

あなたの学習スピードを3倍にし  
て、  
2013年を奇跡の1年間にする方法

佐々木浩一

2012年12月15日

# 3回のセミナーをきっかけにあなたが が得る2つのもの

1. 自分で自分の人生を望んだものに変える力を、あなたが持っているということに「気づく」こと
  - 「私、変われる」と気がついたら「諦める」ことができなくなる
    - 気づくために必要な事
      - 「私の意思のみが、私のすべてを創造する」と知る事
    - 知ったことをが「これで人生が変えられる」と「気づく」ために必要な事
      - マインドを開く
    - マインドを開くために必要な事
      - 過去の自分と決別すること

# 3回のセミナーをきっかけにあなたが得る2つのもの

- 「生き様」が変わらなきゃ、何も変わらない
    - 誰かと比べて、成功に優位な条件、近道はない
      - 人生の成功とは完全に誰にとっても公平な道
      - 自分の生き方にハラをくくることに簡単も難しいもない
      - あるのは、「やる」と決めるか、決めないかだけ
  - 今まで他人に明け渡していた人生の主導権を、あなたに取り戻す事です。そのために、すべては、あなたの中にあるのだということを知っていただきます。
2. セミナー後、具体的に何をすれば変わるのか
- マインドセット
  - アクション
  - フォーカス

# 自己紹介

- マイストリーー
  - 知っていれば解決できる事 学生日本一
  - +経験値があって初めて解決できる事 リーダー
- なぜ伝え手として活動しているか？究極の目的
  - 日本人の目覚めに貢献したい
  - 私たち日本人のDNAには、次の100年で世界のリーダーとなる血が流れている。スイッチを入れる一端を担うのが私の役目だから
  - 「私が起点になります」宣言をする人を応援する
  - Self Leadership Development(あなたの中のヒーローを目覚めさせる方法)蘇れオレの中のロックスター

