカル・シンキング」とは？
 - 第1章：「A4メモ書き」で論理的思考は誰でも身につけられる！
 - 第2章：フレームワークで脳内を片づける！
 - 第3章：ロジカル・シンキングで思考を加速する
 - 第4章：「ゼロ秒思考」で問題解決する！
- Amazonの経営学・キャリア・MBA、およびオペレーションズの両カテゴリーで1位
- 台湾版出版

11/17 マッキンゼー式ロジカルシンキング ～A4用紙 1枚で出来るゼロ秒思考～

【実践形式で学ぶ】 マッキンゼー式ロジカルシンキング ～A4用紙 1枚で出来るゼロ秒思考～

講師



<p>1日30分でも 自分を変える 行動読書。</p> <h3>ACTION READING</h3> <p>アクションリーディング</p> <p>東大・スタンフォード卒、マッキンゼーで14年間活躍 「時間がなくて本が読めない」 がなくなる!</p> <p>読書 → 行動 → 未来が変わる</p> <p>赤羽雄二</p>	<p>頭がよくなる 世界一シンプルな トレーニング</p> <h2>ゼロ秒思考</h2> <p>マッキンゼーで 14年間活躍した 著者の独自メソッド</p> <p>赤羽雄二</p> <p>地道なリーダーシップも A4一枚の「メモ書き」で聞えられる!</p>	<p>即断即決、 即実行の トレーニング</p> <h2>行動編</h2> <p>すぐ動けない人への 1つのヒントと 2つのツール</p> <p>赤羽雄二</p> <p>シリーズ累計20万部突破! 行動力もA4一枚の 「メモ書き」で聞えられる!</p>
---	--	--

合理的という言葉を使わない。「なるほど!」と思えばそれで十

分
申込:

http://www.johokiko.co.jp/seminar_medical/AA161127.php

11/22 今の時代を勝ち抜くための「活躍する人材の見抜き方と、成果を出す組織の開発」

【マッキンゼー出身、ゼロ秒思考の著者・赤羽雄二氏が語る】

**今の時代を勝ち抜くための
「活躍する人材の見抜き方と、
成果を出す組織の開発」**

**2016年11月22日(火)
14:00～16:00 @ 東京**

2016.10.26

セミナー

受付中

【マッキンゼー出身、ゼロ秒思考の著者・赤羽雄二氏が語る】
今の時代を勝ち抜くための
「活躍する人材の見抜き方と、成果を出す組織の開発」

申込：<https://saiyo.inte.co.jp/event/2118>

11/23 リーダーシップトレーニング「セルフコンフィデンス」



【全4回特別パッケージ】『ゼロ秒思考』赤羽雄二氏がおくる、**大学生・若手社会人向けリーダーシップ強化ブートキャンプ** ～
2016年も残り半分。コミュニケーション、問題解決力からリーダーシップまで、全4回の講座で自分を鍛えぬく～

第1回 (8/24) : コミュニケーション

第2回 (9/28) : リーダーシップ/ファシリテーション

第3回 (10/26) : 問題解決

2016/08/24 (水)

19:30 - 21:30 JST

 [カレンダーに追加](#)

会場 ※会場は東京都内です。詳細は参加者にのみお伝えします。

チケット

全4回特別パッケージ	¥10,000
------------	---------

※コンビニ / ATM でのお支払いは、2016/08/23
で締め切られます。

第4回 (11/23) : セルフコンフィデンス

頭が真っ白になりそうな時、さらりと切り返す話し方で、交渉に自信を持って臨めるようになる



- 昨年5月出版、1万3000部
- 普段から考える癖をつけておく
- 普段から自分の意見を持ち、発言するようにすると対応力がつく
- 事前に「発言予定メモ」を書き、予行演習しておくことで準備できる
- 論理的かどうかは全然気にしなくてよい
- 質問にはできるだけ即答する
- 怒っていたら、まずは全部聞く

● 台湾版出版
Facebookグループ：<https://www.facebook.com/groups/521353454670659/>

すべての仕事を**3**倍速く、情報収集力も ネットとリアルの活用で大幅に強化

速さは全てを 解決する

『ゼロ秒思考』の仕事術

SPEED

マッキンゼーで14年間
活躍した著者が明かす
仕事のスピードを極限まで
上げる哲学とノウハウ

赤羽雄二
フレイクスルーパーパートナーズ

ダイヤモンド社

- 昨年1月出版、9万部
- 仕事を限界まで速くするためのノウハウを徹底的に説明
- 目次
 - 第1章：速さは全てを解決する
 - 第2章：スピードを上げるための8つの原則
 - 第3章：思考のスピードを上げる具体的な思考法
 - 第4章：スピードと効率を極限まで上げるノウハウ
- 台湾版、韓国版出版。中国版の出版準備中

