

月刊 KatsuMagazine

カツマガジン

2011年 10月号 vol. 7



CONTENTS

巻頭対談：岡田斗司夫さんと語る“知的生産術”	1
徹底解明：コンセプトは「双方向」。自分のコーチになろう。	5
近況報告：自分コーチング手帳の説明会を開きました。	10
編集後記	10
勝間塾レポート（第6回月例会：9月21日実施）	11

巻頭対談

『スマートノート』の著者 岡田斗司夫さんと語る“知的生産術”

毎朝、手帳の会員のみなさんあてに勝間から届くメール「サポートメール」で、『あなたを天才にするスマートノート』を紹介したところ、大評判になりました。そこで、実現した岡田・勝間対談。その模様をダイジェストでお届けします。

● 思考は「武道」。スマートノートで、技を磨く。

勝間： 岡田さん、今日はおいでいただき、どうもありがとうございます。

今日は「スマートノート」を提唱している岡田さんと、「知的生産術」について語り合いたいと思います。

さっそくですが、スマートノートは、手書きですよね。電子端末真っ盛りのこの時代に、なぜ、手書きなのですか？ 電子化は考えていないのでしょうか？

岡田： 僕がずっと手書きでやってきた、というのもあるのですが、デバイス好きの僕としては、何度も電子化を考えました。でも、人間って怖いもので、PCを使うと文字で書けることしか考えられなくなる。思考の範囲がPCに限定されてしまうんですね。

あとは、手書きは書き直したものが残りますよね。「これは違う」と、バツ（×）を書いても残ります。もちろん、書き直しやバツ（×）をつけたものを、そのまま電子上で再現することもできますが、電源を入れて立ち上がるのを待つより、思いついた時にすぐ書けるほうがいい。そんなわけで、手書きに落ち着いています。

勝間： 絵や図表など、いろいろな形態のものを、さらさらと書けるほうがいい、ということですね。手で汚く書いても、自分の中では分かりますね。



岡田： スマートノートは段階によって、いろいろな役割があります。最初のうちは、「頭がいい自分」という状態にまでもっていくための訓練の場、「頭がいい自分」になってからは、「今日何か自分に対してプラスになることがあったか・考えたかを検証する場」。あとは「今日の頭の調子を整える場」です。いい表現が思いつかなかったなのでこの本には書いていないのですが、僕は「思考は武道」だと思っているんですね。形（かた）や練習の積み重ね、同じことの繰り返しが大事なんです。空手などの武道では毎日、マラソンをしたり正座をしたり、正拳突きを練習をすることから入りますよね。正拳突きの練習を20本やった翌日も、必ず1本目から始めます。「21本」と、累積して数えることはありません。だから、思考の訓練をするスマートノートも、毎日新しいページを開いて、その日に考えたことを新たな気持ちで書く。前日の続きであっても、前日の続きに書くのではなく、新しいページに書くのです。そこは武道ですから、無駄を承知で繰り返すのが大事なのです。



勝間： 形を繰り返していくうちに、上手に思考できるようになるということですね。

岡田： そうです。繰り返していくうちに、上級の形もできるようになるし、形を組み合わせた技もできるようになるわけです。スマートノートは、形の練習の場ですから、自由度をあげてしまうと迷ってしまいます。だから、「1日1見開き」「右ページから始める」という基本の形を決めているのです。

● スマートノートも自分コーチング手帳も、発想は同じ。

岡田： 今でもずっと悩んでいるのが、ノートのサイズです。勝間さんの手帳は小さくて、これなら一瞬で出せますね。僕のノートは、勝間さんの手帳より何周りも大きいから、かばんから出して、ノートを開いて、書き始めるまでに1秒くらいの時差があるんですよ。それが悔しい。

勝間： でも、小さくしちゃうと、その範囲でしかものを書けないので、バランスですよ。私がなぜこのサイズにしたかという、ボールペンと同じくらいの長さにしたかったんです。書きたい時にボールペンを探すのが嫌なので、手帳をかばんの中から出すと、気に入ったボールペンも一緒に取り出せる状態をイメージしました。スペースが必要な時は、A4とか、A3の大きい紙を持っていけますね。コピー用紙なら、どこにでもあるので。



