

静かな離脱——オールド・エリートからの Quiet Quitting / 沈黙のオフィス街 / 沈黙の教育
——正解を出す訓練が奪ったもの / 問いを持つ力——ニュー・エリートの出発点 / ニュー・エリート
の定義——依存から自立へ / 個のグローバル化は自責——パーソナル・グローバリゼーション
誕生 / アダプティブ・アジリティ——変化を味方にする力 / 本書の構成

序 章 二重の繭——囚われた私たちの現在地 21

変わる環境と変わらない人々 22

「二重の繭」に囚われた人たち / ポスト・グローバリズムの知性 / 壊すか、壊されるか

データが示す残酷な現実 29

9200万件の雇用が消える日 / 最下位に転落した「元経済大国」 / 国際競争力を失ったオールド・エリート

価値が高い仕事はどこにあるのか 33

スマイルカーブが示す生存戦略 / 昭和型ホワイトカラーは淘汰される / 安定という錯覚が招く悲劇

第一部 なぜ変わらなければならないのか

第1章 茹で蛙——「安全圏にいる」という錯覚 41

オールド・エリートが生まれる社会構造 42

ゲームルールは変わった——トーマス・L・フリードマン氏が示した現実 / 安全圏が成長を奪う

——茹で蛙シンドローム / 快適さを選び停滞するか、不確実性を選び進化するか / 逃げる上層部、様子見をする若手

安心感がもたらす停滞 50

学びは費用か、資産か / 肩書きではなく「進化的痕跡」を語れ

「中間」に潜む錯覚 55

中間にいれば安心という本能 / なぜ、日本のホワイトカラーは気づかないのか / 本能を再起動せよ / 制度改革よりも自己改革を

—Column— 酒も遊びも睡眠も捨てて——シリコンバレー起業家の生態 63

羽化 — 停滯を打ち破るニュー・エリートへ 67

オールド・エリートからの脱却 68

変わることを拒む人がたどる道／年齢に関係なく陥る停滯のシグナル／採用担当者が直面する厳しい現実／ダイナソーの5段階レベル／ゴジラの卵になっていないか／ダイナソーを脱したあとの課題

変幻自在のニュー・エリート 78

変化を糧にするニュー・エリートの条件／アダプティブ・アジリティという武器／総合格闘技と精神的な基盤／柳衛 — 受け継がれる日本人の強み／クレバスに直面する日本企業／日本独自の生存戦略とは？

個人の羽化モデルと6つの力 93

ニュー・エリートへ羽化するためのモデル／6つの力は共振する／実践のための3つの扉

— Column — 自慢から赤っ恥、そして逆転の瞬間 104

第二部 なにを身につけるのか

羅針盤 — Visionary Thinking 111

ビジョンは進路を示す羅針盤 112

地図は毎秒描き変わる／ビジョンとは未来への意味づけ／人を動かす「磁力」とはなにか

ビジョンを生む「問い」 118

あなたは、なにを変えたいのか／ニーチェとアリストテレス／葛藤が自分を鍛える／小さなビジョンから始める／単眼と複眼で環境を読み解く／**Case** 地方勤務の現場課長が示したビジョン

「違和感」から始まる未来構想 132

ビジョナリー・シンキングを実践する3つの扉

— Column — 定量化原理主義という壁 136

内なるエンジン — Self Empowerment 139

指示ゼロ環境で動けるか 140

誰に言われなくても自分で動く／内発的に動ける人が時代を切り拓く／内発的動機の科学的根拠

自分のなかに強力なエンジンを持つ 145

エンジンを自分で回す／気合いではなく、仕組みで動かす／**Case** バンコクで試された「自分を動かす力」

動き続けるための選択と行動……………152

3つの習慣でセルフ・エンパワーメントを高める／思想のある実行者が組織を変える

— Column — 動く瞑想のなかで、自分を取り戻す……………157

第5章 世界を取り込むアンテナ — Diversity Sensor 159

「違い」は視野を広げる……………160

自分が少数派のときにどう振る舞うか

複数の文化を並走する力……………162

同質性に守られていることの盲点／アンフェアと批判された「間接のパケツリレー」／乗り換えるのではなく「並走する」／文化の違いを可視化する「カルチャーマップ」／**Case** インドネシア通信会社との攻防と信頼の交渉

「違う」相手と向き合い続けられるか……………175

「違い」にどれだけ耐えられるか／多様性に対する感覚を育む3つの扉

— Column — DE&Iは万能薬ではない……………179

第6章 183

橋をかける対話 — Communication Design……………183

権限で人は動かせない……………184

伝達する対話、共創する対話／権限ではなく共感で動かす

コミュニケーションはスキルの集合体……………187

「あうんの呼吸」との決別／アサーティブ・コミュニケーションが信頼を築く／幹部たちが学ぶハーバード流交渉術／相手にどう受け止められるか／デジアナ・スイッチという発想／**Case** 否定しない会議が生んだ成果／すべての力を橋渡しする

コミュニケーションは細分化して学ぶ……………200

コミュニケーション力は生まれつきの才能ではない

— Column — 小さな一言、大きな成果 — 『ユー・ガット・メール』が教える信頼構築の方程式……………204

第7章 207

届く英語 — Global English……………207

伝えようとする意志が問われている……………208

英語は共通のOS／心の壁が最大の障壁

完璧主義を捨てよ……………212

複雑な文法はいらない／英語習得には時間がかかる／ティッピングポイントを越えた日／
Case シンプルに伝える勇気が切り拓いた突破口

英語回路は一日にしてならず

英語マニアたちの地道な学習法／語学はアウトプットで身につける

Column カタカナが多い——その一言が示す組織力学

第8章 AIの扉——Digital Openness

Aーが自己変革を加速させる

深さと狭さの宿命——専門知とAーの間／Aーに仕事を奪われる人、Aーと共に進化する人

Aーと対話する力

デジタルで自己拡張する／「使う」から「対話する」へ／問いを立てる力×要約力×発信力／

Case 行動資産にAーを掛け算する

Aーと新しい関係を築く

Aーを育てる2つの切り口／対話パートナーとしてのAー活用／ゾーイとの対話／思考を拡張する問い

Column 起業家とAー——せつかちさの行方

第三部 どう実践するのか

第9章

試練の物語——揺らぎから始まる進化

ストーリーの読み方

3度目の打診で決めた海外渡航

停滞と空虚感のなかで／リーダーシッププログラムの初日／「なぜ」と問われて

Visionary Thinking／自分を動かす挑戦——Self Empowerment／透明化の危機——

Diversity Sensor／似て非なる力——Communication Design／完璧でなくても届く

Global English／加速するか、停滞するか——Digital Openness／自分はこうしたのか

5年後、なにが変わったか？

リーダーシップは意思表示／あの時間が変えたこと

Column 嫉妬とどう向き合うか——ニュー・エリートのマインドセット

制約の萌芽——試される瞬間は日常に潜む……………285

いま、なにか試されているのか……………286

試される瞬間は日常のなかに／「好きなことを仕事にする」の罫

足元から始める3つの実践……………290

制約を創造のエネルギーに変える／小さな挑戦と成功を積み重ねる／挑戦が自信を生み、
信が次の挑戦を引き寄せる／いまの環境で「新しい自分」を試す 自

最初の一人になれ……………295

最初の一人、最初のフォロワー／試される瞬間から逃げない／**Case** スタートアップとニユー
クの洗礼

エピソード……………304

すべてはコンビニの雑誌棚から始まった／謝辞

巻末付録……………311

参考文献……………317