フレームワークとオプションで即断即決、即実行を

即断即決、
即実行の
トレーニング

行動編

ゼロ秒思考

ダイヤモンド社

赤羽雄二
フレームワークパートナーズ

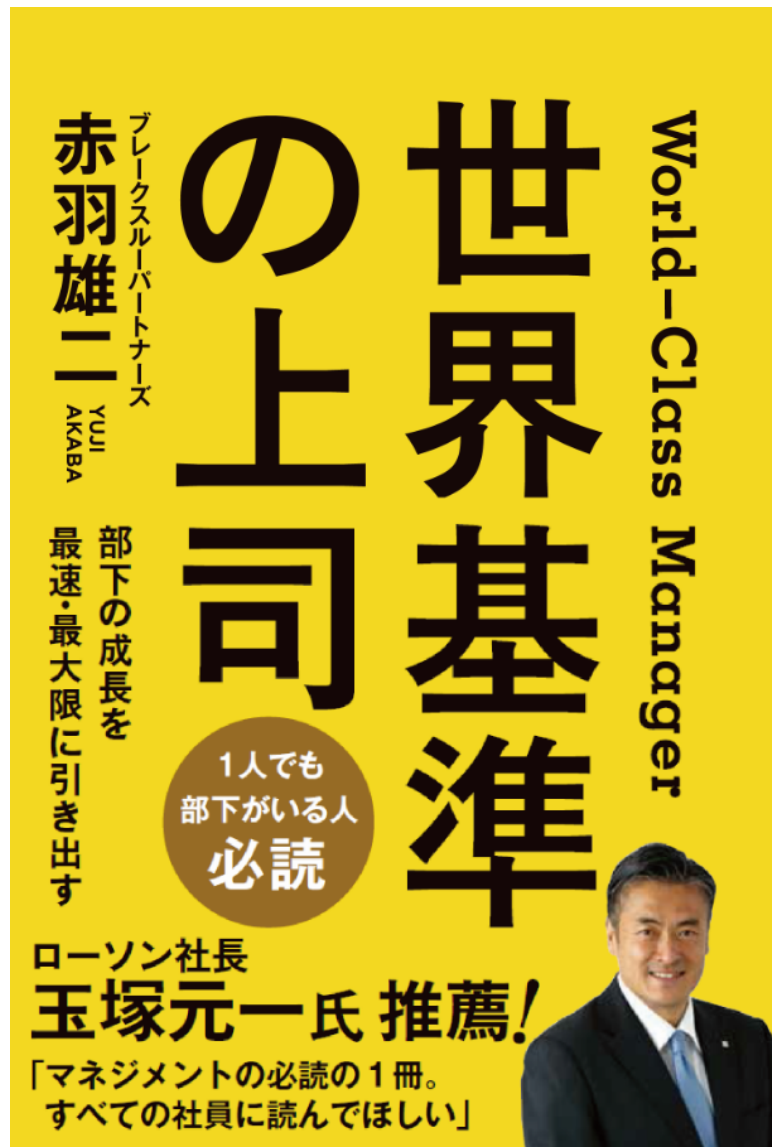
すぐ動けない人への
1つのヒントと
2つのルール

シリーズ累計20万部突破!
行動力もA4一枚の
「メモ書き」で鍛えられる!

