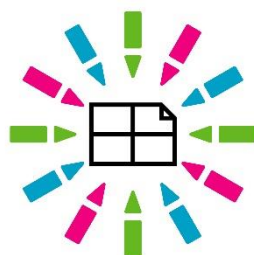


「1枚」ビフォーアフター事例集

Vol. 04



「1枚」で自カと自信 輝かす

1sheet Frame Works

「1枚」ワークス

I. はじめに： ビフォーアフター事例集の読み方「3つのポイント」

- ① すべての事例について、
「Before=**現状**は？、After=**結果**は？、How=**どう解決**した？」の流れで構成しています。
- ② 「How?」については、**どの「1枚」フレームワーク®を使ったのか?**を明記しています。

- ③ 事例を読むだけで「学びや気づき」を促せるよう、「浅田のピンポイント解説」をつけました。

II. (補足) 初学者のために： 9つの「1枚」フレームワーク® ミニ解説

・「エクセル1」:

全ての「1枚」フレームワーク®のベースとなる型。
思考整理、コミュニケーション、タイムマネジメント、問題解決、
戦略立案、読書、願望実現、習慣化、マインドセット等々、
オールラウンドに活躍するシンプルにして万能の「1枚」の型。

日付: テーマ:		日付: テーマ:	

・「テーブル2」:

「比較」「マトリクス」を使った思考整理やコミュニケーションに特化した「1枚」の型。「比べながら」「見ながら」思考整理することで「気づきやアイデア」が得られる、あるいは、見せて伝えることで「あっさり伝わってしまう」体験をする受講者が続出している「1枚」。

日付: テーマ:	1P? ↓	y? ↙	↘
		-	+
x? ↗	+		
		-	

•「ロジック3」:

ロジカルシンキング・論理的コミュニケーションを「1枚」書くだけで実践できるフレームワーク。網羅性を重視したロジックツリー方式ではなく、「伝わりやすいか」「記憶に残りやすいか」「行動に移しやすいか」等、徹底的に「仕事で役立つか」にこだわった超実践的な「1枚」論理術。

日付: テーマ:	1P? ↓	Q3? ↓	3 →
		1 ↓	2 →
Q1? ↓	3 →	Q2? ↓	3 →
1 ↓	2 →	1 ↓	2 →

•「リード4」:

1冊の本を、15分前後で、人にわかりやすく説明できるレベルで「1枚」にまとめられるという、情報洪水時代に必須の読書の型。はじめは半信半疑の受講者も、その精緻なメカニズムを理解・実践することで、大半が現状の3~5倍以上の読書量を実現している。

日付: 題名:		P?:	
		PQ?:	
		A?:	
		AQ?	3 →
		1 ↓	2 →

•「アクセプト5/パーパス5」:

他者への共感能力を高める「1枚」。また、仕事の目的を「1枚」書くだけで見える化できるフレームワークでもある。相手への共感と仕事の目的がなぜこの「1枚」の型で両立するのか?この答えが腑に落ちたことで、仕事観が根本から変わった受講者多数。仕事の核となる「1枚」の型。

日付: テーマ:	1P? →		
Who? ↓	Before? ↓	After? ↓	How? ↓
	「	「	」

•「ストーリー6/ブレイク6」:

「物語る力」「相手の感情を動かす伝え方」が身につく「1枚」の型。また、プロジェクトや大きな目標を達成するうえで必須となる「シナリオ」「構想」等を描く使い方も可能。型のカタチは同じだが、前者の目的では「ストーリー6」、後者の際は「ブレイク6」と名称を変えて使用する。

日付: テーマ:	1P? →		
	After? →		
Wall? →	1 →	2 →	3 ↑
Break? →	1 ↑	2 ↑	3 ↑
Before? →	↑		

•「プライオリティ7」:

「1枚」書くだけで「優先順位をつける」ことができるフレームワーク。また、「優先順位をつける力」の正体の1つである「質問力」についても、この「1枚」で飛躍的に高めることが可能。加えて、名著『7つの習慣』的な思考・行動習慣を身につけたい人にも格好の「1枚」となっている。

日付: テーマ:		P?	
TOP3?	□1	□2	□3
TO DO?			
How?		How?	

