ワクワクする**起業アイデア**を考えよう

大学講義「起業論Ⅰ」

2019.04 ～ 2019.07

学習院大学 経済学部経営学科 特別客員教授　斉藤 徹

©2019 Toru Saito

完璧主義を手放す。今に集中する

©2019 Toru Saito

創造性ってのは「物事をつなぐこと」なんだわ。

創造的な人に「どうやって仕事してるの？」って聞いてみ。
その人はきっと照れくさそうにするよ。
だって、彼らは実際のところ、創造的なことなんて
していないからだよ。

まあ「**物事の見方が違う**」だけのことだな。
それも、後になってわかることなんだけどね。

“Creativity is just connecting things.
When you ask creative people how they did something,
they feel a little guilty because they didn’t really do it,
they just saw something.
It seemed obvious to them after a while.”

– Steve Jobs

今日も「違う物事の見方」を
ふたつ体験し、組み合わせてみよう

©2019 Toru Saito

完璧主義を
手放す

×

今に集中する

©2019 Toru Saito

完璧主義を手放す

僕自身、完璧主義者だったので
気持ちがよくわかります

©2019 Toru Saito

完璧主義

心に描く「完璧な結果」を強く求めて

「完璧な結果」以外は意味がないと思う

©2019 Toru Saito

完璧主義者の落とし穴

① 高いゴールを設定し、一直線の道のりを思い描く
② 現実が少しでも思い通りにいかないとイライラする
③ 遅れを取り戻そうと、無理な計画をたてる
④ 結果として、成果の質や人間関係が犠牲になる
⑤ 不安と不満を抱えて生きる癖がついてしまう

©2019 Toru Saito

完璧主義者は…

「結果に対する不満」と「達成に対する不安」を
常に心に抱えながら生きることになる

©2019 Toru Saito

つらい…

「完璧主義」から「最善主義」へ

©2019 Toru Saito

完璧主義：完璧でなければ意味がない
　　現実ではない空想の世界で思考する

最善主義：現実の制約の中で最善を尽くす
　　失敗も受け入れて、学びとする

©2019 Toru Saito

最善主義者の考え方

① 眼の前にある不都合な現実をすべて受け入れる
② 今、自分にできることに集中し、全力を尽くす
③ 結果を評価せず、現実として受け入れる
④ 経験からの学びを大切にする
⑤ 満足と自己成長を感じることが習慣となる

©2019 Toru Saito

そもそも人生に「失敗」などない

「期待と現実」のギャップがあるだけ

「ギャップ」は「自己成長の機会」である

©2019 Toru Saito

充実してる☺️

どうすれば
完璧主義を捨てられるのだろう

質問その１（5分）

完璧でなければ意味がない
現実を受け入れたくない

生活の中で、あなたが
「完璧主義」になりやすいことはなに？
「最善主義」になりやすいことはなに？

制約の中で最善を尽くす
失敗を受容し学びとする

©2019 Toru Saito

質問その２（5分）

どうすれば「完璧主義」を「最善主義」にシフトできるだろう？

©2019 Toru Saito

今に集中する

あなたはいつも

どんなことを考えていますか？

©2019 Toru Saito

人の思考は、24時間で約6万件
そのほとんどは昨日と同じこと
そのうち70%はネガティブなこと
と言われています。

参考：ウェイン・W・ダイアー著「言い訳をやめるといいことがたくさん起こる」

過去の後悔、未来への不安に

あなたの心は囚われていませんか？

©2019 Toru Saito

なんであんな事を言ってしまったんだろう。
なんであんなバカなことをしてしまったんだろう。

この試験に落ちたら…、その先は考えたくない。
きっとみんなに嫌われてる。これからどうなるの。

©2019 Toru Saito

死にたい…

今、この瞬間に集中しよう

©2019 Toru Saito

過去とは、私たちの「脳の中にある記憶」である。
未来も、私たちの「脳の中にある想像」にすぎない。

過去も未来も、実は「現在」に同時に存在している。

©2019 Toru Saito

過去を悔やまない
未来を不安視しない

今、ここだけに
集中するのだ

心理学者
アルフレッド・アドラー

「今」に心を向けると
過去と未来が頭の中から消え去ります

©2019 Toru Saito

「今」に心が集中すると
あなたの持つ潜在能力が
100%発揮されるようになります

©2019 Toru Saito

今を生きる☺️

今に集中したら、どうなるだろう

質問その３（5分）

過去や未来にとらわれたことを思い出そう
その時、100%のチカラは出せていた？

©2019 Toru Saito

質問その４（5分）

不安の堂々巡りはどうやってなくせるだろう？
他の人にも応用できそうなアイデアはある？

©2019 Toru Saito

ふたつの気づきから
事業のアイデアを考えてみよう

ふたつの洞察から、自分自身が得た学びはなんだろう？
その学びをもっと多くの人が得るにはどうすればいい？

完璧主義を手放す

×

今に集中する

©2019 Toru Saito

発想その１（15分）

あなた自身が得た学びから
商品やサービスのアイデアを考えてみよう。
クリエイティブに！

©2019 Toru Saito

発想その２（15分）

チームのメンバーのアイデアを聞いて
インスピレーションを感じよう

©2019 Toru Saito

リフレクション（10分）

今日の講義で学んだことを
コメントシートに書いてみよう

①学びや自分ごと化 ②アイデア ③感想 ④質問や要望
自由にスペースを使って、思ったとおりを書いてね。

©2019 Toru Saito

2019「起業論Ⅰ」アジェンダ（月曜4限）

1. オリエンテーション
2. 「感謝する × 親切にする」から気づきを得よう
3. 「シンプルにする × 本当に目標を知る」から気づきを得よう
4. 「完璧主義を手放す × 今に集中する」から気づきを得よう
5. 「受け入れる × 安心できる場をつくる」から気づきを得よう
6. チーム内発表会
7. クラス発表会
8. 「Z世代 × P2Pプラットフォーム × 幸せ」から事業アイデアを考えよう
9. 「Z世代 × 価格破壊 × 幸せ」から事業アイデアを考えよう
10. 「Z世代 × 特価サービス × 幸せ」から事業アイデアを考えよう
11. 「Z世代 × フォロー戦略 × 幸せ」から事業アイデアを考えよう
12. チーム内発表会
13. クラス発表会
14. インキュベーション塾に向けて、チームを編成しよう

©2019 Toru Saito