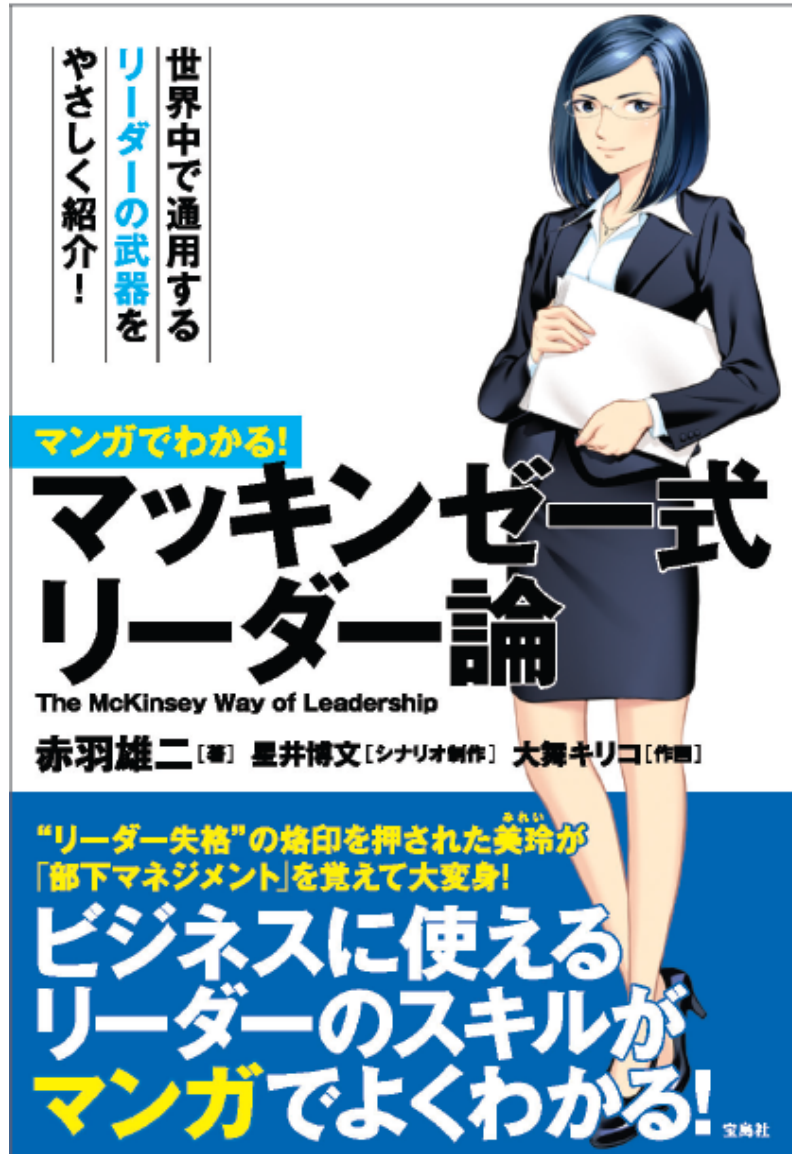
- 1/15出版、1万6000部
- 全体観を持つと即断即決、即実行が可能となる
 - － 2x2フレームワークで物事を整理し、
 - － オプション評価で複数案の評価を客観的に行う
- 毎月1回、ダイヤモンド社で著者セミナーを実施中
- 台湾版の出版準備中

部下を一人でも持ったら「世界基準の上司」を

- 上司がどうあるべきか、どうやって部下に接し、育てるべきかを詳述
- 多分、日本で最も体系的、かつ詳しい、画期的な上司マニュアル。世界でも
- 目次
 1. 世界基準で活躍する上司になる
 2. 部下と協力関係を築く
 3. 部下に具体的な指示を出す
 4. チームから最大の成果を引き出す
 5. 部下とのコミュニケーションを取る
 6. 部下をきめ細かく育成する
- 中国版出版