・「ソリューション8」:

「1枚」ワークスの総本山・総決算的なフレームワーク。ビジネススキルの中でも最重要となる「問題解決力」を、「1枚」で磨いていく型。問題解決力について学んだことがないビジネスパーソンはもちろん、問題解決マニアの目からもウロコがおちる超実践的に昇華された技法。

目的: テーマ:	What?	Why?	How?

・「フォーチュン9/モデル9」:

成功者・名経営者の多くが「ポジティブ思考・強運者」という認識のもと、どうすれば彼らのマインドセットを自身にインストールできるかという観点で開発したフレームワーク。運とは何か？を研究したうえで型化しているため、実際に幸運体質になった人が続出。最もユニークな「1枚」の型。

目的: テーマ:			
		EP?	

Ⅲ. 本編：劇的！「1枚」ビフォーアフター事例集

事例集 vol. 04 です。今回も以下の3名の受講者の方から3例ずつ、合計9つの実践例をご紹介します。

- ・Hさんは、公務員をされている方です。
- ・Kさんは、自動車の販売店に勤務されている方です。
- ・Yさんは、個人起業家として研修・講演・作家として活躍されている方です。

これまでにご紹介してきた27事例とは、また異なった内容のものばかりです。ぜひ、「1枚」フレームワーク®の汎用性や多様性、応用範囲の広さを味わいながら読み進めていってください！

10-1. Hさん:突発対応で余裕がなくなり悪循環に・・・脱出のカギは「1枚」

- ・Before?
4月20日の木曜日に、急遽、電話を受けました。内容は、「来週月曜日、現場の状況を見に行きたいんですがいいですか？」

電話の主は、私にとっては本社にあたる、上級組織の人事担当官からでした。
4月に着任したので現場の勤務環境等を見たいが、その際、月曜日の朝一番が都合がいいとのことでした。
月曜日は、午後から定例の会議もあるし、その準備もできてないのに・・・
以前の私であれば、できない理由を考えて、「難しいです。」と、言っていたと思います。

・After?

当日、月曜日の朝一番、1枚の紙を準備し、人事担当官の到着を待っていました。
時間になっても、来られず、何かあったのかな？ と思っていると、20分くらい遅れて到着されました。
道路が渋滞していたそうです。当初の計画では、1 私の概要説明、2 現場の案内 の予定でしたが、
遅れて来られたので、急遽、順番を変更し、1 現場案内、2 私の説明の順としました。
現場案内が終わってみると、当初の説明予定時間15分のところ、残り時間が約10分位しかありませんでした。

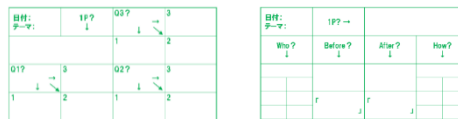
私は、準備した1枚を見せながら、ポイントのみを、淡々と説明しました。その結果玄関まで送っていく際に、

- ・短期間(私が着任して3ヶ月)でよく掌握し、考えをまとまめられていますね！
- ・急遽来ることになって申し訳なかったですね。
- ・これからもよろしくね。

と言ってもらうことができました。短時間でも伝わったという嬉しい気持ちになることができました。
1枚書いていたからこそ、急遽な変更にも対応でき、自信をもって伝えることができたのだと思います。
(ちゃっかり、今後の人事的な問題点と人の補充もお願いしました。)
これからも、伝わる思考整理力の実践を続けたいと思います。

・How?