岡田： 思考の幅が広がりますから、大きさは大事ですよ。スマートノートを、かなり大きいスケッチブックみたいなノートで半年くらいやったこともあります。思考の幅が広がってよかったのですが、罫線がないので落ち着かなかった。それに、毎日スケールが大きいことを考えているわけではないので、ノートに余白ができると、余白が気になって、翌日新しいページを開くのを躊躇してしまったんです。で、余白があっても罪の意識を持たずに、新しいページを開ける大きさ、ということで、今はB5の横罫のノートです。

勝間： スマートノートはその日のできごとを5行で書いていきますが、その発想は私の「自分コーチング手帳」とほとんど同じですよ。自分コーチング手帳では、その欄を「Good & New」と呼んでいます。

勝間： バーチャルのタイムラインを入れています、スケジューラーではなく1日を振り返り、時間の使い方を見直したり、気づきを書いたりするためのスペースです。スマートノートもスケジューラー機能は考えていませんよね。

岡田： スケジューラーは、グーグルカレンダーに勝るものはないと思っています。

勝間： 私も今までは、グーグルカレンダーを使っていたのですが、不便だと思うところを改良したオリジナルのスケジューラーをWeb上に作りました。β版ができたところです。スケジュールを入力すると、To Doにもコピーできるオプションがあって、さらに、To Doにコピーすると、コミュニティに公開するか、しないかを選べます。そして、To Doを公開すると、コミュニティにいるみんなが、「がんばって」と声かけてくれたり、仕上げた時に、「0.2%自分改善」の達成感を味わえたり。ロールプレイングゲームみたいな仕組みになっています。

岡田： 自分の理性のコントロールをクラウド上のコミュニティに少しずつ預けていく感じですね。何かすることを自分で決心するだけでなく、“コミュニティの中で宣言する私”とか、“それを見ている人たち”ということで、自分を補完するわけですね。

勝間： そうです、そうです。励まされるし、メタ認知にもなりますよ。

岡田：すごいことを考えるなあ。いやあー、勝間和代、やっぱり、すげーや。

僕ね、勝間さんが、毎日励ましのメールを送るっていうのを知って、サポートメールを最初の1年間、読んでいたんです。本当に毎日勝間さんが書くんだろうか、どのあたりで疲れるのかな、と思いながらね。

そうすると、おもしろいことに、1ヶ月周期で「あ、勝間さん、疲れているなあ」と思うメールが届く。で、このままダメになるのかなと思っていると、4~5日したら、また復活する。「勝間さん、すげー。スタミナある」と、毎日、すごく楽しみました。僕には絶対にできませんね。



● 小規模SNS時代がやってくる？

勝間： スマートノートは、この先、どういう風に進化していくのでしょうか？

岡田： これは、技なので、進化はない。個人内で熟達していくだけです。ただ、個人内で思索が豊かになり、おもしろくなったりするのではないかと思います。スマートノートのキモは、メソッドそのものの精度があがることではなく、取り組んでいる人がどのくらいおもしろくなるのか、ですね。だから、例えば、取り組んでいる人のブログがおもしろくなれば、成功です。そして、おもしろくするためには、ブログの書き手と読者とがコミュニケーションをとる必要がある、ということです。

勝間さんはお互いの手帳を見せ合ったり、リアルに集まったりするのは考えていないのですか？

勝間： そうなのであれば、勝間塾の月例会というのをやっています。会場にリアルに集まってくる人もいますし、バーチャルで受講する人もいます。月例会以外でも、自発的にオフ会を開いている人たちもいますね。夏は、1泊2日で合宿もやったんですよ。

勝間： みんなが集まっているいろいろなものを共有するのはいいですね。あまりにも、楽しかったので、冬もやることにしました。

岡田： 合宿ですか！ 勝間さん、パワーあるなあ。でも、集まったほうが伸びが早いし、学びが深くなりますよね。ところで勝間さんがコミュニティを作る理由はなんですか？

勝間： コミュニティに、ネガティブなことを書く人もたまにいますが、それをみんなで一斉に諭すんですよ。すると、「みんながこんなにも自分のことを注目してくれて、よくなるように助言をしてくれているんだから、自分ももっと明るく生きよう」と思うようになって、だんだんと変わっていくんです。一種の集団セラピーみたいなものです。そういう自発的に刺激しあう環境を作りたいかったんです。

岡田： 勝間塾には、卒業はあるのでしょうか？

勝間： ここに属さなくてもいいと思えた時。依存心がなくなった時が卒業だと思います。それぞれが自分の状況にあわせて考えればいいと思います。

岡田： 僕もコミュニティを作っています。これからは、いろいろな人が自分のコミュニティを作る「小規模SNS時代」になるのではないかと思います。勝間さんはどう考えていますか？

