

誰も研修なんて 受けたくくない

～楽しい学習をデザインする「できる化」思考～

『生きるためのデザイン思考』

渡辺 拓

今日は主に「研修講師」の方へ・・・



「研修を実施しても、
知識が定着しない…」

「何度言っても、
学習する習慣がつかない…」

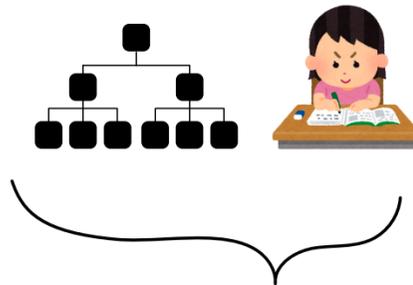
状態から脱出し

「あの研修、よかったよね」

「また学びに行きたい！」

と思ってもらうための
考え方をお伝えします

こんな研修をめざして



日常

研修

自己紹介



『生きるためのデザイン思考』 著者

渡辺 拓

沖縄に移住して

5年

Udemy受講者数

15万人

研修講師歴

7年

スタート地点は・・・

誰も、
研修なんて、
受けたくない。

一番考えていることは

できるか？

例：

ロジカル
シンキング

例：

ロジカル
シンキング
何教える？

例：

口 ジ ッ ク ッ リ ー ？

5W1H?

MECE?