※ 使用した「1枚」フレームワーク®:
「ロジック3」「パーパス5」



グループコンサル、ライブレクチャーに参加する中で、「ポジティブフォーカスで行くぞ！」という心境を
少し育てていたこと、また、今まで「1枚」を書いてきた少しの自信があったからだと思います。
私は、以前のような「難しいです」ではなく、「どうぞ来てください。お待ちしております。」と答えていました。

ただ、そうは言ったものの、実際時間はなく当初は焦り、焦ると思考整理ができず、という悪循環に・・・
と、ここで、講座で学んだ内容を思い出しました。

「ちよっと待てよ。思考整理できないのは、そもそも考えるベースとなる材料を準備できていないからだ！」
「何よりも、そもそも相手はどんな人、どうなっていたらいい？という他者視点から出発すればよいんだ！」

このことに気づいた私は、悪循環から脱出するべく、基本に立ち返って「パーパス5」を書いてみました。

すると、「だいたい現場の概要はわかりました！」と言ってもらうためにやるんだ！という目的が明確になり、停滞していたことが嘘のように、すらすらと次の「ロジック3」を自然な流れで書くことができました。

まず、1pに「うちの勤務環境は○○なところですよ！」と書いて、

1. 概要(What) そもそも成り立ち、特徴、特質 2. 現状と問題点、課題 3. 今後の取り組み
という流れで、「紙1枚」に思考整理をしていきました。

最終的には、“伝わる「資料作成」編”で学んだ「1枚」のExcel資料で資料化できました。

今まで1日ぐらいかかってもできなかったことが、約1時間くらいででき、本当に驚きました。

(他の会議の準備と同時並行でやることができたという点でも、非常に自信となる経験です)

○浅田ピンポイント解説

・Hさんのように、突発対応で慌ててしまい悪循環に陥ってしまうパターンは本当に多いと思います。

・こういうときのセオリーは「基本に立ち返る」。ところで、「基本」とは何でしょうか？

Hさんはこの体験を通じて、「仕事の基本」を感得したことになります。

・すなわち、「自分」ではなく「相手」から出発すること。「パーパス5」を書いたことで、Hさんは悪循環からの脱出に成功しました。余裕がある時ない時を問わず、「相手」から出発して仕事を組み立てていくと、最短距離、最短時間、最高効率で仕事をすることができます。この本質を、Hさんの事例からぜひ学びとってください！

10-2. Hさん：締切り前倒し！それでも思い通りの人事案を「1枚」で通す方法

・Before?

ある方が7月から不在になるため、後任の人事案を作成し、差し出し先の部長に了解を得たうえで、支社長にも決裁をもらわなければならない案件がありました。6月末までに決裁をもらえばいいという私本来の先延ばし思考から、ある程度考えはしていたものの、決裁資料は準備できていませんでした。6月21日(水)に、人選期限が前倒しになり2日後の6月23日(金)までに絶対決裁まで終わらせないとイケない状況に追い込まれました・・・期限のプレッシャーに弱い私は、慌てるばかりで、どうまとめてどう報告してよいかわからず、頭が真っ白になりました。

・After?

短時間で、資料を作成し、そして期限までに支社長からも「よしこの人でいこう！」と言ってもらい、無事に決裁を得ることができました。

・How?

- ※ 使用した「1枚」フレームワーク®:
「エクセル1」「テーブル2」「ロジック3」

頭真っ白状態から脱出するべく、まずは、“「理解」で伝わる編”で学んだ、比べて見せる「テーブル2」TYPE1の「1枚」を書きました。人事案 A と B 案を並べて併記したのですが、縦軸の比較項目で迷ってしまったので、「エクセル1」を書いてリカバリーしました。結果、ポイントになりそうな5つの項目に絞り、比較を行いました。出てきた結論は、人事案 A でした。その後、報告のための「1枚」決裁資料を、「テーブル2」と「ロジック3」のハイブリッドで作成しました。

- ・「報告の趣旨」(Why?)
- ・「具体的な人事案=テーブル2の表」(What?)
- ・「今後の処置」(How?)

