

2024年度

Peach Women's Business School

第4回

登壇者：株式会社日立製作所 フェロー
株式会社ハピネスプラネット 代表取締役CEO
矢野 和男氏

講演テーマ：「生成AIで、企業を変える：
テクノロジーで幸せで生産的な企業を作る」

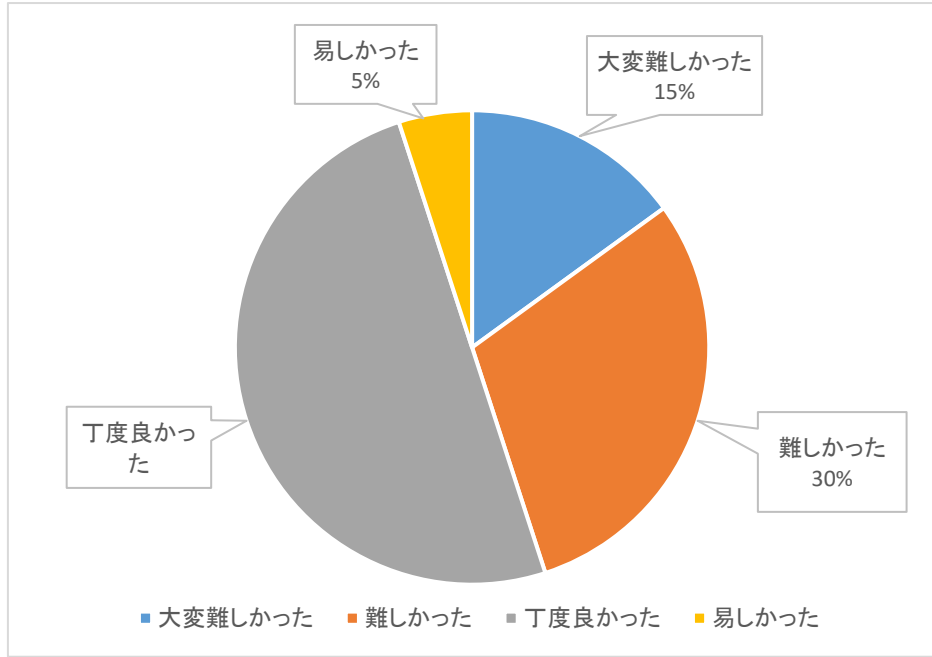
2024年度PWBS 第4回アンケート集計結果

研修日：2024年9月4日(水)

登壇者：株式会社日立製作所 フェロー、株式会社ハピネスプラネット 代表取締役CEO 矢野 和男氏

講演テーマ：「生成AIで、企業を変える：テクノロジーで幸せで生産的な企業をつくる」

(1) 今回の研修の難易度はいかがでしたか。【大変難しかった、難しかった、丁度良かった、易しかった】



その理由をお聞かせください。

気づきが多く、楽しかったです。グループディスカッションにて、苦難・ピンチを前向きに語るというのは個人的にとっても難しかったです。研修として難しいというよりは、自分自身の中にそういった経験が少ないということを変えて認識する機会になりました。また、Zoomで双方向のコミュニケーションを取る研修は初めてだったので、非常に緊張していましたが、興味深い内容を話し合いながら分かち合うことができて良かったです。早速、他の研修や普段の業務においても積極的にZoomを使うことができるようになっていきます。

幸せとは何か、という哲学的な切り口からウェルビーイングや組織のエンゲージメント、生成AIの可能性を考える構成が面白かった。グループワーク等で意見交換を行う時間も、他の方の経験や考えからの気づきや学びもあり良かった。

研究に基づく知見などを非常に分かりやすくご説明いただき、とてもよく理解できました。実際にAIで生成された曲などもお聞きでき、興味深かったです。

「ウェルビーイング・幸せとは何か」という曖昧に捉えていた概念を明確に言語化していただき、大変わかりやすく腑に落ちました。つながりを仕組み化するために生成AIを利用することは、直接の対面コミュニケーションと相反する点で、難しいのではないかと感じましたが、一方で、未来への可能性を感じました。

