

人生・ビジネスの成功の鍵は家庭にあった！ 仕事でも家庭でも使える超実践的ヒューマンスキル鍛錬本



なぜ出世する人は 家庭も円満なのか？

著者：片山牧彦

オールリーダーコンサルティング株式会社 代表取締役社長。

新卒で住友グループの建設会社に入社し、現場や本社の人事、経営企画部門等を経験。本社人事部時代は企業内大学の立ち上げや様々な組織活性化業務を主導。その後デロイトトーマツグループの人材・組織開発コンサルティング会社に活躍の場を移し、100社以上の人・組織のコンサルティングに携わる。また、社内においても事業部長として事業部の改革や組織統合を主導。

2023年に独立し、オールリーダーコンサルティング株式会社を設立。全員主役、全員リーダーの組織・社会を実現するため、社員のウェルビーイングを高める「ファミリーリーダー育成」、やる気を引き出す「オールリーダーストラクチャー構築」、経営幹部としてふさわしいスキル・マインドを醸成する「トップリーダー育成」を軸に様々なアプローチで、人や会社の本質的な課題解決のサポートを行っている。

現代は家庭内において家族から信頼されるようなヒューマンスキルを持った人こそが、仕事や職場で頭角をあらわしていく時代。AIには絶対に真似できないヒューマンスキルを磨いて、より充実した人生を目指したい、そんな人に読んでいただきたい一冊です。

【本書を通して学べることの一部】

- ★マインドフルネス
- ★ポジティブセルフトーク
- ★傾聴
- ★ポジティブフィードバック
- ★行動分析学
- ★心理的安全性

怒りを6秒だけ我慢して自分の感情を爆発させない「6秒ルール」

「それから、セットで「6秒ルール」もおさえてください。イライラする怒りの感情が小さくなっていきます」

（また押しつけてきた）

「人間は怒っている時、アドレナリンというホルモンが激しく分泌します。それが6秒でピークをむかえるので、その6秒を我慢しよ秒ルールを知ることがまずなにより大事です。それを意識した上で数字を数えてみたり、自分自身に「怒りよ、おさまれ！」と強く念ケースもあります」

「へえ」

「数字を数えるというのは、100-95、95-90……というようにすどよいかと思います」

「まあ、たしかに数を数えるだけより、引き算でもしているほうが怒そうすれ」

コンサルタントと出世欲は強いが人望がない、営業部課長との対話方式で話は進んでいきます。

貴店番線印 ご担当 () 様	注文 冊	<h2 style="text-align: center;">なぜ出世する人は 家庭も円満なのか？</h2> <p style="text-align: center;">四六 / 256P / 本体1,500円 / ISBN : 9784426130695</p> <p style="text-align: center;">自由国民社</p>
--	---	---