# 失われた3つの要素

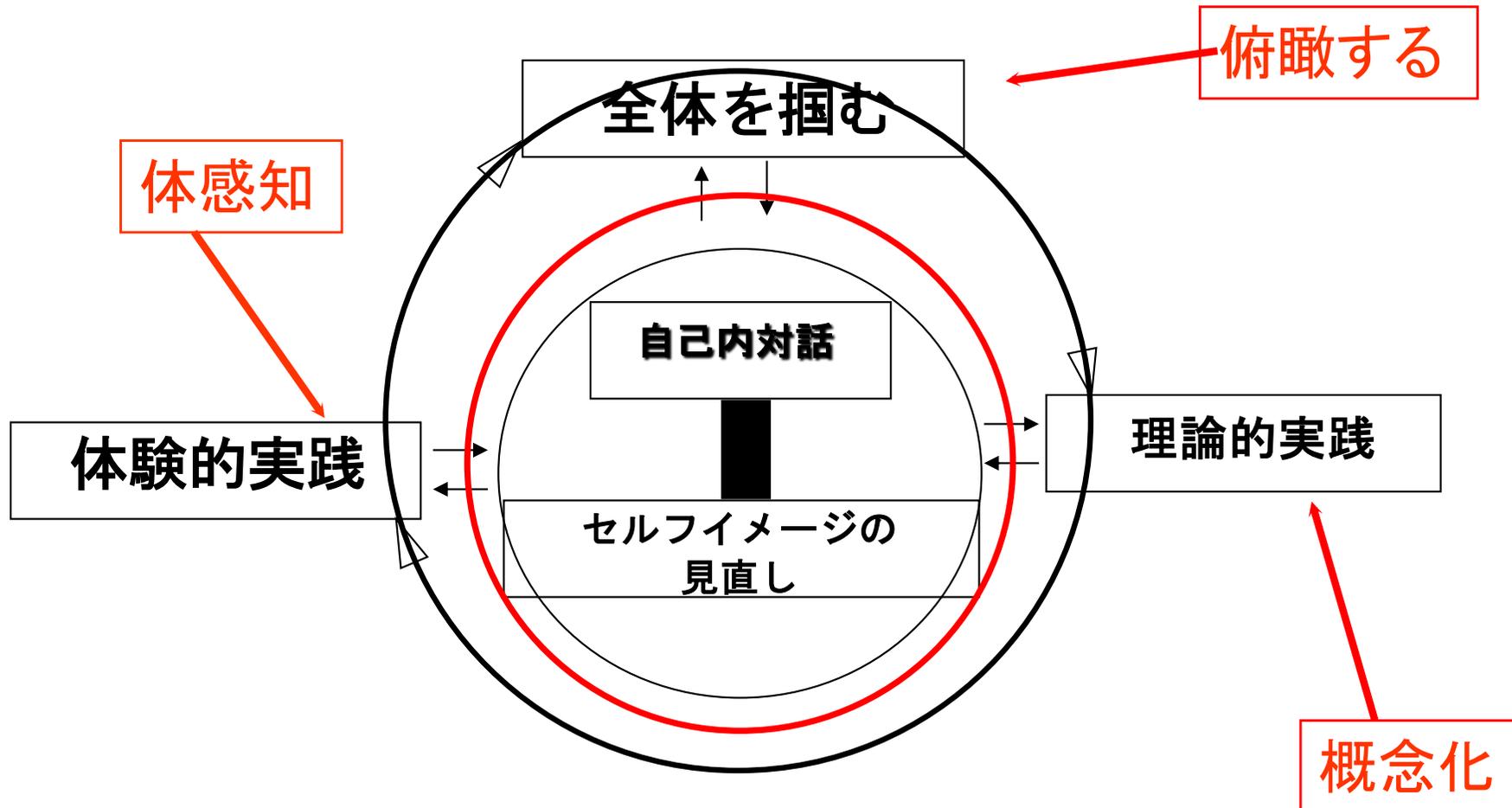
- 成功の「伝え手」が置き忘れたものが3つある
  1. ある原則の喪失（見逃した方は録画を見てください）
  2. **感情の力**
  3. **決断の力**

# セミナー2のアジェンダ

1. 基礎中の基礎
2. ある勘違いとは
3. 学習サイクルとは
4. 学習サイクルから失われた「感情」
5. 自分の強みと弱みを知る
6. 学習サイクルを矯正する方法
7. あなたの学習スタイルを診断しましょう
8. この奥義をマスターする方法

# 基礎中の基礎 1

- 視点(見通しが良いか悪いかだけがパフォーマンスを決める)



意識の進化もたらず  
自己の進化プロセス.

# 基礎中の基礎 2

## 【自己創造の6ステップ】

- 1.よい見本から正しい知識を身につけ理想の自分を思い描けるようになる。(モデリング)
- 2.今の自分の現状を正確に知ることで、理想の自分からはかけ離れていることを認識する。(現状把握)
- 3.なぜ自分は今の習慣を変えたいと思うのかを明確にする。(内発的動機の獲得)
- 4.理想の状態に向けた「はじめの一步」は、「何を」「いつ」「どのように」やることなのかを見つけ出す。(突破口の発見)
- 5.決断し、やる。
- 6.自分にあったやり方を獲得するまで、そして目標を達成するまで、Try&Errorを繰り返しながら、毎回、決断をし直しやり続ける。(学習と獲得、達成)

# ある勘違いとは？

- 私もこんな苦しみを持っていた。
- 目標設定が大嫌い
- 達成できない自分に嫌気がさしていた
  - できない自分を正当化する言い訳の天才になっていた
- マラソンがきっかけである勘違いに気がつく
- 科学と非科学を融合させる(驚きの発見)
- 私が大学のゼミで学んだことが、20年の時を経て、ネイティブアメリカンの英知として教わったこと、ユダヤ密教の経典に書かれていた秘密と融合
- 成功の連続