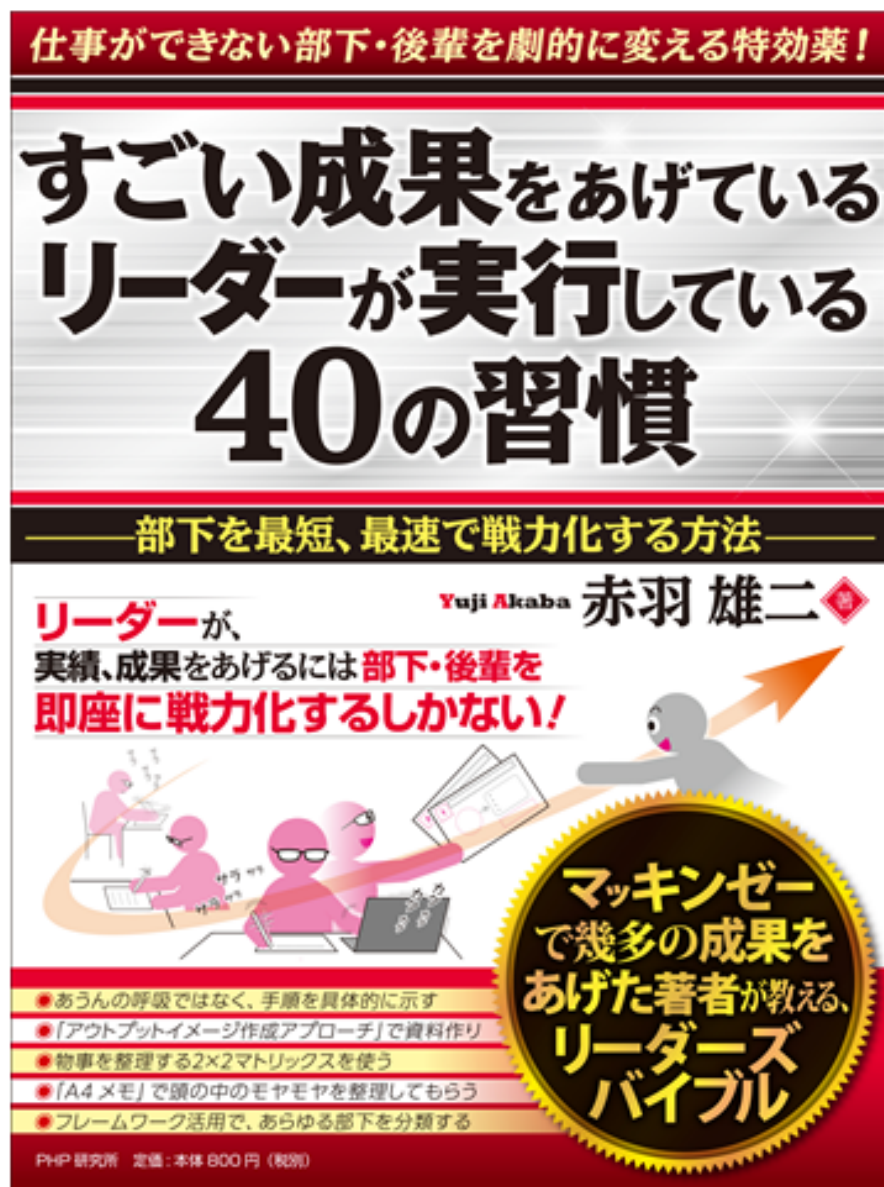


部下マネジメントにより、上司・リーダーが活躍！



- 4/8出版、初版3万部。コンビニ3社でも発売。すでに4000部増刷
- 目次
 - 第1章 アクティブリスニング
 - 第2章 ホホワイトボード活用術
 - 第3章 アウトプットイメージ作成
アプローチ
 - 第4章 業績・成長目標合意書で行う
部下マネジメント
- “リーダー失格”の烙印を押された美玲が部下マネジメントを覚えて大変身！

仕事ができない部下・後輩を劇的に変える特效薬！



- 6/22出版、初版2万2500部。大手コンビニおよびAmazonで発売
- ムック版
- 目次
 - 第1章：リーダーは仕事のプロセスを明確に伝える
 - 第2章：リーダーはポジティブさで部下を動かす
 - 第3章：なぜか部下が伸びる上司とは
 - 第4章：リーダーは自分を高めてこ

行動し、成長するための読書の方法を提案

1日30分でも
自分を変える
行動読書

ACTION READING

アクションリーディング

東大・スタンフォード卒、マッキンゼーで14年間活躍
「時間がなくて本が読めない」
がなくなる!

