

## いざというときに使えるようなプレストのテクニック25選・・・

2010-09-03 (Fri) 13:15 ライフハック  [974 users](#)



プレストで自由にアイデア出してね、と言われても詰まっちゃうことがありますよね。そうしたときに使えるテクニックが紹介されていましたよ。個人的にメモしておきたかったのでエントリーしておきます。

25個ほどあるのでざっと見ていきましょう。

### 1. タイムトラベル

もしこの問題が10年前に起こったら？100年前だったら？もしくは100年後だったら？

### 2. テレポーテーション

違う場所でこれが起こったらどうする？違う国だったら？もしくは別の宇宙だったら？

### 3. 違う自分

もし自分が別の性別だったらどう考える？別の国籍だったら？身長がもっと低かったら？体重がもっと増えていたら？

### 4. 他人

自分じゃなくて他人だったら？父親だったら？親友だったら？

### 5. 有名人

キリストだったら？ジョブスだったら？

### 6. 超能力

もしあなたに超能力があったら？スパイダーマンなどのヒーローだったら？

### 7. ギャップ分析

今いる地点をAとして、目指すべき地点をBとして、その間にどんなギャップがあるかリスト化してみよう。

### 8. グループで！

もっと他人を呼んできてプレストしよう。

### 9. マインドマップ

説明不要。

### 10. メディチ効果

異なる文化、コンセプトが交差するところではアイデアが生まれやすい、という考え方。他のちょっと似ている分野での成功者、成功事例を羅列して共通点を見つけよう。

### 11. SWOT分析

強み (Strength)、弱み (Weakness)、機会 (Opportunity)、脅威 (Threat) について分析してみよう。

### 12. ブレインライティング

プレストを紙やメールで行うもの。アイデアを書いた紙を10分ごとに隣の人にまわしてどんどん追加していこう。

### 13. トリガーメソッド

アイデアを出したら、そのうちの一つを選んで、それをトリガーにしてさらに広げていこう。

に活用していく。

#### 14. 変数プレスト

目的を達するための変数を羅列し、その変数のそのまた変数について考えてみよう。

#### 15. ニッチ分析

これは上述の変数のリストが出た後にやるもの。変数を自由に組み合わせて新しい課題をさがしてみよう。

#### 16. チャレンジャー

現状を成立させている前提条件をリスト化し、「本当にそれが正しい？」とあらためて考えてみよう。

#### 17. 脱出思考

これは上述の「チャレンジャー」で出た前提をまったく逆にして思考するもの。

#### 18. 逆バリ思考

現状に対して普通の人にとるような行動をリスト化。その逆をしたらどうなるかを考えてみよう。

#### 19. トレードオフ解決法

現状、存在しているトレードオフは何か？それを解決するようなアイデアはないか？

#### 20. 無限リソース

お金や人材、時間などが無限にあるとしたら？

#### 21. フォース分析

あなたを突き動かしている力にはどういうものがあるか？もしくはあなたを行動から妨げている力は？その力がもっと大きかったら？もしくは小さかったら？なくなったら？

#### 22. 拡張思考

何もかもが大きくなったら？10倍になったら？100倍？もしくは1/100だったら？

#### 23. ランダム

まったく関係のないものを持ってこよう。絵でも言葉でも映像でも。TVや雑誌を見てみつけよう。

#### 24. 瞑想

課題にフォーカスして静かな場所で集中して瞑想しよう。紙とペンを忘れずに。

#### 25. 101のアイデア

なんでもいいので101個アイデアを出してみよう。

以上、かなり超訳したので気になるモノがあれば原文をあたってみてくださいな。他にもいろいろ手法があるかと思いますが、こうしたリストは数が多ければ多いほどいいですね。ご参考までに。

ちなみにこうした手法はやっぱり「考具」が良いですね。



» [考具 —考えるための道具、持っていますか? \[単行本\]](#)