# ある勘違いとは？

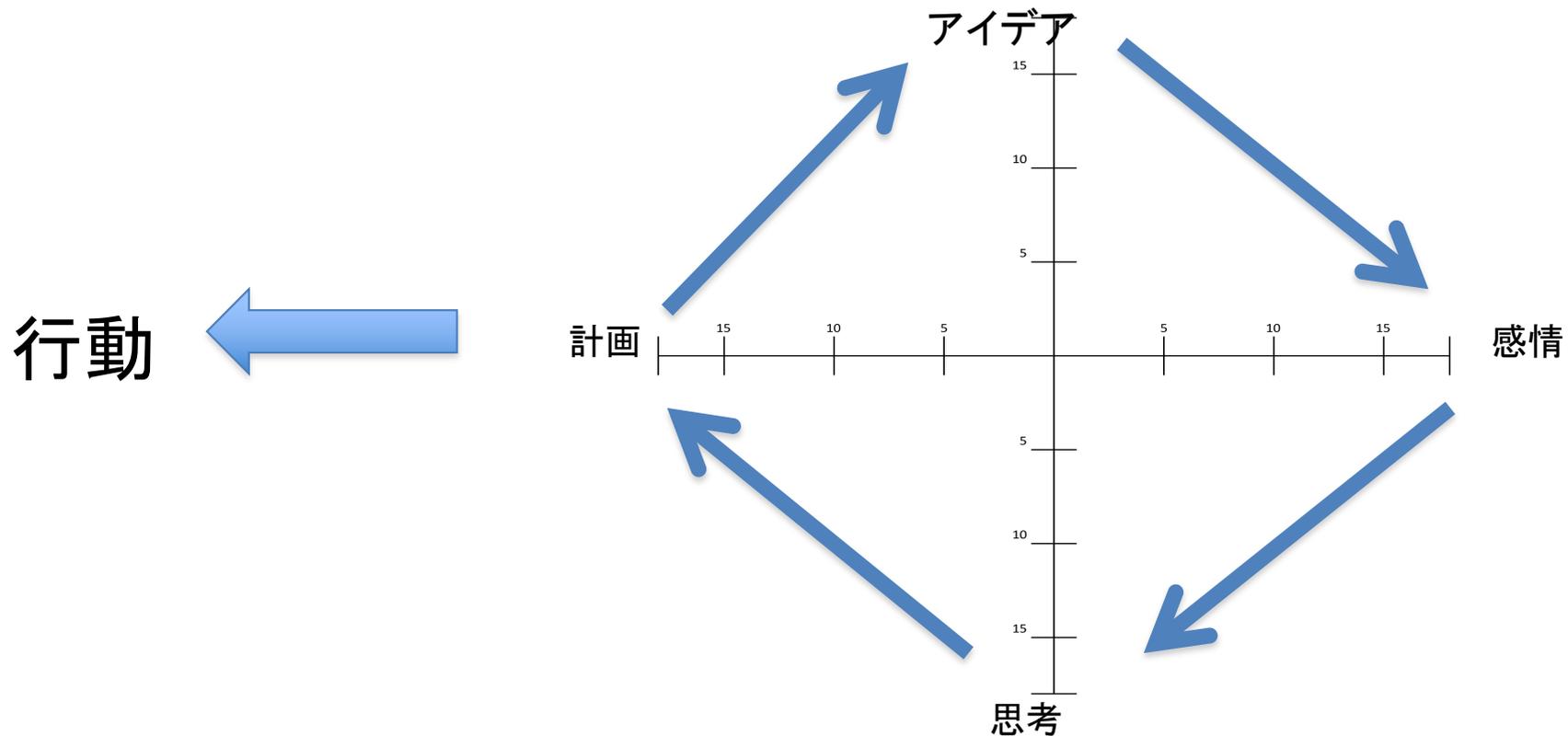
- 「有能さ、無能さ」という幻想
  - 学校教育の優劣は、人種差別以下の馬鹿げた基準
  - ただの学習サイクルがあるだけ
  - 歩ける人、箸を使える人、自転車に乗れる人、車を運転できる人、パソコンをタイプできる人、水泳やテニスなどスポーツができる人など、コレができるのならすべて成功できる。仮に手足が無く車いすの方でも、何かうまくできなかつたことができるようになったという経験を持っているはずです。だとしたら、あなたは成功できる。学習能力があるということです。
  - 学習が効果的か効果的でないかによって獲得までの速度が変わります。それだけです。

