

人生を変える 単純なスキル

SEVEN SIMPLE
DEEP SKILLS.

1 SPEED
すぐやる

2 AWARENESS
自分を知る

3 EXPERIENCE
経験を稼ぐ

4 EMPATHY
相手を知る

5 COMMUNICATION
上手く伝える

6 ABILITY
実力を発揮する

7 TRUST
信頼を得る

豊田圭一

S E V E N
S I M P L E
B U T
V I T A L
S K I L L S.

KEIICHI TOYODA

はじめに

社会人3年目の冬、スキルも知識も経験もなかった私が、先輩2人に誘われて最初の起業をしてから25年が過ぎました。

思い返せば、最初の起業はなかなかうまくいかず、低空飛行の期間も長かったので、「自分の将来は大丈夫なのだろうか？」と不安を抱えていた20代後半から30代前半でした。

そして、このままではダメだと、少しずつ活動の幅を広げていった30代半ば。情報サイトの留学ガイドになったり、起業をした留学事業だけではなく、海外携帯のレンタル事業を立ち上げたり、SNS開発会社を立ち上げたりもしました。

そして、30代後半からはビジネス書を出すことができるようになったり、40代前半にはそれまでの経験を踏まえて新たな分野で起業をし、現在はグループ会社が8ヶ国

で事業を展開すると同時に、日本の企業から人材育成を請け負って、主にアジアの新興国で海外修羅場体験と呼ばれる研修を提供しています。

また、一昨年にスペイン（マドリード）の大学院IEでリーダーシップのエグゼクティブ修士号を取得したのですが、これもまた、今の私にとっても大きな影響を与える経験になりました。

世界のトップビジネススクールが提供する「世界最先端のリーダーシップ」のプログラムということで、16ヶ国から集まった22人のクラスメイトの大半は、CEO、COO、CFO、ゼネラルマネージャー、シニアコンサルタント、プロフェッサーという肩書きの30代後半から50代半ばのエグゼクティブ・リーダーたちばかり。そんな彼らと切磋琢磨したことで、世界のリーダーたちのレベルを知り、自分の立ち位置や強みを知ることができましたし、この経験がきっかけとなって、リーダーシップについての研究を深めるようになりました。

紆余曲折の25年間でしたが、本当に様々な経験をさせていただきました。

本書では、私自身が試行錯誤しながら仕事に取り組んできた経験、いろいろな事業に挑戦してきた経営者としての経験、この7〜8年間、約100社の1500人以上のビジネスパーソンに研修を実施してきた経験、世界を飛び回りながら様々なビジネスパーソンやビジネスリーダーたちと接してきた経験などを踏まえて、仕事で成果を出すだけでなく、人生を豊かにするために大切な考え方ややり方を書いたつもりです。

20代だろうが50代だろうが年齢はまったく関係ありません。そして、業種や職種も関係ありません。すぐに実践できることもありますし、中には常に意識をすることで徐々に力になるものもあるでしょう。でも、これらの「単純なスキル」は、世界のどこでも、そして、どんな組織でも使える、実践的でかつ成果や評価に繋がるものだと思います。

ぜひ、自分の人生や仕事の中でどのように活用できるかをイメージしながら読んでいただけたらうれしいです。

はじめに 003

第1章 すぐやる

Doing Things Right Away

SPEED

- 01 「すぐやる」は最強のスキル 014
- 02 どうしたら、すぐやれるのか? 019
- 03 完璧主義でいいかない 026
- 04 まずはすぐにメール返信 032
- 05 必ず手を挙げる 038
- 06 すぐやるための準備 044
- 07 人を行動に駆り立てるのは「必然か欲望」 050

第2章

自分を知る

Knowing Yourself

AWARENESS

Column 「すぐやる」とリーダーシップ 056

01	今、最も求められる力	058
02	自分を知るとは	064
03	ちやちなプライドを捨てよう	070
04	強みを伸ばすか、弱みを補強するか	076
05	内省するというスキル	081
06	他人と比較しない	086
07	セルフ・ブランディングをしよう	092
Column	「自分を知る」とリーダーシップ	098

第3章

経験を稼ぐ

Gaining Experience

EXPERIENCE

- 01 欲しいのは「どこでもやっつけていける自信」……………100
- 02 アカデミック・スマートより
ストリート・スマート……………106
- 03 経験が好奇心を刺激する……………112
- 04 いつからだって遅くはない……………118
- 05 大切なのはちょっとしたストレッチ……………124
- 06 意思決定の機会をつくる……………130
- 07 経験学習サイクルをまわす……………136

Column 「経験を稼ぐ」とリーダーシップ……………142

第4章

相手を知る

Knowing Your Partner

EMPATHY

01	相手を知る	144
02	相手のことはわからないという前提を持つ	150
03	固定概念を捨てる	156
04	当事者意識を持つ	162
05	オープンマインドのススメ	168
06	わからなければ相手に聞いてみる	174
07	俯瞰する	178
Column	「相手を知る」とリーダーシップ	184

第5章

上手く伝える

Communicating Well

COMMUNICATION

- 01 相手に伝わらなければ「ない」と同じ……………186
- 02 人を動かすのはロジックよりもエモーション……………192
- 03 わからないことはわからないと伝える……………198
- 04 ポジティブな空気をつくる……………204
- 05 目的・目標を共有する……………210
- 06 プレゼンテーション力を身につける……………216
- 07 言語に依存しないコミュニケーション……………220

Column 「上手く伝える」とリーダーシップ……………226

第
6
章

実力を発揮する

Proving Yourself

ABILITY

- 01 なぜ「実力」を発揮できないのか? 228
 - 02 そもそも「実力」をつけよう 234
 - 03 欲しいのは平常心や不動心 240
 - 04 マインドフルネスの効用 246
 - 05 変化に強くなる 252
 - 06 人はアウェイで磨かれる 258
 - 07 なんでも自分1人でやろうと思わない 264
- Column 「実力を発揮する」とリーダーシップ 270

第7章

信頼を得る

Gaining People's Confidence

TRUST

- 01 人間関係はすべて信頼がベース 272
 - 02 人は「やらない人」を信用しない 278
 - 03 やったらできたという経験が
自分への信頼に繋がる 284
 - 04 約束を守る 290
 - 05 ギブ・アンド・テイクよりギブ・アンド・ギブ 295
- Column 「信頼を得る」とリーダーシップ 300

あとがき

301