



成長 マインドセット

Mindset for Explosive Growth

心のブレーキの外し方

吉田行宏

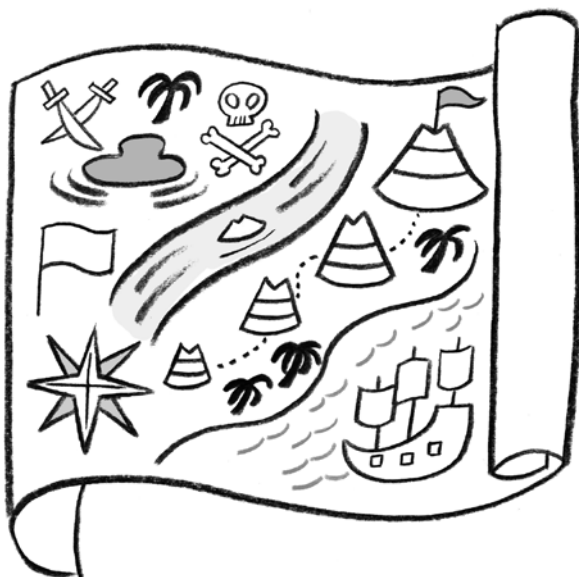
Yukihiro Yoshida

CROSSMEDIA PUBLISHING

マインドセット

経験や教育、
生まれ持った性質などから
形成される思考様式。
信念や心構え、
価値観や判断基準。

図1 成長の地図



この地図には隠された謎が……。
本書を読みながらその謎を解くことで、
あなたの仕事や人生、
人間関係をより素晴らしいものにする
宝が手に入ります。

プロローグ

成長って何だっけ？

なぜ、成長できないんだろう？

第1章のはじめ、本書の主人公の山田さんが、頭の中でつぶやくセリフです。忙しい日常では、あらためて『成長』について考える機会は少ないかもしれませんが。しかし、『成長』の理解を深めることで人生が劇的に変わるとしたら、あなたははどうしますか？

人は誰でも、自分の人生をより豊かで幸せなものにしたいと願っています。そして、それらを手に入れるために、『成長』はとても重要な要素だと思います。こ
うお話ししても、ピンとこない方もいらっしゃるかもしれませんが、私は、『成

『長』を考えることは、自分の人生と向き合うということだと思っています。しかも、本当の意味での『成長』とは、単にテクニカルな方法論を習得するだけではなく、その本質や原理原則を理解しなければ得られないと思うのです。

もっと早く、このことを知っていたらよかったです。

私が20年以上行ってきた『成長』に関するワークショップで多くの人から聞いた感想です。こうした声を聞くたびに、ワークショップで得た気づきや学びによって悩みが減り、人生の正しい自分軸の重要性を認識できれば、その後の人生をより素晴らしいものできると強く感じてきました。そして、そんなワークショップの体験を本にすることで、より多くの人に成長の機会を提供できるのではないかと考えるようになったのです。本書は、そんな私の想いを、多くの方々の協力によって実現したものです。