AI、ウェルビーイングなど、単体では聞いたことがあったがどう関係しているのかの理解が難しかった。

ウェルビーイングの定義、個人、組織、課題、解決策という構成でご講義頂いたので、非常に理解しやすかったです。グループワークも個人や組織の課題を伺う事ができ、親近感を感じたり他社で導入されている方法など解決策を見いだせたりと非常に有意義でした。

たくさん「難しい」と思ったことの中で、20世紀型のやり方(指示の通りに仕事をこなす)は未来に通用しないとのお話がありましたが、自身の働き方は20世紀型だと感じてはいても、元々生成AIをあまり利用したことがないため、21世紀型の働き方(知識労働の生産性を上げる)という箇所を具体的に想像することが難しかったこと。また、最後のお話のBunshin「哲学を持つAI」で、例えば社長のメッセージ発信について社長の「考え方」と「知識・情報」を組み合わせることによって本当に「代理が出来うる」ものなのか、間違ったニュアンスを生成をすることは無いのか？などいろんな疑問が出て理解が及ばなかったこと。

これまで、エンゲージメントについては社内でも最近取り上げられることが多く、耳にする機会は多かったのですが、ウェルビーイングについて詳しくは知らなかったため、新たな知見とするためにセミナーで学んだことを再度振り返り、自社内で展開していきたいと思っております。

興味はありましたが知識に乏しい分野の話だったので、初歩的なことから講義していただけてわかりやすかったです。

生成AIのお話や職場の人間関係構築についてなど、今伺いたかったことが沢山お伺いできたため。

幸せの科学的な定義、ウェルビーイングの神髄、生産的な組織づくりのための生成AIの活用など、非常にボリュームのある内容でしたが、わかりやすく順序立ててお話いただけたことで理解ができました。

会社内でもAIやロボットの導入、身近ではChatGPTの導入を行い議事録メモ作成→社内共有などに活用する目的で様々な取り組みが始まっているのは事実あります。しかしながら、情報量や正しく利用するための知識など自分の中で整理しきれなかった、またどのようにAIと向き合っていくのかなどキャパオーバーになってしまったからです。

私自身の勉強不足で初めは難しく感じましたが、研修終了後は内容を十分に理解することができました。ありがとうございました。

手前都合で恐縮ですが、現業対応の影響があり講義に集中できておらず理解力が及ばなかったため
※後日資料で振り返りさせていただきます

「ウェルビーイングとは コンフォートゾーンにいないことではない。コンフォートゾーンからでることを、心地よく感じるスキル、それが、ウェルビーイングの真髄」は 講義を受ける前には、思っていなかった言葉だったので、自身の考えや自分の思い込みを変えながら講義をきく必要あったから。

生成AIという言葉は存じ上げていましたが、馴染みがなく怖いイメージを持っていました。そのため、耳から遠ざけていたところもあり初めて伺うことばかりで難しく感じました。

幸せや成長など日常的に使用はしているもののその意味を深く考えて使ってきたわけではなかったので意味を考えるとということはどういうことなのか理解し自分の中に落とし込む作業が難しかった。またAIは業務効率化のために仕様するものとの認識であったので、AIを使用しコミュニケーションをとるとの考えをもつことが難しかった。今回の講義の中で出てきたキーワードは身近なワードであったからこそ、難しく感じた。

ウェルビーイングに関する研究領域など基本的なことを学びました。注目されている学問でもあるため、見聞きしたことのある理論も多くあり、より専門性の高いことも学びたいと思いました。

ボリュームが多くテンポも速かったので、ところどころ理解が追いつかないところがありました。グループディスカッションでは、テーマにあった事例が思いつかず、その場にあった発言をすることができませんでした。

(2) 研修を受講して気付いた事、学んだ事は何ですか。

生成AIについて、かなり印象が変わりました。これまではAIが関わるものやその活用法という、それらが進化することは、コミュニケーションから切り離されていくようなイメージを持っていました。AIに任せることで、人同士のやり取りが簡素化されていくといった流れを感じてきたためです。