5W1Hとは
何ですか？

と、聞いたときに・・・

パツと
答えられる
割合は？

経験上

0%

講師を含めて

ロジックツリーを

日常で

書きますか？

と、聞いたときに・・・

経験上

0%

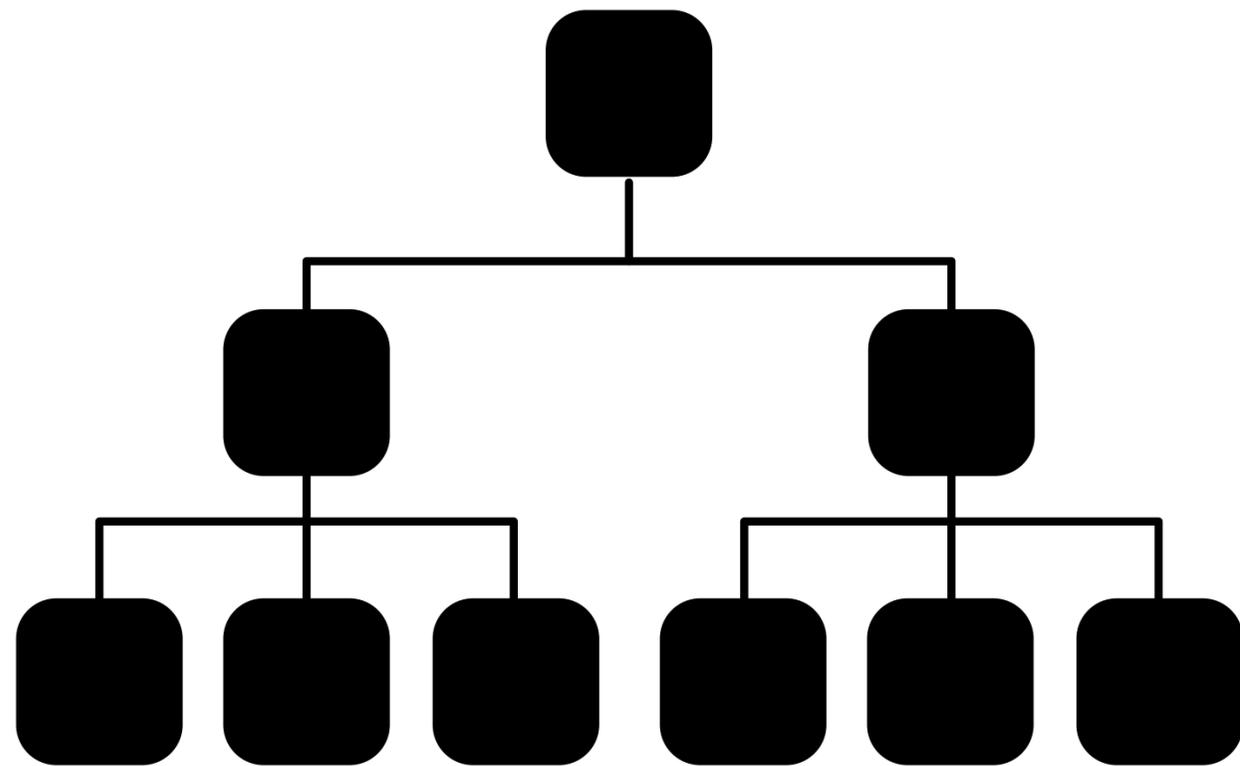
研修講師は日常で
使わないものを
教えている

なんとなくの基準

