読書でビジネス力をアップする（第38回）

“シンプル”とは決断するための時間をつくる技法

2018.07.05



頭と仕事をシンプルにする思考整理50のアイディア
サイモン・タイラー 著／斉藤裕一 訳
CCCメディアハウス

シンプルの勧めです。キャリアと仕事、人間関係など、人生をシンプルにする方法をまとめたハンドブックです。何事もシンプルにすることで問題が解決され、アイデアが生まれやすくなります。

「シンプルにする」ことは、簡単ではありません。ただし、著者も言う通り、どんなときでも、自分の意志で選び取ることができます。本書は、その方法を教えます。

著者は「シンプリスト」として、余裕を持つことをテーマにコーチングや講演を行っている人です。本書でシンプルに関する頭の使い方や手法を学べば、ストレスから解放され、成功も近づくはずです。 デジタルデバイスが普及し、ソーシャルメディアが一般化したことで、仕事も人間関係も複雑になる一方です。本書は、そこに警鐘を鳴らし、解放される方法を教えます。

具体的には、50の方法を「シンプルノート」として紹介しています。なぜか、全文赤字で書かれています。各項目が独立しているので、少しずつ読み進めることができます。

シンプルとは技法… 続きを読む