勝間： 私も同じように思います。そして、岡田さんのコミュニティに所属すると同時に、私のコミュニティにも所属する、というように、各人が複数のコミュニティに所属することもあるでしょうね。つまり、「スマートノート」をやるのも、「自分コーチング手帳」をやるのも、両方ともやってみるのもいいってことですよね。



【岡田斗司夫氏 プロフィール】

オタキングex社長。大阪芸大客員教授、スマートノートやレコーディング・ダイエット、評価経済社会の提唱者。オタキング（オタクの王）を自称。日々摂取する食物とそのカロリーを記録する「レコーディング・ダイエット」を編み出し、1年余りで50kgの減量に成功した。スマートノートは、岡田氏が10年以上かけて作り上げた「天才を作るため」のノート術である。

公式ウェブサイト： <http://otaking-ex.jp/>

Facebook： <http://www.facebook.com/okadatoshio>



『あなたを天才にするスマートノート』を
勝間が解説したサポートメールを無料でお読みいただけます。

- 1) 下記サイトより「サポートメール1ヶ月無料体験」にご登録ください。
http://www.katsumaweb.com/modules/coach/index.php?content_id=1
- 2) バックナンバーサイトへログインしてください。
(ログイン方法はサポートメールの最後に記載されています。サポートメールは毎朝6時に届きます)
- 3) 2011年8月13～22日のバックナンバーで解説しています。

徹底説明

自分コーチング手帳

コンセプトは「双方向」。自分のコーチになろう。

多くの方にご利用いただいている『勝間和代の人生戦略手帳』が、『自分コーチング手帳』として生まれ変わります。今回のリニューアルの一番大事なコンセプトは「双方向」です。

「どうして手帳が続かないのか」「To Doが達成できないのか」の原因を探り、改良を重ね、誕生した『自分コーチング手帳』を徹底説明していきます。

●勝間の手帳、進化の歴史

最初はただのノートだった手帳が、メールでコミュニケーションする手帳へ。

さらに、コミュニティを通じて、ユーザー同士が交流できる新たなステージへと進化しました。

1) 2008年：年収10倍アップ手帳



反省事項

- ノートブックの形式に限界を感じた。
- 何ヶ月か経つと、過去の記録を持ち歩くことが苦痛になった。
- 勝間自身が使い続けたいと思えなくなった。

2) 2009年：人生戦略手帳



改善事項

- 続ける仕組みとして、毎朝6時にサポートメールを開始。
勝間⇄会員の双方向に。

反省事項

- 読んでいないサポートメールが溜まってしまう。
- 会員同士の交流の場としてTwitterを利用したが、オープンな場だったため荒れてしまった。
クローズな場の必要性を実感した。

3) 2011年：自分コーチング手帳



3大メリット

- ① 人生戦略手帳のよいところを100%継承
 - 毎日、サポートメールが届く
 - 使いやすく、シンプルなりファイル
- ② 会員専用サイトで、コミュニティラーニングを実現
- ③ スケジュール & To Do管理機能を追加

自分コーチング手帳 3大メリット①

●人生戦略手帳のよいところを100%継承しています。

毎日、サポートメールが届きます

人生戦略手帳の最大の特徴は、毎朝6時に、勝間本人からメールが届くこと。

手帳の使い方や、目標達成に向けた激励メッセージ、勝間の日々の気づきのシェア、会員のみなさんからいただいた投稿の紹介など、内容は盛りだくさん。なかでも、毎月1冊の本を10日前後かけてじっくり取り上げ、勝間が解説を加えていく、ブックレビューが大好評です。

【今までにブックレビューに取り上げた本】

『7つの習慣』『非常識な成功法則』『史上最強の人生戦略マニュアル』『ザ・マインドマップ』『仕事は楽しいかね？』『仕事は楽しいかね？ 2』『自分の小さな「箱」から脱出する方法』『いつも「忙しい」を言い訳にする人たち』『イノベーション・シンキング』『ソース～あなたの人生の源は、ワクワクすることにある。～』『心のなかの幸福なバケツ』『ハーバードの人生を変える授業』『プロフェッショナルの条件』『ロジカル・シンキング 論理的な思考と構成のスキル』『最高の成果を生み出す6つのステップ』『予想どおりに不合理』『アインシュタイン・ファクター』『あなたを天才にするスマートノート』『つながり』