しかし、今回の研修で、むしろ理解を深め合うためのツールとして生成AIが活用されていることを知り、学習能力を持ったAIとしての奥深さを感じました。私は家族との間で故人である祖母について、「おばあちゃんだったら絶対こう言うよね」と想像して笑い合うことがありますが、考えを理解して汲み取り言語化するという点では、こうした人同士のコミュニケーションの感覚に近づいているように思えて面白かったです。

また、用事だけではない「第3のつながり」が不必要なやり取りという分類ではなく、むしろ重要なものとして研究されていることが意外で、捉え方に変化がありました。

・縦割り組織はV字型コミュニケーションに陥りやすく、結果として生産性やエンゲージメントの低下につながる。個人の幸福度を高め、組織の生産性を生むためには、横のつながりを気軽に作れる組織風土があることが重要だと気づいた。その意味でも、権威性やメンツを重視するような組織だとエンゲージメント向上はなかなか難しいとも気づいた。

・横のつながりを生む上では、生成AIを取り入れた個別コーチングや上司のマネジメント支援など、AIを使ったコミュニケーションの活発化が有効であることを学んだ。

個人的には幸せがその人の性格に大きく左右されるものだと考えており、特にポジティブさなどは先天的要素が強いように感じていましたが、今回の研修でスキルとして身につけられると伺い大きな希望となりました。ウェルビーイング向上の為に、前向きさ等個人の思考の変化だけでなく、他者との関わりを生む出す為の社会としての変化等複数のアプローチがあり自分も他の人のウェルビーイングに何か影響を与えられるのではないかと感じました。

真のウェルビーイング・幸せはコンフォート・ゾーンにいる楽な状態ではなく、夢中ゾーンに向けて前向きな状態であること、ということ学びました。

今求められる人 = 自らを高め、工夫・挑戦する人という話や右回りの法則、「成長が止まるのは間違いを避けるから」など、気づきに繋がる言葉が多くあり、真の幸せについて理解できたように思います。

コンフォートゾーンに浸ることは幸せと考えていたが、ずっとそれだと退屈でもあるという現象について納得がいった。

ウェルビーイングとは「コンフォートゾーンを出る旅」を繰り返す（／成長し続ける）状態で生じる事と知り、今までの理解と相違していました。

また、コミュニケーションでは、業務だけの話になりがちですが、三角のコミュニケーション（雑談）も生産性を向上させるのに有効であると分かったので心がけたいと思います。

今回の講習は「テクノロジー = 幸せ」はどう繋がるの？との疑問を持って受講させて頂きました。

お話の中で20世紀型は「働く⇒経済価値」の循環の結果が「幸せ」なのに対し21世紀型は「働く⇒幸せ(中核)」の結果が「経済価値」なのだとはって、仕事に夢中になることが出来、創造し続けることが幸せな状態であり、AIを活用して人と人とのつながりを広げ協力し合い「常に成長する集団」を目指すことで幸せの先に結果が見える、と自分なりに理解しました。

今求められる人・組織のあるべき姿は「自らを高め、工夫、挑戦する人」という点においてまさしくそうであるべきだと感じました。余裕な状態にい続けるのではなく、常に成長し続けるために失敗・間違いを恐れず一歩ずつでも前進していくことで、人的資本となりうるのだと改めて考えることができました。働いた結果として「幸せ」という産物を得るのではなく、働くことで「幸せ・充実感・やりがい」を得た結果として世の中に「経済価値を生み出す」、この違いをしっかりと認識し業務に取り組んでいきたいと思っています。

生成AIに関しては、これから必須となり、パートナーとして活動していかないといけないと思っております。よきパートナーとして、生成AIに対する知識・スキルだけでなく、リテラシーも学び今後活かしていきたいと感じました。

有用な技術は積極的に取り組んで常に自分も成長し続けたいと実感しました。

今後、DX化がさらに進み、生成AIが標準的に活用される社会が迫っていることを再認識しました。また、文書作成等に限らず、人とのコミュニケーションの幅を広げ、エンゲージメントを高めるためにも生成AIを活用することができるということを知り、感激しました。