上記の構成で資料をまとめ、その「1枚」を「見せる」ことで「あっさり伝わり」、結果、前倒しの状況でも期限までに業務を終わらせることができました。この体験で、「比べて見せることのパワー」を改めて実感できました。何より、「どうしていいかわからず途方に暮れていた」自分から、「この方法でまとめて伝えれば何とかかなりそうだ」という見通しを立て、「心の不安」を減らし、「主体的に取り組める」自分に変わってきていることが嬉しいです。「1枚」ワークスの学びは、確実に実践で役に立つ思いを強くできました。ありがとうございます。

○浅田ピンポイント解説

- ・これも突発対応の事例ですが、Hさんは今回さらに高度なことをやってのけています。
- ・「テーブル2」による「比較」で思考整理をクリアにし、それを「ロジック3」と組み合わせて「1枚」資料にする。「美しい」という言葉を使いたくなるくらい、見事な実践例だと思います。
- ・何より、私からそうガイドしたのではなく、Hさん自身が追い込まれた状況で主体的にこのアクションをくり出していったという点が本当に素晴らしいです。“「1枚」で 自力と自信 輝かす”という「1枚」ワークスの理念が凝縮されている事例です。ぜひ自分に置き換えて、この体験から学びを得てみてください。

10-3. Hさん: インパクトを与えるプレゼンができるようになった「1枚」

・Before?

私が働いている職場では、社員倫理について、毎年教育する機会があります。

直観的に理解してもらうことができました。どうやったら、意志を強く持てるかは、その場にいる人に意見を言ってもらい、自分事として動作化してもらいました。

最後にもう一度書きたいのですが、“伝わる「資料作成」編”で教えて頂いた、「写真+透過スライド」や「コンベヤ」機能のインパクトは本当に大きかったです。「オリジナル感満載」「面白かった」「印象に残った」という感想や、「どうやって作ったんですか」という質問までもらってしまいました。

今までの学びが実践で使えたことが嬉しかったのはもちろんですが、何より嬉しかったのは教育を受けた方から、たくさんコメントやリアクションを頂けたことです。引き続き、学びを実践していきます。ありがとうございました。

○浅田ピンポイント解説

・「印象」「インパクト」「面白い」といったコメントを引き出すプレゼンに成功した事例です。

・といっても、何か面白いことを言ったわけでも、印象深い体験談を話したわけでもありません。

私が普段、完全修得プログラムやイチラボで使っているプレゼン資料の作り方を、Hさんなりに置き換え、それをただ淡々と「見せて」伝えただけです。

・もちろん、「共感のロジック3」による感情の刺激や、「テーブル2」による直観的理解といった「1枚」の活用も効いています。何より、こういった応用をHさんが縦横無尽にできていることが、私も本当に嬉しいです。2つ目の事例とも重なりますが、私からの個別アドバイスは一切ありません。Hさん自身のアイデアです。「1枚」の「再現性」の高さや、「自力」を発揮することの楽しさなども、この実例からぜひ感じてほしいです。

以上で、Hさんのビフォーアフター事例共有は終わりです。

続いて、Kさんのビフォーアフター事例に移ります。Kさんは、自動車の販売店に勤務されている方です。事例の内容がガラッと変わりますので、どうぞ頭を切り替えて、また読み進めていってください。では参りましょう。

11-1. Kさん： 停滞を打破する「担い手」に自ら「立候補」できた「1枚」

・Before?

会社で昨年の10月から6ヶ月間、部署ごとに分かれて改善取り組みを行ってきました。

今回の事例は、4月に開催された全社員会議の分科会での発表(5位まで表彰)での出来事です。

分科会が始まった当初の私は、「誰かが先頭に立ってやってくれるだろう」「聞かれたら答える」という、消極的で今でも恥ずかしくなるような状態でした。また、部署(企画)としても、6ヶ月間という長丁場であること、年末年始や決算期といった繁忙期にかかることから、なかなか取り組みが前に進みませんでした。

・After?

