



# イノベーションが起こる組織作りのために エグゼクティブがすべき事 Part2

(株)フォーサイト代表取締役社長 東田 一人様

紹介者 牛島 聡会員

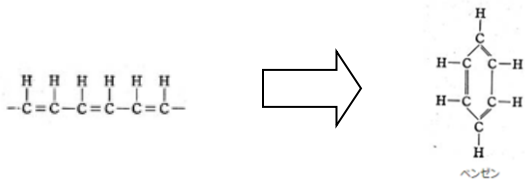
1000年前の宋の時代（11世紀）の学者、欧陽脩の言葉に三上（乗）があります。「余、平生作る所の文章、多くは三上に在り。乃（すなは）ち。馬上（ばじょう）、枕上（ちんじょう）、廁上（しじょう）なり」

1. 馬上 2. 枕上 3. 廁上

乗り物に乗っている時、ウトウトしている時、お風呂屋やトイレです。昔のfrisqのCMで「アイデアが生まれるのはどこですか」というのがありました。乗り物、トイレ、ベッドの3つが上位で、思い浮かばないのが会議室でした。人間の脳は1000年経っていても変わっていないということです。

なぜ、このようなことが起こるのでしょうか。昔、エジソンがアイディアに詰まった時に、長椅子で鉄アレイを持って昼寝をしました。寝入ってはだめなので。ウトウトした状態がゴールデンタイムです。

ベンゼンの化学式を発見した科学者のケクレの有名な逸話があります。化学式が途中で煮詰まってしまう暖炉の横の長椅子でウトウトしていると、暖炉の炎が飛び出してきて細い蛇のようになり、尻尾を噛みグルグル回り始めました。それをボーっと見ていたケクレはベンゼンの環構造を思いついたと言われています。



新たな情報をインプットするのが「学び」です。「気づき・アイディア」は無意識のうちに、新たな情報が浮かび上がることです。本人が気づいていない情報・考えを引き出す仕組みを作るのがコーチングです。「気づき・アイディア」は脳内物質のドーパミン、オキシトシン、セロトニンが丁度いい塩梅になった時に出てきます。セロトニンがベースになりますが、セロトニンは生命維持に不可欠で、「心と身体の健康」のホルモンです。朝日を浴びて軽い運動をすると体内にセロトニンが形成されます。

3大幸福ホルモン(脳内物質)

ドーパミン

成功・アイデア・お金

オキシトシン

愛・繋がり・所属

セロトニン

心と身体の健康

「精神科医が見つけた3つの幸福」徳澤宏英 飛鳥新社 2021年3月

オキシトシンは「愛・繋がり」のホルモンです。赤ちゃんを抱っこしている時やハグをしている時など、人と繋がった実感のある時にします。

オキシトシン、セロトニンが潤沢に出るとドーパミンが出やすくなります。ドーパミンは、「成功・達成」のホルモンでドーパミンは中毒性があります。だから頑張れます。オキシトシンやセロトニンが出ないとドーパミンはなかなか出ません。

まず、精神状態が保てて（心と身体の健康）、居場所（愛・つながり・所属）があれば、ドーパミンが出て成果が発揮されます。例えば、温泉に入ると、安心、気持ちいい、心地いい状態になります。これがドーパミンが出る状態です。しかし、それでは相手を甘やかすことになるのではないかと恐れるを抱く人は、厳しく叱咤します。（水風呂）これではうまくいきません。

組織は、水風呂ではなく温泉を作りましょう。3大ホルモンを意識することで社員が才能を発揮しやすくなります。