

ベネフィット・ステーションサイトにて

ソニーの電子書籍ストア「Reader Store」

検索



ソニーの電子書籍ストア

Reader Store

Benefit Station

◀ クリック/スキャンしてアクセス！



毎月ビジネス書5冊が読み放題！

2024年2月1日(木)～2月29日(木)まで

『時間を「うまく使う人」と「追われる人」の習慣』

本書は、ただ時短をしてすべての効率化を目指そうというものではありません。タイムマネジメントコーチとして、時間の使い方に悩む多くのクライアントの課題を解決してきた著者が、忙しさによる焦りや不安といったストレスから抜け出すためのコツから、時間の「質」の上げ方、自分らしく豊かな人生を送るための考え方まで、様々な視点から時間の使い方を解説します。

『「すぐやる人」と「やれない人」の習慣』

累計発行部数34万部突破！「ついダラダラして怠けてしまう」「失敗が怖くて動けない」そんな悩みを抱えている方は必読！この本で提案される「すぐやる方程式」は「意志×環境×技術」。すぐやることが習慣になれば、平凡な毎日が見違えるほどいきいきしてきます。自分のできそうな項目からどんどんチャレンジして、より輝く人生を送りましょう！

『「気がきく人」と「気がきかない人」の習慣』

さりげない気遣いが自然にできる！気がきく人がやっている、思わずマネしたくなる50の習慣をぎゅっとまとめました！本書では、気がきく人とそうでない人の習慣を比較で紹介。今の自分の習慣に照らし合わせながら、気がきく人の習慣を知ることができます。納得して自分なりの習慣に変えていけるように、心理学的な根拠や実例・具体例なども盛り込みながら紹介しています。

『やる気ゼロからフローに入る 超・集中ハック』

ついスマホ・ダラダラ残業・締め切りギリギリがなくなる！科学的な根拠に基づいた、集中力を上げる47のハックを大公開！大切なのは、やる気や才能、努力ではありません。「セオリーを知ること」です。本書では、様々な研究結果や心理学などに基づいたセオリーを、すぐに使えるハックに落とし込んで紹介していきます。

『苦手でも、緊張してもうまくプレゼンの極意』

「自分にはプレゼンをする機会がなく、苦手なまま放置してしまった」「自分の意見を伝えるのはビジネスの基本、出来ないままでは嫌だ」「いつかチャンスをものにしたい。そのためにプレゼンは必要だ」もしあなたがそう思うなら、本書を手にとってください。15年間、企業で研修をしてきたプロ講師が、その経験をフルに盛り込んだ「プレゼン弱者が強者に勝てる方法」をこの本に余すところなく書きました。