発表の結果は、残念ながら5位以内に入賞！とまではいきませんでした。2つ大きな収穫がありました。1つめは、「やれと言われて受け身で行う発表での緊張感」と、「自分からやると言って能動的に行う発表での緊張感」は全くの別物であるという体験ができたこと。

2つめは、自分から能動的に行動したことで、「また発表してみたい」というポジティブな姿勢や行動へのモチベーションが湧いてきたことです。

・How?

※ 使用した「1枚」フレームワーク®:
「エクセル1」「ソリューション8」

日付	内容

日付	Mon?	Tue?	Wed?

停滞した状況を打破すべく、まずは企画部署内でのミーティング時に思い切って書記役をかってでました。そして、「ソリューション8」の「1枚」フレームワークを使いながら、参加者に問題点や対策案をだしてもらいました。当初は不安もありましたが、「ソリューション8」のおかげで、最終的には方向性を決定することができました。

なぜ、普段はやらないような思い切った行動ができたのか？

振り返ってみると、「1枚」ワークスで学んでいることからうまれてきた「自信」と、もう1つ、「フォーチュン9」を日々書き続けたことで気持ち的にもポジティブになれたことも大きかったと思います。最終的には、自ら発表者にも立候補し、どうしたら聴き手にわかりやすく話せるかを「エクセル1」でまとめりこともできました。(実践の際は、『いまセツ』にも助けられました)

○浅田ピンポイント解説

・「1枚」ワークスが大切にしているマインドセットの1つとして、「ポジティブ・フォーカス」があります。

・Kさんは日々「1枚」を書くことで、消極的な「受身」人間から、積極的な「能動」人間に変わることができました。

・私は、「チャンスは誰にでも平等に与えられている」と考えています。ただし、チャンスをつかめるかどうかについては、とてつもなく個人差が広がっていると思っています。では、何によって差が生じているのかというと、それが上述の「ポジティブ・フォーカス」であり、「能動的」かどうかであり、「自信」の有無です。

「1枚」フレームワークを繰り返し書くことで、こうしたキーワードを自分にとって身近なものにすることができます。上記のキーワードに縁遠さを感じてしまう人ほど、Kさんの事例は参考になるのではないかと思います。

11-2. Kさん：「1枚」にして見せたら、あっさり採用された！

・Before?

私が勤める自動車販売店では、来店されたお客様にお出しするウェルカムスイーツを定期的に変えています。今回、他の業務と並行してこのスイーツの発注担当になり、初めてスイーツを提案することとなりました。基本的には、メーカーの関連会社から3か月ごとに3種ずつ幹旋されるので、その中から選ぶという方式です。私は新担当者として、従来のようにどれか1つに絞るのではなく、「時期によって変える」ことを提案しようと考え、長期保管できるかどうかの観点から2つを選んで社長と常務に提案することになりました。

ただ、「1枚」ワークス受講前の私は、こういう時いつも「口頭だけ」で説明をしてしまっていました。結果、内容について突っ込まれてアタフタしてしまい、うまくいかないといったことを繰り返していました。

・After?

私が「意図」した通りに「あっさり」提案内容が「伝わり」、無事採用となりました。

・How?

※ 使用した「1枚」フレームワーク®：
「テーブル2」

1P? 2P?	1P? 2P?
1P? 2P?	1P? 2P?

口頭で済ませようとするクセを改め、「テーブル2」TYPE1 を使った「1枚」比較表を作成しました。すると作成途中で、「時期によって変更する根拠の明記が必要だ」ということに気づき、「特記事項」という項目を追加することができました。この項目を入れたことが奏功したのですが、事前には書き出して思考整理していなかったら、必要性に気づけなかったのではないかと思います。

加えて、ワークショップで学んだ「手ぶらで伝えない」「口頭で済ませようとする」と手持ち無沙汰になりソワソワするといった「動作」を思い出し、「サンプル」を用意し、「試食」してもらおうということもやりました。結果、アタフタせずに説明を終了することができ、突っ込まれることも全くありませんでした。