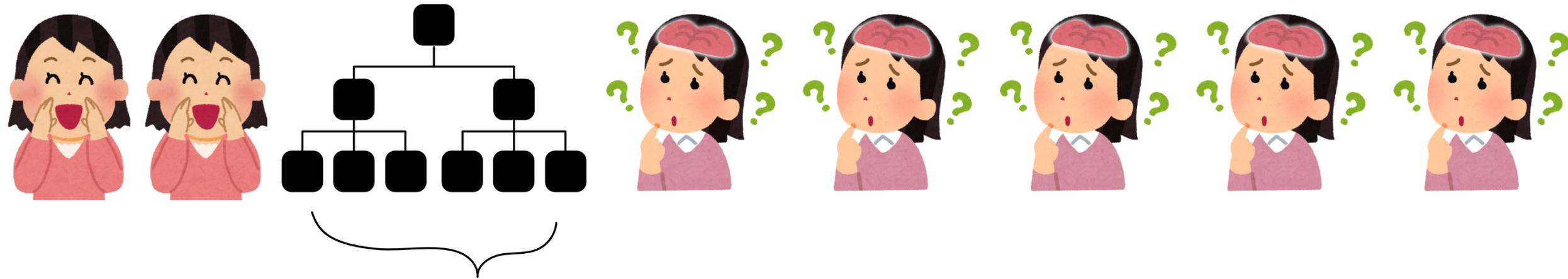
ロジックツリーを

書くのは

難しい



研修当日



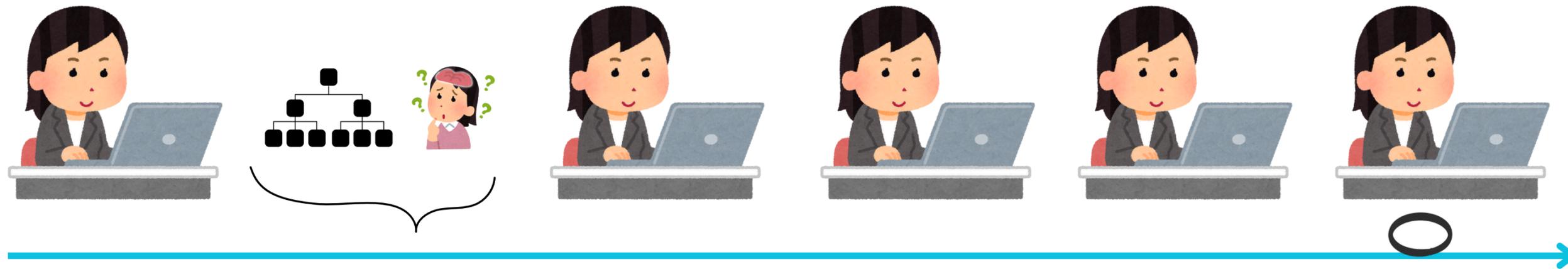
研修開始

研修終了

そうなると・・・

誰も、
研修なんて、
受けたくない。

いつもの日常に研修が来た



日常

研修

あの研修
何だったんだ…?

