

■7つの問い クイックリファレンス②

(書籍P290 ~291)

～思考を行動に変える最短ルート プロジェクトマップ行動設計法～

[→ 書籍Amazonページ](#)

項目	①ゴール	②ニーズ	③ポイント	④タスク	⑤リソース	⑥リスク	⑦スケジュール
セントラル クエスチョン	このプロジェクトで、 どこへ向かうのか？	このプロジェクトで誰のどん な思いや要求を大切にするの か？	このプロジェクトで、 何に集中するのか？	このプロジェクトで、 具体的に何をやるのか？	このプロジェクトで、 何を活用するのか？	このプロジェクトで、何に 注意するのか？	このプロジェクトをいつど のように実行するのか？
定義	プロジェクトの方向性を示す重要な 指針	対象者の具体的な要求や願望を 明確化	成功の鍵となる最重要要素の 特定	実行可能な具体的行動の設定	活用可能な人的・物的・情報資 源	予想される障害と対応策	現実的な時間設定と進捗管理
書く目的	より高いレベルの成果を手に入 れるため	相手の本当のニーズを理解す るため	限られた資源で最大の成果 を出すため	成果を出すために必要な行 動を洗い出すため	既存資源を最大限活用する ため	リスクを事前に回避・軽減 するため	時間を戦略的に活用するた め
メリット	明確な方向性があることで迷い なく行動できるようになる	相手の本音を理解することで、よ り良い解決策を提供できる	限られた時間とエネルギー を最も効果的に使える	やるべきことが明確にな り、すぐに行動に移せる	既存の資源を最大限活用 し、効率的に成果を出せる	事前に対策を準備することで、 問題発生時も冷静に対応で きる	時間を味方につけて、着実 に成果を積み上げられる
考えない場合の 陥る罠	やらされゴールのまま、義務感 で取り組み、途中で挫折する	表面的なニーズしか把握せず、本 当の解決に至らない	総花的になり、どれも中途半端 な結果に終わる	抽象的な計画のまま、具体的 な行動に移せない	不足思考に陥り、「できな い理由」ばかり探してしま う	想定できない問題発生時等 にパニックになる	時間に追われ、質の低い成 果しか出せない
最重要事項	「やらされゴール」から 「マイゴール」への変換	属性から個人への具体化	「本当に重要な一点」を見 抜くこと	頭の中でプロジェクトを動 かし始めること	既存資源の再発見と創造的活 用	感情面と実務面の両方のリスク 想定	「何をいつやれば十分か」 を正確に捉えること
7つの問いの中で の位置づけ、役割	最初にしてすべての推進力を決定 づける最も重要な要素	ゴールを受けて、具体的な対象者 と要求事項等を特定する。ポイン ト以降の問いの前提となる	ニーズを受けて、成功の鍵を絞 り込む。タスク設計等の指針と なる	ポイントを受けて、具体的な行 動を設計する。実行の出発点	タスクを受けて、実行に必要な 資源を確保する。実現可能性を 高める	全体計画を受けて、障害を想定 する。計画の完成度を高める	全体を受けて、時間軸を設定す る。実行を開始する最終段階
2つのアプローチ A型／B型	A型:欲求掘り下げアプローチ B型:理由探索アプローチ	A型:全体俯瞰アプローチ B型:重要人物集中アプローチ	A型:ゴール起点アプローチ B型:体験起点アプローチ	A型:積み上げ式アプローチ B型:逆算的アプローチ	A型:発散思考アプローチ B型:課題解決アプローチ口	A型:全体俯瞰アプローチ B型:弱点集中アプローチ	A型:逆算設計アプローチ B型:リズム重視アプローチ
5つの壁との 関係性例	動機の壁: やらされ→やりたいへの転換	感情の壁: 不安→共感への転換	思考の壁: 拡散→集中への転換口	方法の壁: 抽象→具体への転換	環境の壁: 制約→活用への転換	感情・思考の壁: 楽観→現実への転換	動機・環境の壁: 制約→推進力への転換
5つの壁に 対する解決例	内発的動機の発見により 動機の壁を突破	個人理解により 感情の壁を突破	選択集中により 思考の壁を突破	具体化により 方法の壁を突破	資源活用により 環境の壁を突破	事前準備により 感情・思考の壁を突破	戦略的時間活用により 動機・環境の壁を突破

* 5つの壁との関係性や解決策は7つの問いの単独の問いだけでなく、問い全部を通して解消していくこととなる