2011年8月14日のサポートメール。
岡田斗司夫氏の『あなたを天才にするスマートノート』を取り上げています。

8月14日 日曜日

おはようございます、勝間和代です。
それでは、さっそく『あなたを天才にするスマートノート』のブックレビューを始めましょう。

この本は、「楽しくノートをついたり、それをもとに表現したりしている」といつの間にか『天才』になっている」ということをゴールとして書かれた本です。

それでは、「天才」とは、どんな人のことを指すのでしょうか？
「天才の定義」、あなたはどんなふうに考えましたか？

岡田さんは、「天才とは、以下の3つの能力に関して高い能力を持ち、それが強い主体性によって1つの人格の中にまとまっている状態のことを指す」と定義しています。

「以下の、3つの能力」とは、

- 1) 発想力
- 2) 表現力
- 3) 論理力

の3つです。

「発想力」とは、いままでの価値観、感性を捨てて、新しい思いつきや概念を生み出したり、面白がったりすることができる能力です。

「表現力」とは、あなたの考えを、正確に、わかりやすく、他人に伝える技術です。

「論理力」とは、複雑な考えや雑多なアイデアを、整理し、矛盾をなくし、まとめた順番に気を配って並べたりして、わかりやすい形に整える能力です。

いかがですか？ もしかしら、「そんな能力なら、どれか1つだけでも向上すれば十分なのでは？」と思った人もいますね。

しかし、岡田さんはあくまでも、3つの能力を同時に鍛えるべきだと言っています。それは、なぜだと思いますか？

3つの能力を同時に鍛えるべき理由、それは、一部だけだとバランスが悪くなってしまからです。

たとえば、「発想力」だけを強化してしまうと、その結果、説得力がなくなってしまいます。そうすると、「発想は面白いけど、現実的ではない」という評価を受けてしまいます。

また、「表現力」だけが強い人は、ライターにはなれるかもしれませんが、独自の発想力や、話の構成を組み立てる論理力がなければ、小説家になるとか、自分の名前がビジネス書のベストセラーを出すようなことは、できないでしょう。

このように、1つの能力しかない人は、「全体の中の、ある一部分でしか機能できない」、つまり「誰かに能力を認めてもらって、その能力を活かしてもらう」という受け身な立場でしか、仕事や社会に関われないことになってしまいます。

ところが、3つ（または、少なくとも2つ）の能力を兼ね備えていれば、自分で仕事を生み出すこともできるし、仕事や社会に主体的に関われるようになります。

ちなみに、岡田さんが、「天才」として名前を挙げているのは、ビジネス界ならアップル社のスティーブ・ジョブズさん、日本の芸能界でいえば、北野武さんです。

ぜひ、あなたもこのメソッドをマスターして、スティーブ・ジョブズさんや北野武さんを目指しましょう！

【本日のワーク】

岡田さんは、「天才」の3つの能力のうち、2つだけを兼ね備えている人を、「秀才」と呼び、「秀才」をさらに3つのタイプに分類しています。

- 1) 「発想力」と「論理力」を兼ね備えた人
- 2) 「表現力」と「論理力」を兼ね備えた人
- 3) 「発想力」と「表現力」を兼ね備えた人

そして、1)～3)のそれぞれのカテゴリに名前をつけています。あなただったら、どんなカテゴリ名をつけますか？ また、1)～3)の「秀才」として、具体的にどんな人物を思い浮かべますか？

あなたなりの考えを、サポートメールのコミュニティやTwitter(#katsuma)に、ぜひ書いてみてください。

それでは、また明日、お会いしましょう。

■オリジナルバインダーも、手触り、使い心地に徹底的にこだわりました。



まずはこれから！

1ヶ月無料体験
好評実施中！

サポートメール

「おはようございます、勝間和代です。」

1日の活力や、前に進むための気づきが、
たくさん詰まっている“サポートメール”。
前向きなあなたへ、毎朝6時にお届けします。



CLICK HERE

http://www.katsumaweb.com/modules/coach/index.php?content_id=1

使いやすく、シンプルなりファイルです

ミッションステートメントを設定し、10年先までの目標を立て、人生を戦略的に考えるために使いやすい手帳がほしい。記入欄が多いと、埋めるだけで精いっぱいになってしまう…そんな勝間の経験から、記入項目を必要最低限に絞ったら、シンプルなりファイルになりました。