# 学習サイクルとは

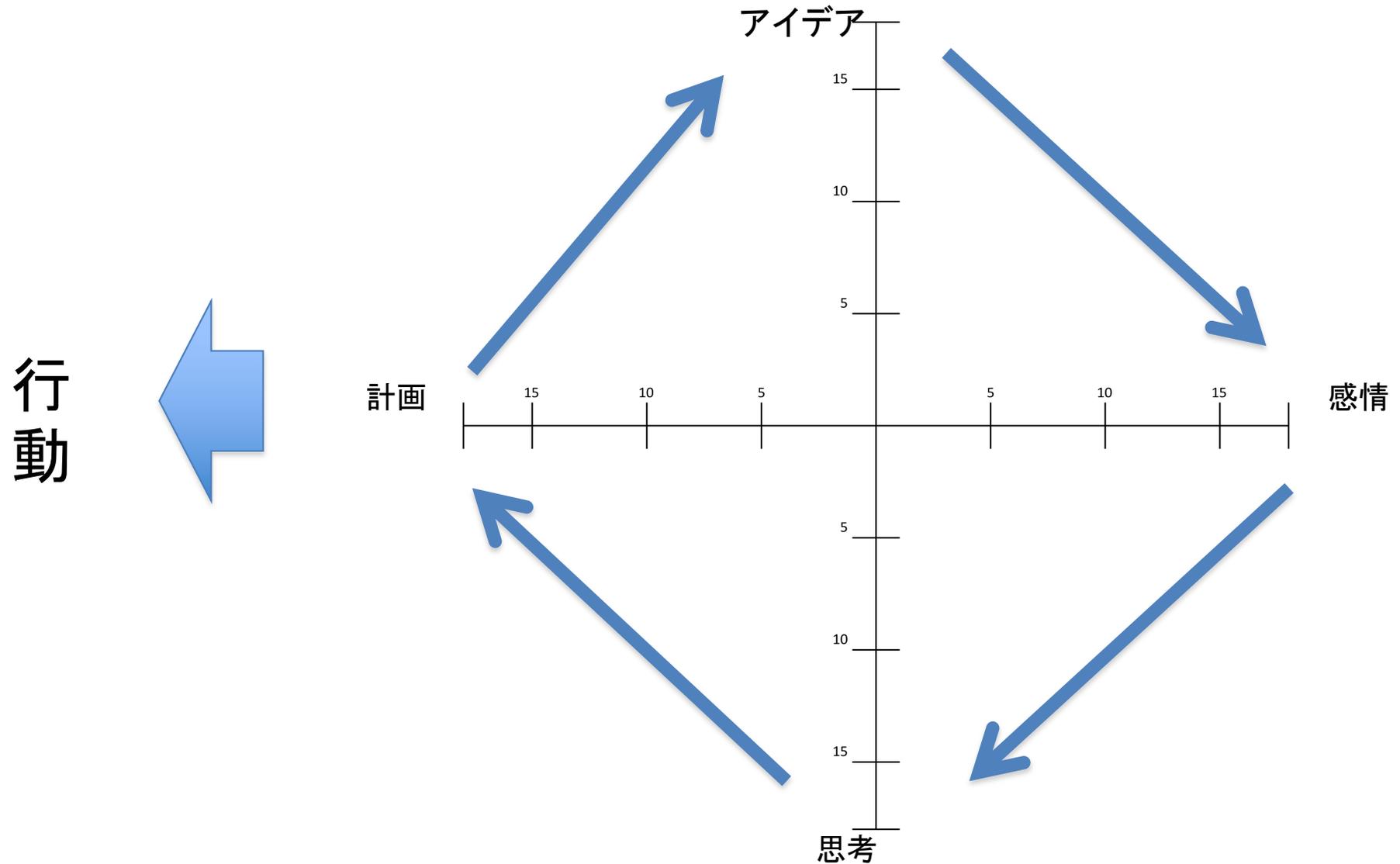
- 学習サイクル＝進化（創造）のサイクル
  - 名付けてリザルト・クリエイション・フォーミュラ
- サイクルをまわす源
  - 成長実感
- これは生命エネルギーなので、常に感じ続けないと生きる力がなくなる。