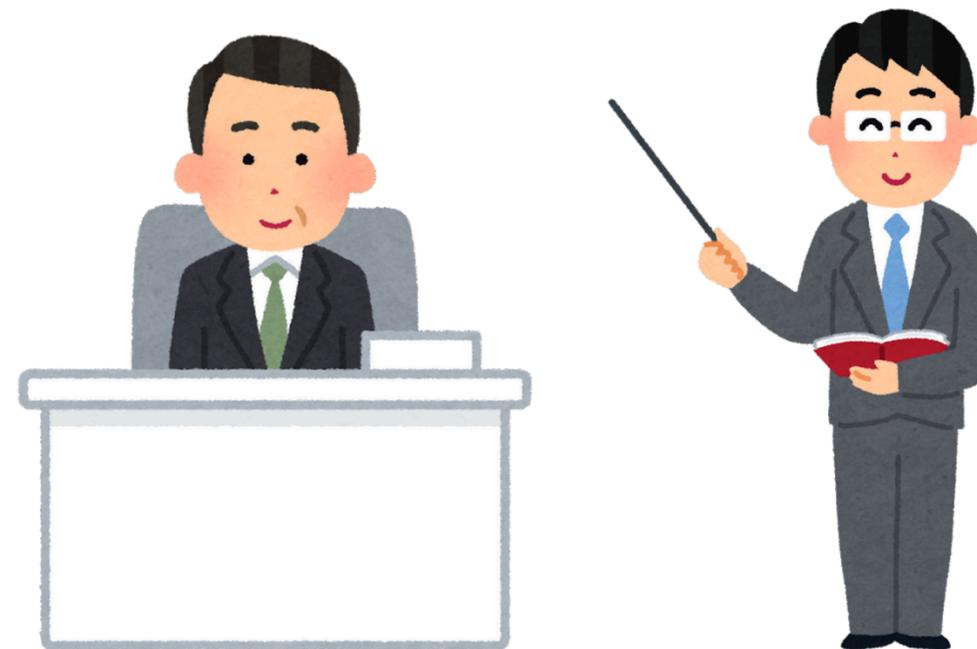
思い出してくれたら、いいほう

バトル勃発



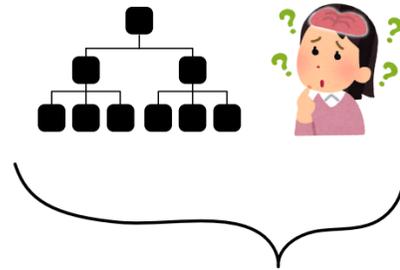
難しいものを
やりたくない

V.S.



難しいものを
やらせたい

そもそも・・・



日常

研修

毎日こんなに、忙しいから・・・

そもそも・・・

誰も、
研修なんて、
受けたくない。

研修講師は日常で
使わないものを
教えている

例えば、

ロジックツリーを
教えずに
実践できる方法

が、研修講師に求められていること・・・

難しい

(と感じられた)

ものは

日常で使われな

日常で使われ
ないものは
習慣化され
ない

知識をそのまま伝えても
日常で使われな
習慣化されない

なぜ、知識は
日常では
使えないのか？

3つの理由👉

理由 1 :

数が多い

さっきの・・・

5W1Hとは
何ですか？

他にも・・・

AISAS

PDCA

SWOT

AIDMA

4つ以上は
日常で
使えない

なぜなら、覚えられないから

どうする？

3つまで
減らす

3つなら・・・

Why
What
How

理由 2 :

日本語でおk

例えば・・・

As-Is
To-Be

例えば・・・

As-Is (現状)

To-Be (理想)

例えば・・・

So What?

Why So?

例えば・・・

So What? (つまり?)
Why So? (なぜ?)

英語は
変換コスト
がかかる

なぜなら、日常言語じゃないから

英語は
思ったよりも
思考が止まる

なぜなら、日常言語じゃないから



So What?
Why So?