○浅田ピンポイント解説

- ・「比べて見せて伝えると、あっさり伝わる」ということが良くわかる実例です。
「スイーツの選定」という非常にカジュアルなテーマなので、イメージもしやすいのではないかと思います。
- ・ただ、この事例にも大事なポイントは多数含まれていて、1つだけフォーカスをあてると「ソワソワ」です。
口頭で済ませたくないからこそ「1枚」を用意するわけですが、こうした根本的なモチベーションを動作レベルで表現しているのが、今回の「手持ち無沙汰になるとソワソワする」という記述です。

自分の意志だけでは限界があります。私だってそうです。だからこそ、私も積極的に環境を変え、選び、環境の力を使って仕事や人生を前進させています。身につかずに終わっている人ほど、参考にしてください。

以上でKさんのビフォーアフター事例共有は終わりです。

最後は、Yさんのビフォーアフター事例に移ります。

Yさんは、企業研修や講演での登壇、また作家としても活躍されている方です。守秘義務の関係でなかなか具体名をあげられないのですが、誰もが知っている著名人も多数仕事をしている凄い方です。

むしろ、私よりも有名人に「1枚」を広めてくれているのではないという感じなのですが、今回はそうした公開できない事例以外の部分で、ビフォーアフターをシェアしてもらいました。じっくり読み進めていってください。

12-1. Yさん: 「1枚」があれば突然のスピーチ指名でも安心

・Before?

先日、某大学で、現役大学生を対象にした1日ワークショップに招かれました。テーマは、「仕事と幸せ」。ワークショップの前半が終わった頃、講演者として話していた友人が、いきなりこんなことを言い出しました。

「突然ですが、今日は離職率をゼロにする達人である友人が来ています。ついては、『私にとって幸せとは?』というテーマで、これからスピーチをいただきたいと思います。皆様いかがでしょうか?」

私は思わず、「え〜っ!」と声をあげたのですが・・・会場からは大きな拍手が起き、思わず会釈をしてしまいました「突然そんなこと言われても無理!!!」いったいどうすれば・・・

・After?

友人からは「ありがとう、わかり易くてよかった!感動した!って喜んでもらえたよ」と言っていただけました。咄嗟の出来事でも、「1枚」さえあれば安心なんだ!という体験になりました。

・How?

※ 使用した「1枚」フレームワーク®:
「エクセル1」「ロジック3」「ブレイク6」

目的:	1P?	3
テーマ:	1	2

目的:	1P?	3
テーマ:	1	2
01P?	3	02P?
1	2	1

目的:	1P?	3
テーマ:	1	2
Wall? →	1	2
Break? →	1	2
Before? →	1	2

咄嗟のことでしたので、「1枚」を書いている時間はありません。

そこで、頭の中で普段書いている「ブレイク6」を、まずは浮かべてみました。

そして、いま自分が抱えている「Wall:カベ」は、以下の3つだと見出しました。

- 「1: 一番言いたいこと(1P)が不明瞭」
- 「2: 1Pを支えるロジックやストーリーが不明瞭」
- 「3: 行動レベルで話せるかが不明瞭」

続いて、「Break:突破口」をどうするか？と考えたわけですが、通常であればそれぞれ、1つめが「エクセル1」、2つめは「ロジック3」、3つめは「動作レベルの言葉」にすれば解決となります。

ただ、今回はそれを書いている時間がありませんでしたので、とにかく頭の中に「エクセル1」を浮かべながら、「幸せって何？」というテーマでいくつかキーワードを埋めていきました。

そして、ここはもう直観的に「必要とされること」というキーワードを選び、あとはその場で「ロジック3」にはめながら話をしていきました。「紙なしロジック3」の実践です！