本を实践する「チャレンジシート」ダウンロード付

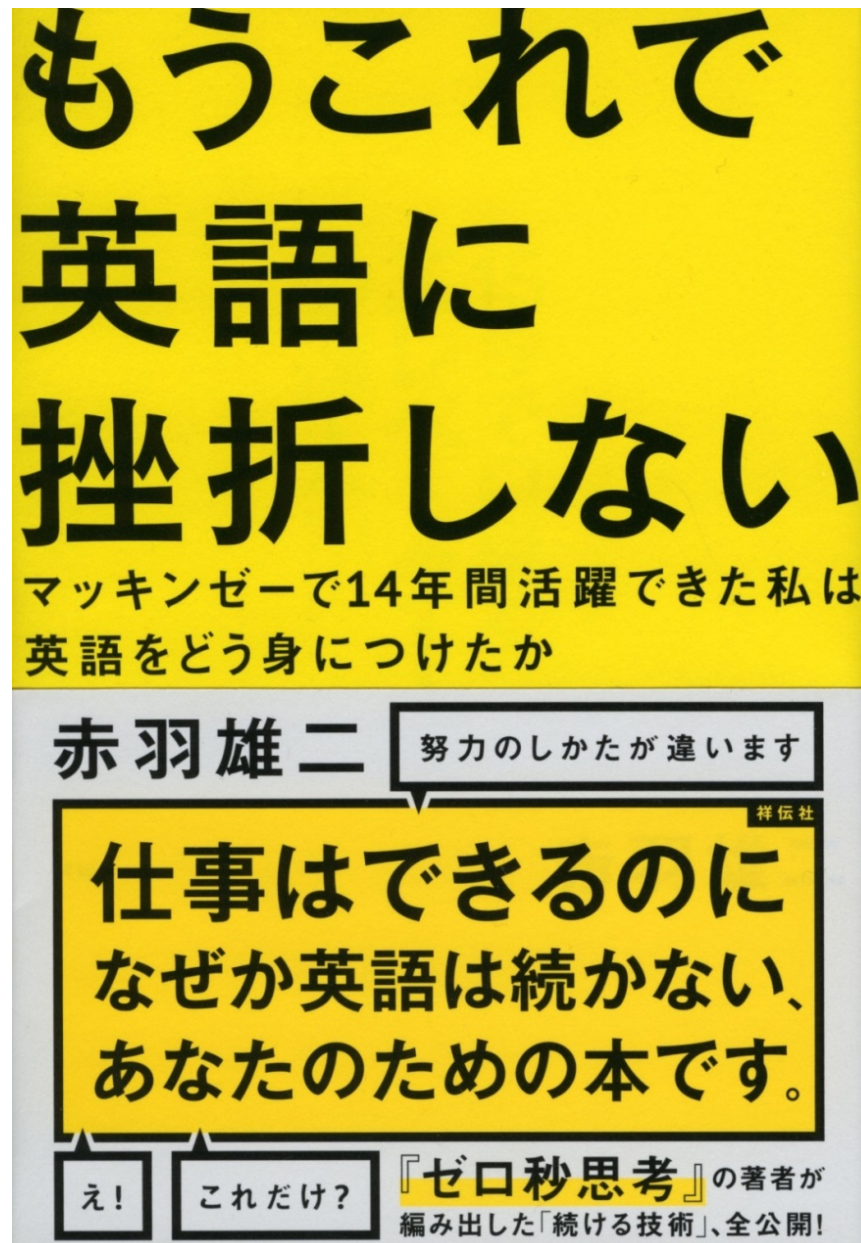
読書 + 行動 = 未来が変わる

著者累計40万部!
「ゼロ秒思考」著者による
ネット時代の
“新読書習慣”

赤羽雄二

- 5/25出版、1万2000部。すでに6000部増刷
- 本は最小限読む。本を読む時間を制限する
- 積読をしない。「買ったなら読む。読めないなら買わない」
- 本を読みながらノートを取らない
- 本を読むよりアウトプットを重視
- 本を読んだらチャレンジシートに書いて新たな行動を宣言する

挫折せずに英語をものにする方法を具体的に提案



- 3/31出版
- 英語の「勉強」を続けることは、ほとんどの人にとっては無理
- 大好きな分野、関心の強い分野でどんどん情報収集をすることを通じて、英語を使う、慣れる
- 仲間を作って一緒に楽しむ
- 3ヶ月勉強したら、1ヶ月休む
- 中国語版の出版準備中

11/24 「二度と英語に挫折しない会」 第2回オフ会

二度と英語に挫折しない会第2回オフ会

詳細

『ゼロ秒思考』などのベストセラーで知られる赤羽雄二さんが、初めての英語の本を上梓されました。

『もうこれで英語に挫折しない』（祥伝社刊）です。

世界的コンサルティング会社マッキンゼーで14年間活躍した赤羽さん。

マッキンゼー入社直後は、実はあまり英語が話せなかったそうです。

特に、誰かが話している際に割り込む、といったことはどうていけないレベル。

しかし、マッキンゼーソウルオフィスゼロから立ち上げ120名強に成長させる過程で、英語力も否応なく急激に伸びました。

そんな赤羽さんだけに、日本人の英語の現状には強い危機感を抱いています。

「日本人は、本当は英語ができるのに話さないだけ」

「日本人は自意識過剰。うまく話そうという心理的ブロックが強い」

「ハングリー精神がなさすぎる」.....

英語のできない日本人の問題を徹底的に分析し、さらに自身の経験を踏まえて

「英語を続ける技術」を編み出しました。

それを書籍にした『もうこれで英語に挫折しない』では、

英語に挫折しないためのさまざまなノウハウを紹介していますが、

その中に「Facebookを使って仲間を作る」というのがあります。

その実践として、赤羽さんご自身がFacebookに「二度と英語に挫折しない会」グループを作りました。すでに2000人以上が参加されていて、英語学習についての情報交換や勉強の進捗などをネットでやり取りしています。

2016/11/24 (木)

19:00 - 21:00 JST

 カレンダーに追加

会場

祥伝社会議室

チケット

自由席 ¥1,000

※コンビニ / ATM でのお支払いは、
2016/11/23 で締め切られます。

チケットを申し込む

 売切・販売終了前に通知

会場住所

東京都千代田区神田神保町3-3 日本

会場アクセス

地下鉄九段下駅6判出口から徒歩3分。神保町駅A1番出口から徒歩徒歩2分。



申し込み：<http://peatix.com/event/214680>

事業計画作成： 想いを7日間でいったん形にする

1週間で作り上げる短期集中プログラム

7日で作る

事業計画書

CD-ROM付

マッキンゼーで14年にわたり経営改革と新事業創出を牽引し、さらに14年間ベンチャー共同創業・支援を続けてきた実績がここに結実。短時間で深く思考し、多方面から仮説検証を繰り返し、説得力ある内容に高める。

赤羽雄二 著
ブレークスルーパートナーズ

成功確度を上げる 事業計画を最速で作る

- 思いついたアイデアを深められない時
- どうすれば儲かるビジネスにできるかわからない時
- 顧客ニーズをうまくまとめられない時
- どこから始めたらいいかわからない時

山積する問題を速攻解決!