研修開始

研修終了

どうする？

英語を
使わない

使うときは、リスクを理解する

リスクがあっても使う場面は？

ハードルを
課すとき

このくらい、理解してるよね？

理由 3 :

動詞表現である

例：

目的を
意識して
働く

って、大事ですよ。

例：

では、何をすれば
「目的を意識して
働いた」
ことになるか？

例：

例解：

目的を紙に書いて

毎日見る

動詞表現とは

「動詞表現」とは：
行為を指すけれど、
具体的に何をすればいいか
が曖昧な言葉

動詞表現の例：

- **お客様目線で考える**
- **当事者意識を持つ**
- **優先順位をつける**
- **臨機応変に対応する**
- **徹底的に考え抜く**

研修のときに考えることは

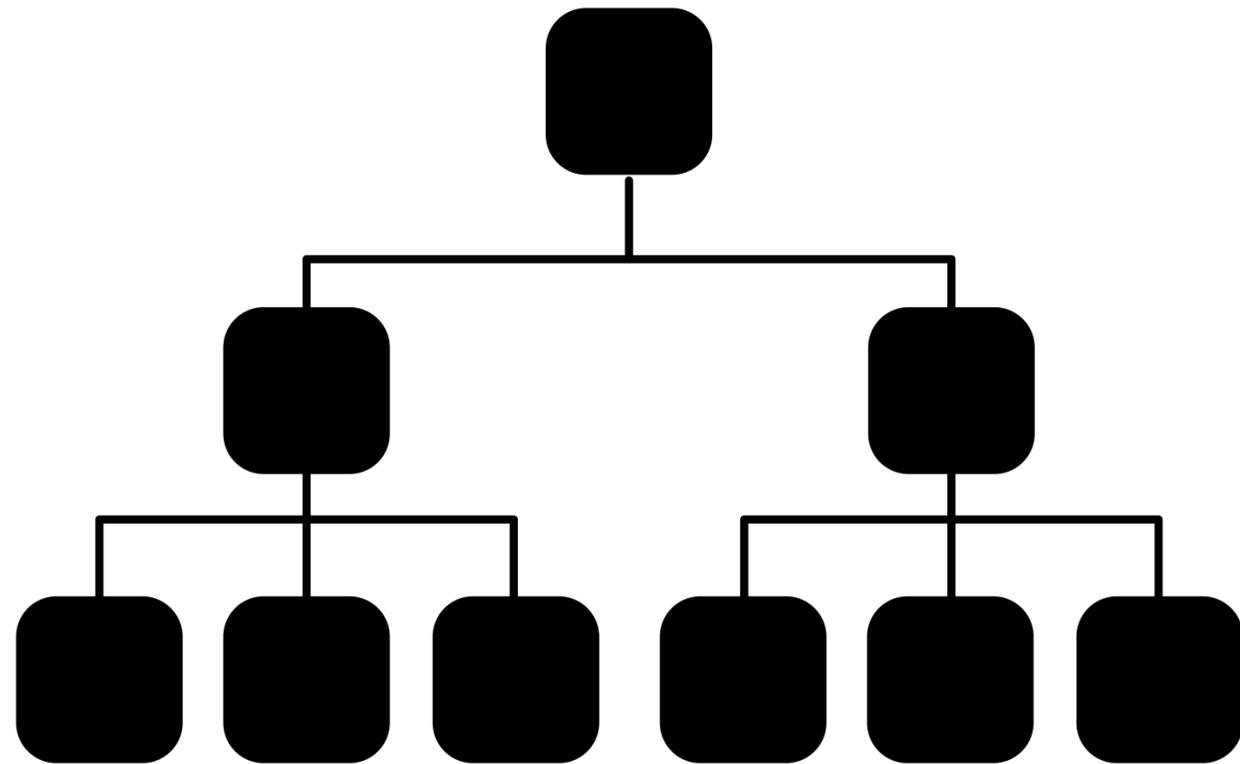
理論はこう。
これを、
どうやったら・・・

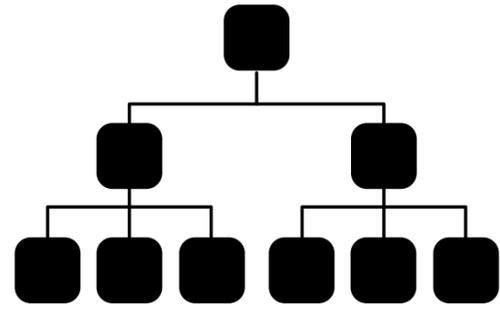
どうやったら・・・

できるか？

動作表現とは

「動作表現」とは：
何の動作をすればいいか
具体的にわかり
すぐに動ける言葉





研修開始

書いて
見て
丸をつける

研修終了



研修開始

研修終了

書いて
見て
丸をつける



研修開始

研修終了

書いて
見て
丸をつける

できた!

できた！体験はやりたくなる



日常

研修

なぜ「できる」が大事なのか？

自己決定論

自己決定論の内発的動機づけ3つの要素

- **A : Autonomy** (自分から感)
- **C : Can** (できる感) 学術的には Competence
- **T : Together** (つながり感)
学術的には Relatedness