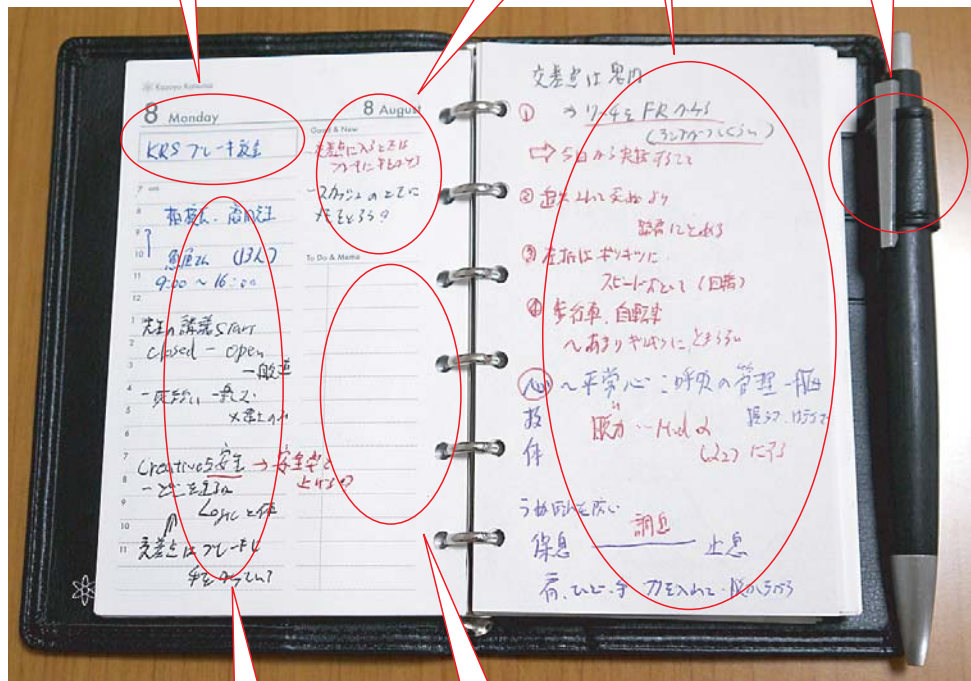
勝間のある日の手帳を公開します！

メインイベントなどを記入し、その日のタイトルをつけています。後で見返す時に便利です。

気づいたらすぐメモするために、白紙のリファイルを入れています。

Good & Newの記入欄。1日を振り返り、良いこと、新しい出会い、感謝したいことなどを記入します。

勝間愛用のLamy2000 4色ボールペンと同じ大きさ。ペンを探す手間を省きました。

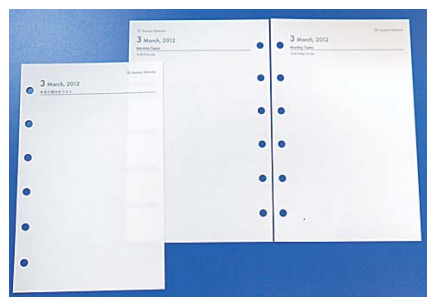


バーチャルタイプのタイムライン。時間の使い方を振り返るために、ログを記録。気づきも記入しています。

To Do記入欄。勝間はTo Doをネット上で管理しています。



ミッションステートメントや目標を無理なく立てるための「使い方ガイド」が充実。初めてでも安心して使いこなせます。



目標に近づくためには、振り返りが大切。月単位で振り返り、気づきを見直しTo Doの達成度を確認します。

自分コーチング手帳 3大メリット②

●コミュニティラーニングを実現しています。

ともに学び合う仲間の大切さを、身をもって実感してきた勝間。勝間塾、手帳、ケーススタディマラソンの会員のみなさんが集い、お互いに刺激をし、成長を助けあうコミュニティを実現することが長年の夢でした。



2011年から始まった「勝間コミュニティ」には、

- 気づきの共有
- 自分以外のinput、outputの共有：身近なロールモデルの発見、自分が考えもつかなかった新しいやり方の発見
- モチベーションの維持：自分よりもっと悪条件で頑張って成功した人がいる場
- システム外の人間関係の構築：家族や会社の同僚など、日常的に接している人以外の人とかかわる場
- ドリームキラーがいない理想のコミュニティ

