読書でビジネス力をアップする（第7回）

世界トップリーダー1000人が実践する時間術

2015.11.10



世界トップリーダー1000人が実践する時間術

谷本有香著

KADOKAWA／中経出版

時間の使い方を学ぶ本です。世界の舞台で活躍するエグゼクティブたちの時間に対する考え方や時間の使い方から、時間を有意義に使う方法を学びます。

ズバ抜けてできる人は、総じて時間の達人です。超多忙だからこそ上手にやりくりして、仕事もプライベートも自己投資にも手を抜きません。そんな彼らに、時間に関する思考や習慣を学びます。

「共通しているのは、絶えず時間を意識していること」。そう著者は言います。わずか数分でさえ意識して使います。だから成功できるのです。そんな前提で、具体的な方法まで解説してくれます。

時間の本といっても、本書は最新のツールを使いこなしたり、特別なテクニックを駆使したりしてきめ細かく時間を管理するといった、よくある時間術の本ではありません。むしろ、時間に対する考え方、スタンス、マインドセットを教えてくれます。そういう意味で「時間術」というより「時間論」と呼んだほうがいいかもしれません。

お手本は、著者が実際に見てきた世界のトップリーダーたちです。彼らの“時間を有意義に使い、時間の利益率を最大限に挙げる方法”を豊富な事例を交えながら紹介してくれます。… 続きを読む