

トップ5%の
“ハイパフォーマー”になる
ための**6つの秘訣**

人生が変わった瞬間、
アメリカのド貧乏生活を続け
て、引きこもりに・・・。

「自分の外に答えがある」



「自分の中にしか
答えはない」

自分の中にある

“隠された能力”を最大限に

引き出すためには？

ノウハウだけでは
人は成功できないという事実



ある“**重要な要素**”が
抜けてしまっているから

“重要な要素”

=ハイパフォーマンスになる

ハイパフォーマーとは？



常に集団の中で、

“トップ5%の結果を出す”

人々のことである

今回のビデオでは、

“トップ5%の結果を出す”

ハイパフォーマーになるため

の**6つの秘策**を公開する

1つの目の秘策

“プレゼンス(存在感)”

「1つのことに集中する」

「いま、その場にいる」

「マルチタスクをやめる」



シングルフォーカスへ

2つの目の秘策

“高いマインドセット”

「どういう考え方を
するのか？」

質問：

「自分は“**本来の自分**”になっ
ているだろうか？」

3つの目の秘策

“高いエネルギー”

「どれだけ元気よく毎日
を過ごしていくか？」

エネルギーの3つの要素

「睡眠」

「栄養」

「運動」

4つの目の秘策

“高い影響力”

「どうやったら人に影響を
与えられるか？」

「大胆さ」と「情熱」

を示す

5つの目の秘策

“高い生産性”

「どれだけ早く・確実に仕事を
を終わらせられるか？」

質問：

「今日、私がどんなことを
してでも終わらせなくては
ならないことはなにか？」



「そのための行動は
なんだろうか？」

6つの目の秘策

“**使命（目的）**”

「なんのためにこれを
やっているのか？」

質問：

「今日、自分はどうすれば、
自分の可能性を発揮して、
周りの人の役に立てる
だろうか？」

このビデオに関する
感想・質問をコメントに
書いてください！