といった良さがあります。あなたもぜひ、その良さを実感してください。

自分コーチング手帳 3大メリット③

●スケジュール & To Do管理機能を追加しました。

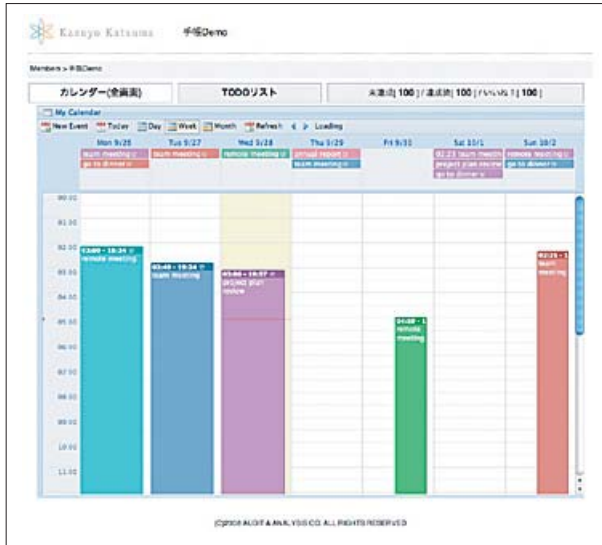
「やらないといけないことは分かっている。でもできない」そんな悩みを解決するために、To Doを共有し、お互いに励まし、切磋琢磨できる、リアルコミュニティラーニング機能がついたスケジュールラーが誕生しました。

現在はβ版の運用中。既存会員のみなさんに使っていただいて、より良いものに改善を加えています。

「みんなで作る理想のスケジュールラー」、「進化するスケジュールラー」として、あなたの意見も反映されます。なにはともあれ、まずは使ってみてください。



●スケジューラー (β版)



スケジュールを決定する際、

- To Do リストに表示するか、しないか
 - To Do をコミュニティに公開するか、しないか
- を選べます。

日時:

10月4日 (火) 11:30 - 12:30

予定タイトル:

例: 14:00 に美術館で待ち合わせ

☐ TODO リストに表示する
 ☐ TODO をコミュニティに公開する

予定を作成する

●To Do リスト (β版)



To Do をコミュニティに公開したり、公開した To Do の進捗状況を報告することで、他の会員から「がんばって!」という励ましのメッセージを受け取ることができます。



To Do を達成したことを報告することで、達成感が得られます。



他の会員から「達成、おめでとう!」といったメッセージが届くことで、達成感が高められます。



ご購入はこちら

勝間和代の

自分コーチング手帳

勝間和代とシンクロ率100% 1日0.2%の改善を仕組化します

手帳ユーザーを応援するサポートメール (毎朝6時配信) が大好評! (1ヶ月無料体験実施中)
http://www.katsumaweb.com/modules/coach/index.php?content_id=1

手帳ユーザー向けセミナーを定期開催します!
(初回は2012年1月開催予定)

近況報告 人生戦略手帳、改め、自分コーチング手帳の説明会を開きました

9月14日東京にて開催した「自分コーチング手帳」の説明会では、究極時間管理術についてもお話ししました。次回は、10月21日、大阪にて開催されます。手帳やコミュニティについてなど、気になることは説明会で勝間本人に直接聞いて、スッキリしたら、あなたも手帳ユーザーの仲間入りを！お待ちしております。

(2011年9月27日のブログ記事より)

みなさまに愛用いただいている人生戦略手帳、今年から名称を

「自分コーチング手帳」に変更します。

そして、これまでの使い勝手はそのままにして、さらに、オンラインによるスケジューラーと、それと連動したToDoのしくみ、コミュニティでみなさんから応援をもらえる機能を加えました。

よく聞かれる、

「どうしてそんなに仕事をしているのに、勝間さんはいろいろと遊んだり、新しいことにチャレンジする時間があるのですか？」

という質問に対しての答えは、今回の説明会のビデオを見ていただくか、1ヶ月無料体験をしていただけると、きっとわかると思います。

楽しい仕事をして、すてきな仲間がいて、新しいチャレンジに励める、そして金銭的な不安もないし、健康的な不安もない。そんな生活を一緒に楽しみませんか？



▼ 説明会の映像はこちらからご覧ください。
<http://www.youtube.com/watch?v=LJftSnOtZeA>

関連情報

- 無料体験はこちらからどうぞ。
http://www.katsumaweb.com/modules/coach/index.php?content_id=1
- 今すぐ申し込みたいという方はこちらから。
http://www.katsumaweb.com/modules/coach/index.php?content_id=2