ちなみに、この時は、

- ・Why?:なぜ「必要とされる」が幸せのキーワードなのか？
1:貢献できると嬉しいから 2:不安が解消されるから 3:自分の存在を意味あるものにできるから
- ・What?:「必要とされること」を別の言葉で置き換えると？
1:存在価値の実感 2:人としての醍醐味 3:社会人としての承認
- ・How?:「どうしたら必要とされるようになる？」
1:集中して仕事に取り組む 2:周囲の人に感謝の気持ちをもつ 3:前向き、謙虚な発言や行動

さいごの「How」についてはこのままだと動詞レベルなのですが、その場ですぐに動作レベルの言葉に変換しきれなかったため、その場でワークを行い、参加者の人たちに各自で話し合っただけで見出してもらいました。

全く準備時間が取れない咄嗟の状況の中でも、精一杯できることはやれたのではないかと思います。

○浅田ピンポイント解説

- ・Yさんは、私と同じ「教える仕事」をしているプロの方です。それもあって、なかなか高度なビフォーアフター事例になっています。「1枚」仕事術の究極ゴールである「紙なし」思考整理の世界を、垣間見てもらえたら嬉しいです。
- ・この事例でフォーカスをあてたいのは、咄嗟の状況で頭の中に「1枚」フレームワークが浮かぶか？という点です。浮かばなければ埋められませんし、埋められなければ「紙なし思考整理」の実践も難しくなってしまいます。
- ・では、どうすれば浮かぶようになるのか？というと、普段からどれだけ書きまくっているかという点に尽きます。水が100度になった瞬間、水蒸気という全く別の「質」に変化するように、繰り返し「1枚」を書いていると、どこかで沸点＝「紙なしでも同じようなことができる」世界に達します。

「量」が「質」を凌駕する。その世界を楽しみにしつつ、日々コツコツと経験値を上げていってください。

12-2. Yさん：「紙1枚」で新規テーマの講座でもリピート受注！

・Before?

ある協会から、ビジネスパーソンとそこのご家族を対象に、「認知症の予防と物忘れカイゼン」をテーマに、講座を開催してほしいと、依頼されました。

- ・親の認知症のことで自分の仕事に支障が及んでいる
- ・具体的に効果のあるカイゼン方法を知りたい
- ・最近自分も物忘れが多くなってきた

といった不安や問題を解決するような話をしてほしいというオーダーだったのですが、さて、いったいどんな話をする事ができるか・・・

・After?

特に物忘れが激しい3名の受講者の方に、How?に書いたトレーニングを実施してもらったところ、

- ・会話が增えた ・笑顔が増えた ・物忘れが減った

という結果ができました。このようなポジティブな変化に対し、協会からは「継続的に開催して欲しい」というご要望を頂けましたので、今後、カリキュラムを制作していくことになりました。

・How?

- ※ 使用した「1枚」フレームワーク®：
「エクセル1」「ロジック3」

01?		

01?		03?
	02?	

頭の中だけではどうにもまとまらなかったため、まずは、「エクセル1」を書いてみました。

そして、テーマを3つに絞ることができました。

- ・テーマ①： 認知症と物忘れの違いってなんだろう？
- ・テーマ②： そもそもなぜこんなに急増しているのか？
- ・テーマ③： 物忘れってどうやってカイゼンできるのだろう？

次に、これらについて1つずつ「ロジック3」を書いて話の構成をまとめていきました。1つだけ紹介すると、

・1P: 物忘れカイゼンのカギは、日頃の事前予防

・Why? : なぜ事前予防が大事なのか?

- ①認知症になる前にできることがあるから
- ②認知症そのものは家庭でのサポートが困難だが、物忘れの予防は家庭でサポートできるから
- ③物忘れ予防は、場合によっては家庭でのサポートがなくても、高齢者独りでできるから

・What? : 事前予防のポイントは?

- ①集中力を高めること、②人や何かの為に自分の得意を活かす、③やったことがない体験経験を増やす

・How? : 事前予防ってどうやるの?