# 学習／進化／創造のサイクルとは

- 5つの要素で完結するサイクル
  - アイデア, 感情, 思考, 計画, 行動



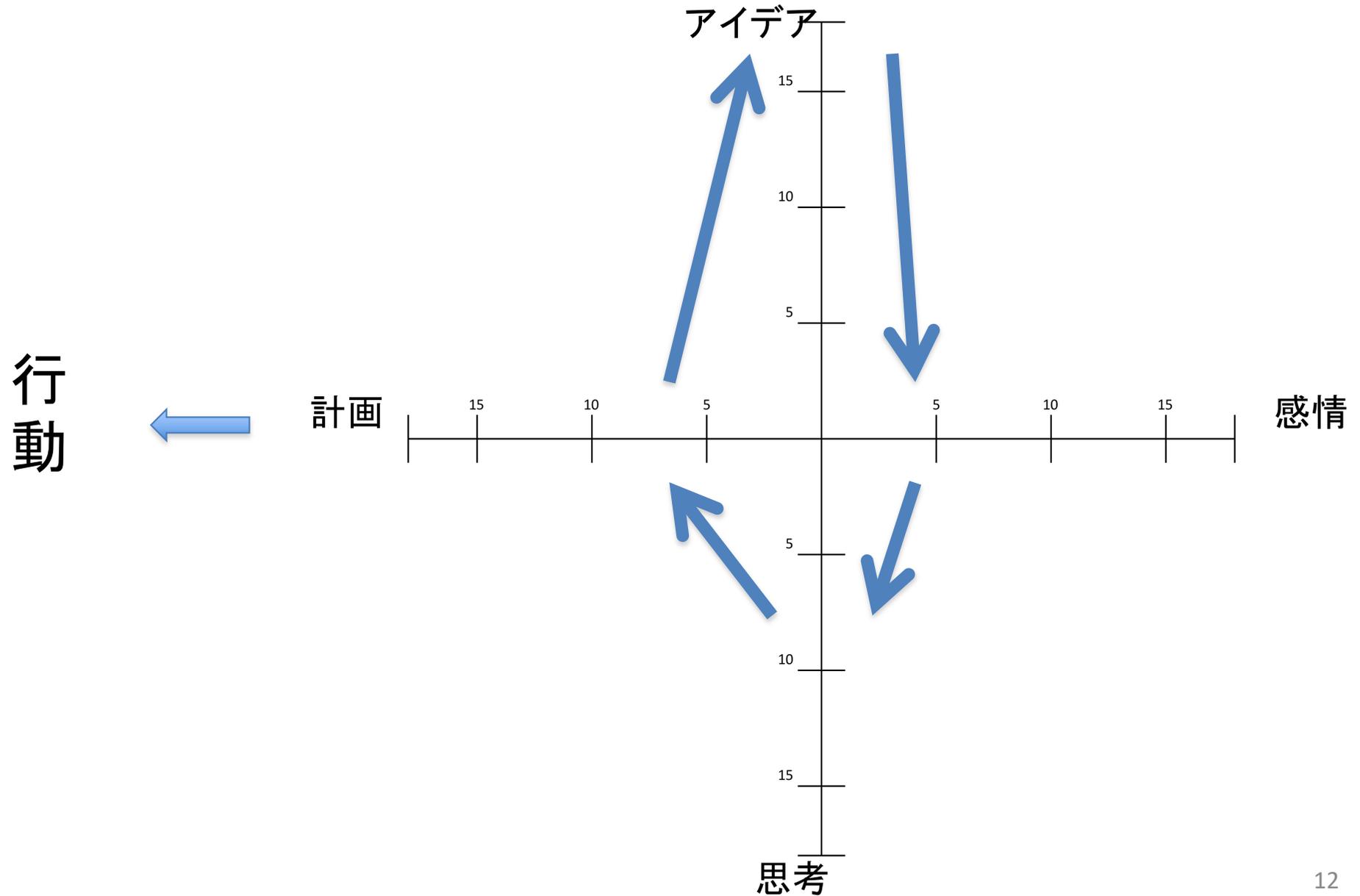
# 健全なサイクル



# サイクルから失われた「感情」

- 学校で間違った学習サイクルをまわし続けて大切なものを失ってしまった。
- 好奇心を引き出す先生に教わった生徒だけが伸びる(サラリーマン教師に教わった人は?)

# 歪んだサイクル



# 強みと弱みがある

- 5つの要素はバランスが悪いと結果が出ない
- 歪んだ学習サイクルの例(車輪)
- 自分がどんなタイプか知る

# サイクルを矯正し健全にまわす方法

- 成功の90%以上は、行動する前の準備が決定する。
- 自分の弱みを克服するやり方
  - 自分の特性を正確に知る
- どうすれば弱さをカバーできるだろうか？
  - 練習する
    - 自分の弱点を強みとして持っている人からアドバイスを受ける
    - 学習しできるようになる(これも学習サイクル)

❖ 人に協力してもらい担当してもらおうためには、苦手だけで済むようになってからじゃないとうまくいきません。なぜなら、不完全な者同士をつなげて不完全なままで、小さくてもゆっくりでも歪みの無い者通しが協力することでお互いの強みを活かし合える関係になります。不完全な者通しの関係は相殺効果と呼び、小さくてもサイクルを舞わせる者通しの関係は相乗効果と呼びます。

# 正確な診断からスタート

- 自分の学習スタイルを知る質問シート
- グラフ化してみよう
- 自分のパターンを見つける
- 自分の欠点を補う方法を見つける