REAL-JAPAN.ORG

言論プラットフォーム『REAL-JAPAN』へ
勝間が寄稿した記事もお読みください。
<http://real-japan.org/>

- 野田新代表への政策提言を公開します <http://real-japan.org/2011/08/30/602/>

編集後記

今年になって勝間が挑戦した乗り物は、スクーター、小型バイク、大型バイク、電気自動車、そして今度は船に挑戦。とうとう、小型船舶操縦士（1級）の免許を取得しました。巻頭で紹介した対談の時にすでに、免許取得を決めていた勝間がその話をしたら、岡田さんから「勝間さんの船なら、きっと、パラボランテナが立っていて、船の上からブログとかを書いているのだろうなあ」というつつこみがありました。勝間は「そんなものはつけませんよ」と大笑いしながら否定していましたが、実際は??? ブログが船上から更新される日も近いかもしれません。

発行元／株式会社 監査と分析
発行日／2011年10月7日

【勝間和代の無料オフィシャルメールマガジン】

勝間のおすすめ本、Q&A、〇〇さんから聞いたちょっといい話、イベントの優先予約情報などを、第1・3金曜日にお届けしています。



登録はこちら http://www.katsumaweb.com/modules/contents/index.php?content_id=14

勝間和代と “学び”を共有する学舎 **勝間塾**

2011年9月21日（水）、「勝間塾」の第6回月例会が開催されました。今回のテーマは、「対人スキル・コミュニケーション」。ゲストとして、（株）ペリエ代表でコミュニケーションの達人、和田裕美さんをお招きしました。「私は人見知り」と言う和田さんのお話をダイジェストでお届けします。

コミュニケーション上手に近道はない。

よく、「聞き上手になりましょう」と言いますが、「聞き上手」とは何かを具体的に説明することができますか？ 相手の話を聞いてうなずけばいい、と思うかもしれませんが、自分がどんな風にうなずいているかをビデオで撮影し、確認したことがある人はあまりいませんよね。

コミュニケーション上手になるには、自分がどんな顔をして話すのか、どんなうなずき方をするのか、「一生懸命聞く」という行為にはどんなことがあるのか、というようなことを徹底的に研究する必要があります。そして、どんな時にでも実践できるように、実技を伴う練習を重ねていくことです。

基本は、相手のことを知りたい・役に立ちたいと思う気持ち。

私は英語教材の営業をやっていました。お客さんの「英語を身につけたい」というゴールは同じですが、目的やお金の使い方、価値観は違います。私は、「この人はなぜ、英語を学びたいのか？」「どんな価値観を持っている人なのか？」など、相手のことを知りたいと思いました。そして、「この人の役に立つために、私のできることは何か」を一生懸命考えました。その結果が今につながっています。偽善ではなく、心から、その人のために役立ちたいと思えるようになると、言葉も変わるし、態度も変わってくるのです。

自分のことを好きになろう。

相手に自分を好きになってもらう、自分が相手のことを好きになる——これがコミュニケーションです。そう考えると、「私はダメな人で、私は私のことが大嫌い。でも、私を好きになってください」と言うのは矛盾しています。「悪いところも、欠点もあるけれど、私は、私のことが大好き！ あなたにも私を好きになってほしいなあ」と言うのなら一致しています。つまり、「私のことを好きになって」と言うためには、自分のことを好きになる必要があるのです。

自分のことを嫌いな人は、ぜひ、自分の長所を発見して、そこを褒めてください。「靴をそろえることができた」「管理人さんに笑顔であいさつできた」など、小さなことでいいのです。毎日少しずつ、繰り返し、自信をつけていきましょう。

次の月例会は
10月20日！

勝間塾 第7回 月例会

テーマは **会計**

日時：2011年10月20日（木）19:00～20:40

場所：地下鉄本町駅 徒歩1分

10月は **大阪！**

※バーチャル参加は、10/19まで受け付けています。



月例会は、インターネット中継でのリアルタイム受講や、ダウンロード資料（オーディオブックとテキスト）での受講も可能です。会員専用のコミュニティもご利用いただけます。

勝間塾へのお申し込みを希望される方は、こちらの詳細ページをご覧ください。

<http://www.katsumaweb.com/juku.htm>