- 頭に浮かぶものを全部メモに書き出す (50～100ページ)
 - それをざっとまとめる
 - 手書きのまま、顧客候補にインタビューしてみる
 - 新たな発見を入れ、パワーポイントに落とし込む
 - プレゼン練習もしてみる
 - そうすると課題が見え、アイデアが湧いてくる
- 7日で事業計画第一版ができ、次に何をすべきか見えてくる
- 社内の新事業でも、起業でも、**SOHO・個人事業主**でも
- スキルアップ、情報力強化等について詳しく解説

前向きになれず困っている人でも、前向きになる習慣



- 前向きになれずに困っている人に
 - 前向きになる習慣を詳しく説明
 - 前向きになり、実行できるように
- 目次
 - 序章：頭を前向きにするメモ書きの習慣
 - 第1章：日本の危機
 - 第2章：なぜ考えないのか
 - 第3章：即断即決し、行動する習慣
 - 第4章：人は誰でも前向きに考える力がある
 - 第5章：実行できる人になる
 - 終章：前向きに考え、生きてみる

個人向けコンサルティング

リーダーシップを強化し成長したい方へ。特に、本気で成長しようと努力しているのに、壁に当たっている方のブレークスルーを強力に後押しし、自力で道を切り開く方法をきめ細かく助言します

- 対象者
- 20～60代で、リーダーシップを強化し、成長したい方
 - 特に、本気で成長しようと努力しているのに、壁に当たっている方
 - 役員、部課長で、もっと活躍したい方
 - キャリアチェンジに悩まれ、本気で生まれ変わりたい方。定年退職前に自立したい方
 - 前向き、ポジティブな思考を身につけたい方。頭の中のモヤモヤを解消したい方
 - もっと自信を持って生きたい方
 - 「どんなに努力をしてもいいから最速で成長したい」と考えている方
 - 「ゼロ秒思考」を読まれたり講演に参加された上で、個別の助言を求めておられる方
 - 留学に向けた準備をしたい方

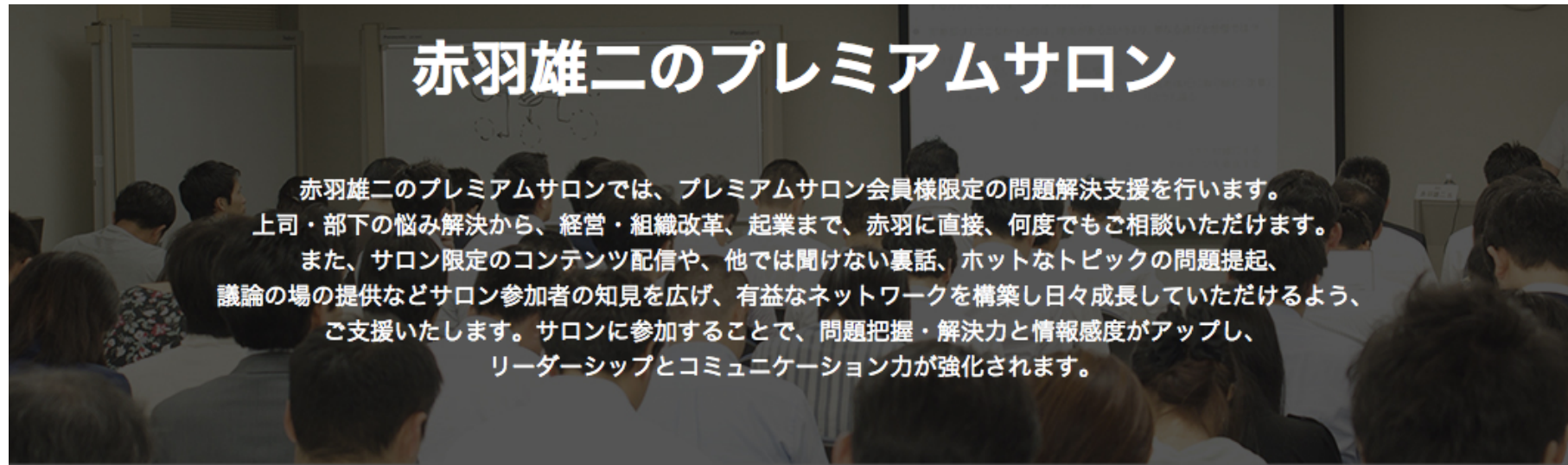
- 部下育成に悩まれている方
- コミュニケーション上の悩みを解決したい方
- 関係を悪化させずに言いたいことを遠慮なく言えるようになりたい方
- 誰にも相談できないプライベートな悩みを解決する糸口を少しでも探したい方