研修開始

研修終了

書いて
見て
丸をつける



あんなにも難しそう
だったものが、自分にも

価値の公式

価値

＝

変化

ビフォー・アフターの表現

ロジカルシンキング研修

よりも

「話がまとまらず、伝わらない」人でも
誰でも5分「紙一枚」で伝わる研修

ビフォー・アフターを理解するには

セリフで書く

今日は主に「研修講師」の方へ・・・



「研修を実施しても、
知識が定着しない…」

「何度言っても、
学習する習慣がつかない…」

状態から脱出し

「あの研修、よかったよね」

「また学びに行きたい！」

と思ってもらうための
考え方をお伝えします

ビフォー・アフターの表現

ロジカルシンキング研修

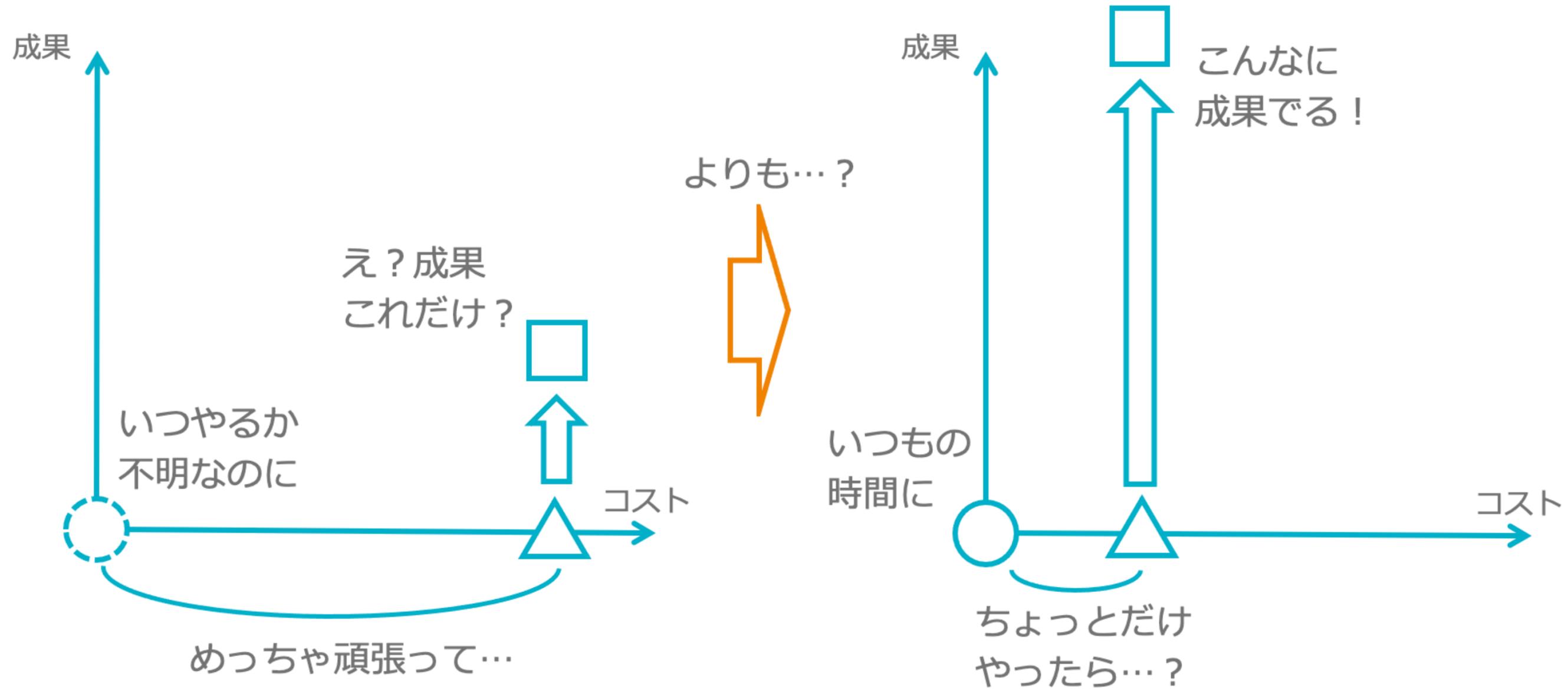
よりも

日常で起こる悩みのシーン

「話がまとまらず、伝わらない」人でも
誰でも5分「紙一枚」で伝わる研修

お手軽・簡単

日常でできるのは「ラクしてトクする」行動



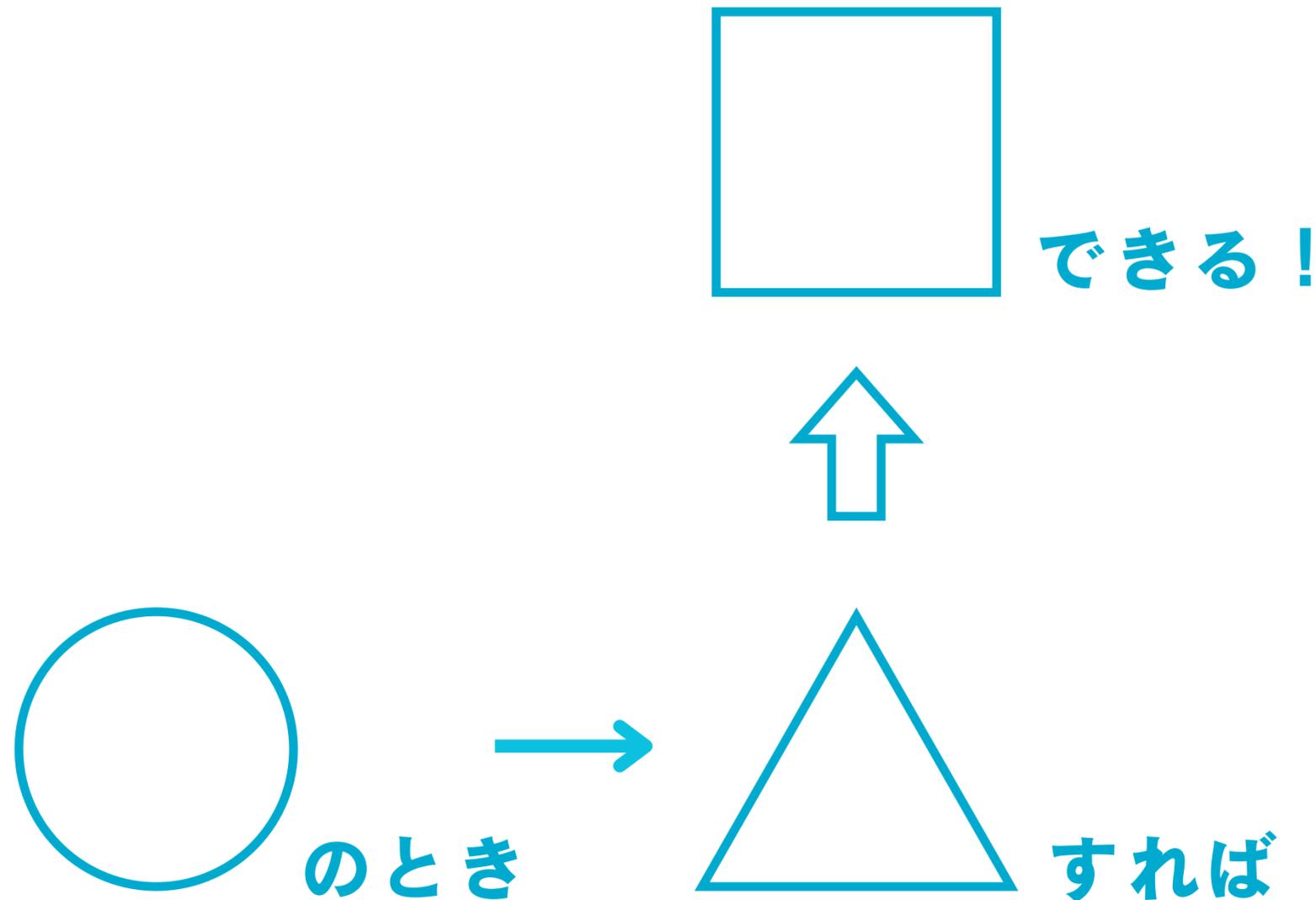