仕事をする上でなるべく恥ずかしい思いや不安な思いをしたくないと思っていましたが、不安ができるのは生理現象で不安があることで成長できているとお伺いし、今後は不安なことがあってもこれまでより前向きに捉えるようにしたいと思いました。
また職場の人間関係において、用事がない人間に用事を作ることが大事で雑談力を身につけたいと思いました。

生成AIについて、過去個人で使ってみたことはありましたが、ビジネスに活かせるという発想がなかったため、既に出遅れてしまっているということに気付かされました。
既存の枠組みにとらわれず、新しいテクノロジーを前向きに捉えながら、日々の仕事に取り入れていかなければいけないと感じました。

時代の変化とともに、既存の前提でのルールで仕事を回しながらも10年先、20年先...を見据えたときに対応できる仕組みを考えていかなければいけないと気付きました。
身近な場所でも変化は起きており、昔みたいにトラックドライバーが走れば走るほど稼ぐことが当たり前だった時代。そこから温暖化による異常気象による労働環境の変化、価値観の変化、法的な制約など働くことに対する考え方は目に見える形で変化しています。限られたゾーンでの可能性を探るだけでなく、心地よく前向きに向き合うことを大事だと学びました。
AIと向き合うことで、これまでの固定概念で凝り固まった視野を広げ、自身の成長につなげたいと考えます。

研修の中で成長が止まったように見えるのは間違いを避けるから、恥ずかしい気持ちがあるからという内容に共感しました。またウェルビーイングはスキルであり、変えることができるというところに可能性を感じました。自分の職場でもAIをうまく活用し環境改善に役立てたいと思います。

本研修で一番共感した部分は「ファクターX」の説明です。
V字コミュニケーションと三角形のコミュニケーションについて
「生産性」が違う点は予め自身も認知していたが、「幸福度」というベクトルもあったか...と発見でした。
縦割りの企業で三角形のコミュニケーションをしていくためにはコツコツとした努力が必要と感じた。また相手に興味を持たないといけないと感じました。

・社内の横串が大切：業務上よくいわれることだが、社内の人間関係がウェルビーイングであるためにも必要であること
・人に「あなたはここにいてもいいんだよ」と孤立していないことを体現する必要があるのを再確認した
・「ウェルビーイングとは コンフォートゾーンにいないことではない。コンフォートゾーンからでることを、心地よく感じるスキル、それが、ウェルビーイングの真髄」

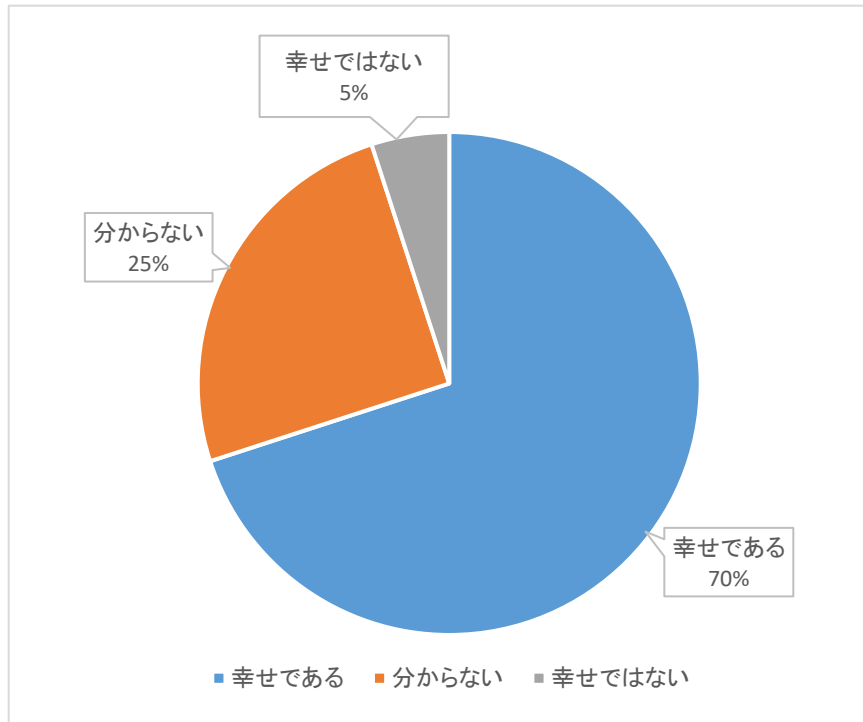
ゴリラ等と違い、人間には白目が大きくあるのは、目の動きで心理を読むことができ、協力できる関係をつくるのが出来るというお話を伺い、目を見て話すことは大切だということを知りました。