- 受講された方の声
- 「躊躇していましたが、明確なアドバイスをいただき、もやもやが消えました」
 - 「お話をお伺いし、助言していただきとても楽になりました」
 - 「外から見た意見をストレートに行っていただけで、やっぱりそうだったかと、目が覚めました」
 - 「一般的な世間のコーチングでは到底たどりつけない解を得られました」
 - 「今までも情報収集は積極的にしていたつもりでしたが、いかに偏った範囲でしか物事を見ていなかったのだなと痛感しております」
 - 「昨日はありがとうございました！赤羽さんの面談は私の人生を大きく変えてくれます！」

概要

- 15万円＋消費税/1時間。その後、メールでのご質問には何度でも即答します
- お問い合わせ・お申し込み：<http://www.b-t-partners.com/consultant/> まで

上司・部下の悩み解決から、経営・組織改革、起業、キャリア・人生相談まで、何でも相談できるオンラインサロンを開始



About

プレミアムサロン
とは

有料会員限定のオンラインサロン

参加者の皆様が抱えている、起業、ベンチャー経営、経営・組織改革や新事業開発に関する悩み、上司や部下との関係についての悩み、スピード・スキルアップのアドバイスなどを、Facebookのクローズなグループもしくはメールにて赤羽本人が直接、何でも承ります。グループはメンバー以外は閲覧できないものです。

お申し込み：<http://www.b-t-partners.com/salon/>

- Facebook上のクローズなグループ（会員限定のFacebook秘密のグループ）でのオンラインサロンです
- Facebookグループ上、あるいはメールで自由に相談していただけます
- 月1回、懇親会を開催します（プレミアムサロン会員のみ。参加無料、飲食代は別途） **4月は4/25（月）**
- 月額会費1万円＋消費税

主な講演資料、ブログ

- スライドシェアでの講演資料アップ：<http://www.slideshare.net/yujiakaba/presentations>
- 事業計画作成とベンチャー経営の手引き：<http://www.slideshare.net/yujiakaba/ss-7021997>
- ベンチャー人材確保ガイドライン：<http://www.slideshare.net/yujiakaba/ss-8854374>
- 経産省イノベーション環境整備研修 最新のベンチャー起業環境と課題：<http://www.slideshare.net/yujiakaba/ss-32714627>
- リーンスタートアップ時代の事業計画作成、資金調達とサービス開発：<http://www.slideshare.net/yujiakaba/ss-16717087>
- 大企業の経営改革とベンチャーの活性化で日本を再び元気に：<http://www.slideshare.net/yujiakaba/ss-16751751>
- ブレークスルーキャンプ決勝プレゼン大会：<http://www.slideshare.net/yujiakaba/2011-9466238>
- 全国VBLフォーラム第5回基調講演：<http://www.slideshare.net/yujiakaba/5vbl>
- クリーンテックベンチャー：<http://www.slideshare.net/yujiakaba/ss-8973633>

- 現代ビジネス「ソーシャライズ！」でのブログ <http://gendai.ismedia.jp/category/akaba>
 - 日本が変わった：<http://gendai.ismedia.jp/articles/-/31677>
 - 大企業が変われない理由：<http://gendai.ismedia.jp/articles/-/31888>
 - リーンスタートアップの最新事情：<http://gendai.ismedia.jp/articles/-/32038>
 - SXSWが世界を動かす：<http://gendai.ismedia.jp/articles/-/32138>
 - 大企業の改革と新事業立ち上げへのヒント：<http://gendai.ismedia.jp/articles/-/33705>
 - 素早い仮説構築・検証・修正による商品開発 実践的リソースアップ：<http://gendai.ismedia.jp/articles/-/36828>
 - 経営改革を進めるには7つの鍵を同時に開けること：<http://gendai.ismedia.jp/articles/-/36859>
 - 経営改革を進める第1の鍵：ビジョンと戦略の変更、全社員への浸透 <http://gendai.ismedia.jp/articles/-/41111>
 - 経営改革を進める第2の鍵：既存事業の抜本的改善-詳細なターゲット設定と厳しい進捗管理 <http://gendai.ismedia.jp/articles/-/41122>
 - 経営改革を進める第3の鍵：複数の新規事業立ち上げ-リーンスタートアップ <http://gendai.ismedia.jp/articles/-/41205>
 - 経営改革を進める第4の鍵：高度な経営支援能力の構築-経営改革推進チームの設置と実践トレーニング <http://gendai.ismedia.jp/articles/-/41230>
 - 経営改革を進める第5の鍵：幹部人材の把握と業績・成長目標の設定、成長への取り組み-人材開発委員会 <http://gendai.ismedia.jp/articles/-/41278>
 - 経営改革を進める第6の鍵：部下育成への意識づけとノウハウ共有-上司・部下の意識・行動改革 <http://gendai.ismedia.jp/articles/-/41460>
 - 経営改革を進める第7の鍵：コミュニケーション改善-ポジティブフィードバック、アクティブリスニング 徹底 <http://gendai.ismedia.jp/articles/-/41483>
 - 40歳からのネクストチャレンジ！ --セカンドキャリアのための戦闘力アップ講座第一期を終えて <http://gendai.ismedia.jp/articles/-/40147>

