

この月刊サワネを、お知り合いの方に見せてあげてください、きっと喜んでいただけます。

## 『「瞬時に言語化できる人」

が、うまくいく。』 荒木 俊哉著

SBCreative 279頁 1500円(税別)

この本は、「言いたいことはあるのに、うまく言葉にできない」という人が、簡単に言語化する方法を解いています。言語化がうまくできないときのデメリット、できるときのメリットについての著者の考えをまとめてみます。

★デメリット:「言語化」がうまくできなければ、「あ、この人は何も考えていないな」「あの人は何が言いたいのかよくわからない」と、社会人としてのレベルを低く見積られる。

★メリット:

- ・会議、プレゼン、資料作成、企画書がうまくいく
- ・無意識の知恵を利用できるようになる

では、どうすればいいのでしょうか？簡単なトレーニングをなさいと本書は言います。著者自身、このトレーニングをやるようになってから人生が大きく変わったといえます。しかも、徐々に変わったのではなく、急激に変わったのです。「国内のコピーライターの賞を獲得したのをはじめ、幸運なことに国内外でアワードを次々に獲得しました。そして、あんなにも振るわなかった私が、世界三大広告賞のうち二つをダブルで入賞することもできた」ほどです。

では、著者の説くトレーニングを要約します。

### ★言語化カトレーニング

2週間毎日・1日6分メモ3枚「言語化カトレーニング」すれば、「言葉が瞬時に出てくる自分」に気がつくようになる。早い人であれば、「数日で」効果を感じられる。ただし、毎日することが大切。量は大切だが、数日で一気に「量」をこなそうとするのではなく、「毎日少しずつ」を習慣とし

て続けることによって、最終的な「量」に十分到達することができる。

- ①A4コピー用紙を縦に使う
- ②一番上に「問い」を大きく書いて四角で囲む
- ③メモを2分割して「思考」と「理由」に分ける
- ④「思考」に「思い浮かんだこと」を一行書く
- ⑤上の一行を深堀する
- ⑥「思考」の最終行の「理由」を書く

以上を2分の制限時間でする。

言語化カトレーニング
②問い
思考
④思い浮かんだこと
⑤深堀する
理由
⑥⑤の最終行の理由から書く

以上、本書のポイントを要約してご紹介しました。トレーニング自体とても簡単な内容です。お金も時間もかかりません。あとはするかしないかです。

**A4用紙1枚2分、1日3枚で6分です。**

やってみようと思っても、問いがなかなかでてこないかもしれません。そんなときのために本書には例題がたくさんあります。少しご紹介します。

- ・どうしたら仕事のスピードが速くなるか?
- ・
- ・どうしたら仕事の質を上げられるか?
- ・どうしたら収入を増やせるか?
- ・最初はどんな話をするべきか?

いかがでしょうか？このトレーニング試してみませんか？

この月刊サワネを、お知り合いの方に見せてあげてください、きっと喜んでいただけます。

## リスキリング

リスキリングという言葉が新聞紙上によく出てきます。リスキリングは「新しい職業に就くために、あるいは、今の職業で必要とされるスキルの大幅な変化に適応するために、必要なスキルを獲得する・させること」と定義されるようです。帝国データバンクによる意識調査の結果がネットに掲載されています。リスキリングは特に中小零細企業において重要と考えていますので、簡単にご紹介します。

<https://www.tdb.co.jp/report/watching/press/p221109.html>

以下、要約します。

★取り組み割合：中小企業 45.8%が取り組んでいる。DX 未取組企業のうち、取組内容上位には、「経営層による新しいスキルの学習、把握」41.5%、「経営層から従業員に学習が必要なスキルを伝達」29.1%と経営層の学習に関連するものがあがった。

★取組内容上位(複数回答)

- ・新しいデジタルツールの学習 46.0%
- ・経営層による新しいスキルの学習、把握 41.4%
- ・従業員のデジタルスキルの把握、可視化 32.1%
- ・経営層から従業員に学習が必要なスキルを伝達 30.8%
- ・eラーニング、オンライン学習サービスの活用 25.4%

DX、デジタル化に関連した資格取得の推奨、支援 20.8%

以上いかがでしょうか？リスキリングは、人手不足に対処する方法のひとつだと思っています。今後ますます社員募集は困難になると思います。現在の社員にいろいろなことを効率よくしてもらうために、リスキリング必要ではないでしょうか？

## AIちゃっとくんーチャットGPT

チャット GPT、テレビや新聞で見ない日はないと言っても良いくらい注目を浴びています。ごく簡単に言うと、対話型 AI、何にでも答えてくれる人工知能です。パソコンや、スマホで操作できます。これを取り入れようという企業も増えてきています。

とても面白い、そして役に立つものだと考えています。どう役に立つのか。

・思考の道具：質問すると答えが返ってくる。答えは、まちがっていることも多々ある。だから検証しなければいけない。また、それを批判、訂正することができる。つまり、質問することによって、自分の考えを深堀することができる。

・問題提起：私たちは、あまり疑問をもたずに暮らしている。だから、チャット GPT に対して質問しようとする。質問を考えなければいけない。質問を考えるということで、自分の仕事、生活を見直すことができる。

このような理由から、面白く、役に立つと考えています。

★使い方

ネットから使うこともできますが、ラインで簡単に使う方法があります。「AI ちゃっとくん」と友達になるのです。1日に5回まで無料で使うことができます。ぜひ、試していただきたいと思います。

先ほど質問してみました。「零細企業にとってリスキリングはどのようなメリットがあるか？」

答えの項目だけ挙げてみます。

1. 生産性の向上
2. 革新的なアイデアの創出
3. 従業員の満足度向上
4. コスト削減
5. 長期的な競争力の維持

以上です。