では、本書はどんな人に役立ててもらえるのか。次ページのチェックシートで、当てはまるものがないかチェックをしてみてください。

チェックシート

あなたに当てはまるものはありますか？ チェックしてみましょう。

〈全ての方〉

- 成長したい
- 悩みを減らしたい
- 自分の正しい軸を持ちたい
- 豊かな人生にしたい

〈社会人の方〉

- 仕事に少し悩みがある
- 会社の人間関係が難しいと感じている
- 会社や上司に少し不満がある

〈チームリーダー・経営者の方〉

- 部下の育て方に悩んでいる
- 部下に当事者意識を持ってほしい
- 組織を強くしたい

〈学生の方〉

- 自分の将来をイメージできない
- 自分に合う会社の選び方を知りたい

〈親御さん・教育者の方〉

- 子供・生徒に自立した人間として成長してほしい
- 教育方針で悩んでいる

〈夫婦・恋人の方〉

- パートナーとのけんかを減らしたい

いかがだったでしょうか？ もし、1つでも当てはまったなら、本書を読んでいただく価値は十分あるでしょう。そのわけは、読み進めるうちにご理解いただけると思います。

あまり前置きが長いと読者の皆さんに不要な先入観を与えてしまうことになるので、手短かに本書の特徴をご説明します。本書は、『成長』について段階的に理解し、最終的には全ての要素が構造的に結びつき、自身の軸として深めていただけるように、少し変わった構成になっています。山田さんという一人の会社員を主人公にストーリーが展開されますが、その合間に読者の皆さんに向けた問いかけをたくさん用意しており、皆さんが自分で記入できる欄も設けています。

途中のワークを飛ばして読み進めることもできますが、それだと気づきや学びが浅くなってしまいます。自分なりに考え、深く内省することが、深く本質を理解する大事なポイントとなりますので、皆さんも山田さんと一緒に立ち止まり、じっくりと考えてみることをお勧めします。

最初はモヤモヤした気持ちになることも多いと思います、成長するには自分の今までの常識や価値観を進化させる必要があります、その過程で今までの自分との葛

藤がそのモヤモヤとなって現れるのです。そこを少し我慢して読み進めていただければだんだんと霧が晴れ、「そういうことだったのか！」とスッキリした気分が味わえるはずです。

さあ、準備は整いました。

物語の主人公と一緒に、未来への成長の扉を開いていきましょう！

本書との出会いが『成長』を考えるきっかけとなり、皆さんの人生がより良いものになることを願っています。

プロローグ

004

第1章

成長とは何か

謎のマスターとの出会い

016

成長の地図

020

そもそも成長とは？

024

高い山を登るのに必要なこと

026

チームワークが能力か

031

氷山の一角

034

成果を生み出す要因とは

040

アイスバーグの大きさとバランス

043

未来をイメージする

053

成長を阻害する1つ目のブレーキ

悩みの本質を探る	060
悩み多き音楽サークル	063
悩みを減らす5つの方法	070
① ブレーキの存在を知る	073
「三叉路理論」でみる心の状態	076
② ブレーキを踏まない覚悟	082
スムーズに覚悟を決める方法	085
完璧な理解より実践が大事	091
知っているとできるの違い	093
動かない部下のマネジメント	098
これ、誰の責任？	103
自己責任と当事者意識	106
メリットとデメリット	112
当事者意識100%を目指すべきか	115

第3章

成長を阻害する2つ目のブレーキ

あるべき姿と現実論	118
捉え方次第で気持ちは変わる	122
③ 他責にしないは100%	126
当たりクジが買える店？	129
悩んでも意味がない	134
④ 結果は選択できないが、行動は選択できる	137
部下とどう向き合うか	142
⑤ 関心の輪と影響の輪	146
悩みを分類し、整理してみる	154
部下との面談	161
人間関係の悩み	170
もうひとつの音楽サークル	177

第4章

成長を促進する1つ目のアクセル

2つ目のブレイキ	183
大きな子供とは	186
ブレイキの外し方	192
上司の鼻を折るなんて	198
育成の難易度	200
価値観を押し付ける？	212
心の支えとなる言葉	216
バリューが持つ意味	220
成長を促進するアクセル	226
父親の言葉	232
自分と会社の方向性	235
固定観念を外して方向性を考える	238

第5章

成長を促進する2つ目のアクセラ

就活生の素朴な疑問	250
何のために働くのか	253
期待する見返り	258
動機矢印の強さ	264
モチベーション傾向	270
動機をどう捉えるか	274
マスターの動機と目的	284
エピソード	292

〈登場人物紹介〉

マスター

カフェ店主

山田武史

I 企業勤務、課長

佐藤

山田の部下

鈴木優子

（ゆっこ）

山田の大学時代の友人、会社員

知美

山田の婚約者

伊藤

山田の高校時代の友人、ホテルマン

高橋

山田の大学の後輩、就活生