 - 決定的に広がる日米製造大企業の競争力！：<http://gendai.ismedia.jp/articles/-/39584>
 - 今後の技術・産業動向を占う10のキーワード【前編】：<http://gendai.ismedia.jp/articles/-/39591>
 - 今後の技術・産業動向を占う10のキーワード【後編】：<http://gendai.ismedia.jp/articles/-/39594>
 - 米国の優れた起業・イノベーション環境と日本の挽回策を整理する：<http://gendai.ismedia.jp/articles/-/39600>

- 日経ビジネスオンラインでのインタビュー記事
 - 日本の大企業が再び輝きを取り戻すには：<http://business.nikkeibp.co.jp/article/interview/20121112/239314/>
 - 日本企業を襲う「自分のアタマで考えない」病：<http://business.nikkeibp.co.jp/article/interview/20140324/261629>
 - 大企業の経営者の悩みが新人課長の悩みと同じになっている理由：<http://business.nikkeibp.co.jp/article/interview/20150420/280187/>

赤羽雄二 略歴

- 東京大学工学部を1978年3月に卒業後、コマツで建設現場用の超大型ダンプトラックの設計・開発に携わる。1983～1985年、スタンフォード大学 大学院に留学（機械工学修士）
- 1986年、マッキンゼー入社。経営戦略、組織設計、マーケティング、新事業立ち上げなどのプロジェクト多数を14年間にわたりリード。うち、1990～2000年の10年間、マッキンゼーソウルオフィスを立ち上げ、韓国のトップグループの経営改革を推進
- シリコンバレーのベンチャーキャピタルをへて、2002年、創業前、創業当初からの非常にきめ細かな支援を特徴とするブレイクスルーパートナーズ株式会社を森廣弘司と共同創業し、「日本発の世界的ベンチャー」を生み出すべく、多方面で活動中。中堅・大企業の経営改革、経営幹部育成、新事業創出にも深く関わっている
- 学生向けアプリ開発コンテスト、ブレイクスルーキャンプ2011、2012 Summer 企画・運営。主要な学生向けビジネスプランコンテストでは、基調講演、審査員、メンター等を務める
- 米Fenox Venture Capitalアドバイザー
- 経済産業省「産業競争力と知的財産を考える研究会」、総務省「ITベンチャー研究会」委員、「ICTベンチャーの人材確保の在り方に関する研究会」委員、「事業計画作成支援コース」の企画立案および講師、「事業計画作成とベンチャー経営の手引き」著者
- 東京大学工学部「産業総論」、電気通信大学「ベンチャービジネス特論」、北陸先端科学技術大学「ベンチャー創出論」講師
- NEDO 技術委員、SUI（スタートアップイノベーター）事業カタライザー
- 講演多数：www.b-t-partners.com

今日の感想、発見、質問等を akaba@b-t-partners.com まで
お送りいただくと嬉しいです。

1. 今日の感想、発見
2. 今日から何をどう変えるか
3. 今日でわかりにくかったこと、質問内容
4. それ以外になんでも

名刺交換もよろしくお願いします。名刺には**gmail**等のアドレスも手書きで表側に記載していただければありがたいです。過去のセミナーに参加された方も改めてお願いします。

いつでも、何でもご相談ください。すぐお返事します。

最後にお願ひ

- ブログを書いておられる方は、今日の感想等をアップし、Facebook、Twitter等でシェアしていただければ非常に嬉しいです
- ブログを書かれない方も、できればFacebook、Twitter、LINE等で共有してくださいね
- さらに、口頭でも、1人でも多くのご友人、後輩の方々に伝えていただければ嬉しいです
- 皆さんの会社、コミュニティで70人以上集まった場合は、全国どこにでも講演にお伺いできると思います