- 順序に従って、サイクルを転がす
- 転がし方も学習サイクルにしたがって上達する

# リザルト・クリエイション・フォーミュラ をマスターする方法

- エネルギー転換の術（行動の前の4つのエレメントは別次元に存在している）
- 転換の方法（4つのステップ）
  1. アイデアはイメージして膨らませる、隅々まで細かく、どこまでも大きく
  2. ワクワク感を膨らませる
  3. 逆算してストーリーを描く
  4. 手持ちの材料をすべて書き出し、できる事にフォーカスし行動する
- 練習、練習、練習
- サイクルをぐるぐる回す
- 最小のサイクルを1週間に設定し、成功体験を積み重ねる
- 徐々に目標を大きくし、長期的な達成プロセスで練習
- 大きな目標は、最小サイクルの寄せ集めである。
- 最終地点は、1日をサイクルに設定し、この「今」にフォーカスして生きること。

# 宿題

- レポートの提出（詳細は明日セミナー後、1時にメールで）
- どんな課題に取り組むか？

# 次回:「失われた要素」3つ目

- 成功の「伝え手」が置き忘れたものが3つある
  - ある原則の喪失
  - 感情の力
  - **決断の力**

# 明日の予告

12月16日(日)10:00-12:00

<セミナータイトル>

「どんな分野の目標でも、達成を  
回避不可能にするゴール設定術」

- リザルト・クリエーション・フォーミュラをマスターする
  - 結果が出るか出ないかを決定づける究極のマインドセット
  - これを知らないと全ての努力が水の泡となるのに誰も正面から議論しようとしないう成功の絶対必要条件
  - 成功が止まらなくなる神業を簡単にやる方法