- ①たとえば、息を吐く・吸うを5往復することだけに集中する、これを一日2回
- ②昔取った杵柄を紙に書き出し、家族に語ってみる
- ③今まで行ったことがない場所に行ったり、食べたことがないものを食べたりしてみる。

講座の結果は、After?欄に記載した通りです。ありがとうございました。

○浅田ピンポイント解説

・講座や研修、ワークショップ、講演等の準備に、「エクセル1」や「ロジック3」が使えるという事例です。

・1つめのビフォーアフター事例に比べるとオーソドックスですが、大切なことはこうした基本的な実践をどれだけ日々積めているかという点です。

・Yさんは受講当初、本当にロジカルに話すことが苦手な方でした。これらのビフォーアフター事例からは全く想像できないかもしれませんが、実際そうなのです。そして、私自身もかつてはそうでした。

人は変わる。どうかその1点を信じて、日々「1枚」を書いていってほしいと思います。

12-3. Yさん: 「1枚」で、「発言が起きやすい場づくり」に成功

・Before?

2つ目の事例とは異なり、今回は平均年齢22歳という若手向け研修での出来事です。

研修当初は、私の方から「質問は?」「改善点は?」「感想は?」とたずねても、毎回発言をする職員と、しない職員ではっきり分かれてしまっていました。

これを見ていた研修先の管理職の方は、「またか」という感じで非常に困った表情を浮かべていました。

・After?

全員が積極的に発言するようになりました。

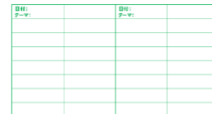
「考えが次々に湧いてくる」「緊張しないで発言できる」など、たくさんの高評価をいただきました。

研修先の管理職の方からも、「能動的な発言が起きる場づくり」の手法に高い評価を頂き、

来期も研修を継続させていただくことになりました。

・How?

※ 使用した「1枚」フレームワーク®:
「エクセル1」



やったことは非常にシンプルで、「エクセル1」を1枚、遊びで書いてもらっただけです。

テーマは、「おもちゃの整理整頓をどうするか?」です。これをまずは個々人で書いてもらい、

それを周囲の人に話してもらおう。また、話してもらおう際も、「自分が見て話す」と「相手に見せて指差して話す」

の両方を体験してもらい、「どうすれば伝わりやすく話せるのか?」を体感してもらいました。

このウォーミングアップ後は、実際の研修テーマについても活発な意見がでるようになり、

理想的な学習環境を構築することができました。

○浅田ピンポイント解説

・「エクセル1」で効果的な場づくりに成功した事例です。

・Yさんのような教える仕事に携わっていない方であっても、「会議や打ち合わせ」で全く同じことが可能です。

・完全修得プログラムのコンテンツの1つに“伝わる「会議」編”がありますが、そこで話している内容と今回の事例は密接にリンクしています。「一部の人が話す会議」「発言しにくい人がでてしまう会議」「みんなの総意ではなく一部の意見で結論がでてしまう会議」を撲滅したい方は、この事例を参考にしてみてください。

さて、9事例にわたる「1枚」ビフォーアフター、いかがだったでしょうか?

あなたにとって、どのような気づきや学びにつながったでしょうか?

この事例集が、今後の学習や実践への良いきっかけとなったのであれば、本当に嬉しいです。

最後に、これを読んでくださっているあなたごも、同様のビフォーアフター体験をされているのであれば、info@asadasuguru.comまで、その詳細をぜひメールで送ってください。

なおその際は、今回の9事例と同じような構成(Before?、After?、How?)で送ってくださると大変助かります。(今後、別の vol.を編集していく際に、非常に掲載しやすくなりますので)

あなたからの「1枚」ビフォーアフター報告を、楽しみにしています！



「1枚」ワークス主宰・浅田すぐる

公式メールマガジン: <https://asadasuguru.com/mail-magazine/>

インタビュー動画: <https://www.kakugo.tv/person/detk974zb.html>

オンラインサロン「イチラボ」: https://www.reservestock.jp/stores/article/351?article_id=23265