ラクしてトクする

行動は

実践できる

日常で
実践できたら
習慣になる

スキルを「できる化」する



「○のとき、△すれば、□できる」
の「できる化の公式」に当てはめて
スキル実践のレシピをつくる。

例：

- 条件：何かを伝えたあとに
- △行動：「なぜなら」と言うと
- 成果：ロジカル思考になれる

「△行動」の作り方のポイント

■ point.1 「キーワード形」にしてみる

例：難しい仕事きたら「自分はできる！」と言ってみる

好きな言葉・刺さった単語を、重要なときに取り出せるようにする

■ point.2 「質問形」にしてみる

例：会議で議論が紛糾したら「理想は？」と問いかける

“あり方”を問うのもよい。「いま理想の自分ならどうする？」など

■ point.3 「動作形」にしてみる

例：目的を意識する→目的を書いた紙を見る

何をすれば〇〇したことになるか？動詞表現を動作に変える

日常での実践・習慣化を支える取り組み

1週間

チャレンジ

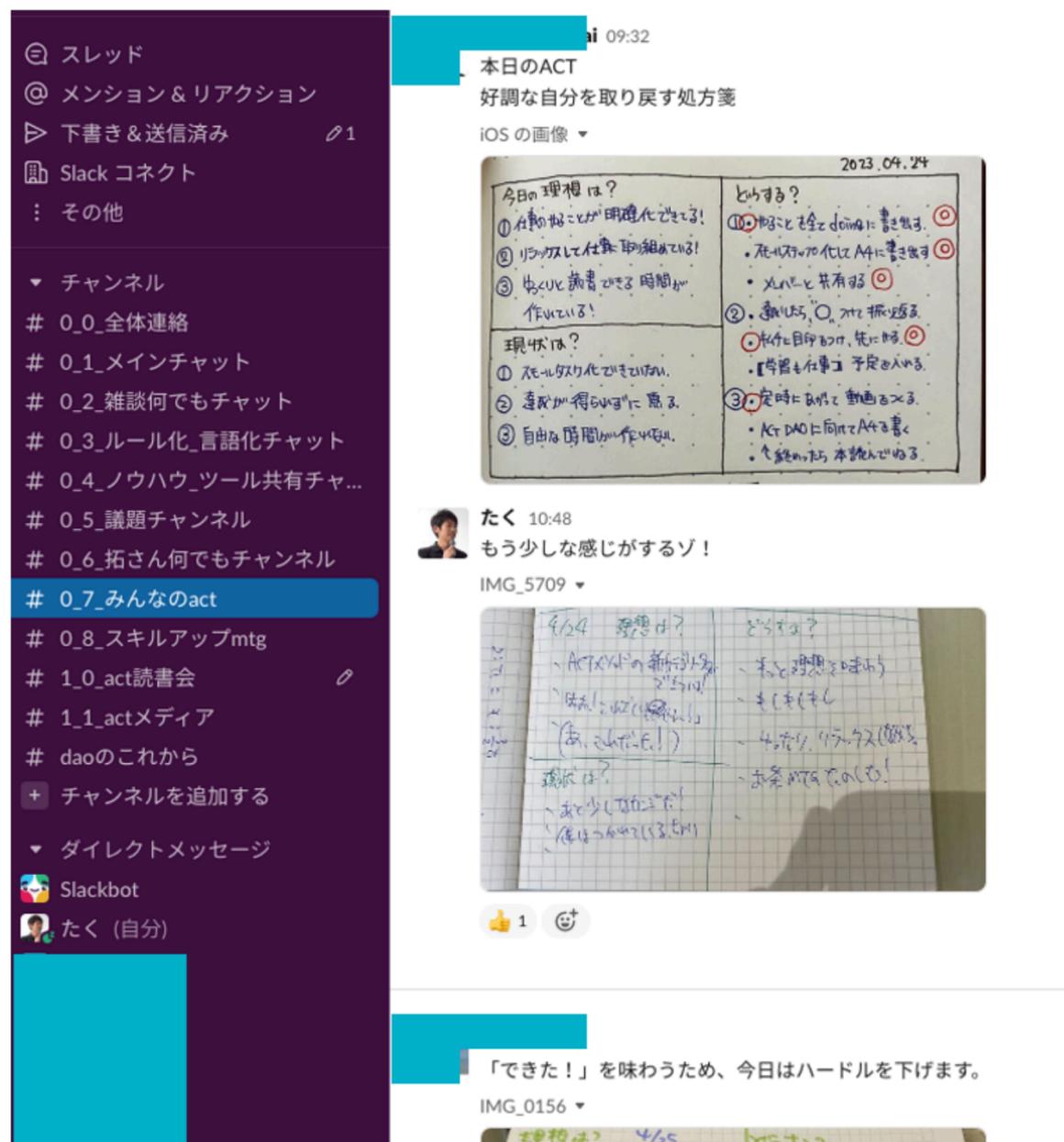
1 週間チャレンジとは？

「同じテーマについて、**1 週間**、
仲間と**一緒に**続けてみる！」
という**チャレンジ**企画！

- 1 週間なので、**ギリギリ続く**！
- チャレンジ！なので、**挑戦**に気持ちが湧く！
- 仲間と一緒にやることで、**達成感**を一緒に味わえる！

楽しそう！

Slackでの実践イメージ



■ チャットツール
「Slack (スラック)」
を使います
(チャットには匿名での参加が可能です)

■ 日々やることは、テーマに
ついて実践した感想を
コメントするだけ

■ みんなで「いいね！」を
つけて、応援しあいます

学びの相乗効果！

難しそうなるものを簡単にするワーク1:

漢字をひらく

難しそうなものを簡単にするワーク2：

略語でドン！

難しそうなものを簡単にするワーク3：

コンビニで
店員さんに
挨拶する

こんなサイクルをめざして・・・！



日常

研修

研修

いつでも

できるか？