同僚と仕事業務外の会話をしているにもかかわらずうまくコミュニケーションがとれていないと感じていたため、今回コミュニケーションを取るときにプライベートの会話だけではなく、今後の方針ややりたいこと等の仕事における本音も会話する必要があると学んだ。
また設計と客先の間に入って仕事をしているのでしんどいなと思うときやうまく商談が回らない時は確かにV字の関係になっていると気が付いた。意識的に三角形の関係になるように周囲を巻き込んで仕事をしていきたい。

ウェルビーイングに関する基礎研究から最新の知見まで、ポイントをわかりやすく説明頂き理解が深まった。

人は生涯成長できるものであるが、間違いを恐れて避けていると成長は止まってしまうということ、また、スキルを身につけるだけでなく、自らを高め続けることが必要であることを学びました。
自分は今まで心が満たされていたり、安定している状態を「幸せ」と考えていましたが、幸せは楽な状態ではなく前向きな状態であるということをお話いただき、これからの自分のあり方や、仕事への取り組み方について考え直す機会を得ることができました。
コミュニケーションのお話では、V字ではなく三角形のつながりが組織の中で良い人間関係をつくることを教えていただきましたが、AIを活用する方法についてはとても興味深く、考えさせられました。

(3) 今、あなたは幸せですか。【幸せである、分からない、幸せではない】



その理由を教えてください。「分からない」「幸せではない」と答えた方は「幸せである」にするために何が必要かを考え教えてください

最近、新しい挑戦への緊張と、なかなか進んで挑戦できないことへのコンプレックスをどちらも感じています。今回の研修の中で、「不幸は生体反応」「コンフォート・ゾーンから出るのを心地よく感じるスキルがウェルビーイングの真髄」といったお話を伺い、こうして研修で新しい学びや経験をさせていただいたり、普段の業務の中でも、ルーティンばかりではないことに取り組んでいる今こそが、幸せになるスキルを磨いている時間なのだと思います。ただ、新しい物事への抵抗感も否めず、緊張を上手に前向きに受け取ることがまだできていません。もがいている最中というように感じています。

手を上げて新しいキャリアに挑戦することができており、難しい課題もありながら充実感を持って働いている。今のところ体も健康で、平穏な毎日を送ることができており、友人やパートナーとも支え励まし合いながら過ごしている。これまでの人生において、災害や病気、事故など、どうしようもない苦しみに向き合ってきた人をたくさん知っているため、今ある日常を当たり前とは思わず、よりよい人生のために感謝と努力を大切にしていきたい。

自分の意志で決定する機会を増やすことだと考えます。幸せの尺度は自分でしか測ることができない中で、自身の他責志向が幸せの実感を阻害していると思います。

プライベートと仕事の両立ができているため、また、仕事をする中でやりがいや達成感を感じているため。

業務上、緊張ゾーンに居ることが多いため、コンフォートゾーンを望むこともあるが、自分の力を活かしたチャレンジを行える仕事でもあるため。

仕事では、新規事業開発や民間企業ならではの中期経営計画、経営戦略を組織事業に落とし込み、その事業に携わるという、本研修での「コンフォートゾーンを出る旅/充電、緊張、余裕、夢中」の「緊張と夢中」の状態で行っています。新しい事業に取り組むと課題に対峙することも多いのですが、それも含めて自身が「ウェルビーイング」な状態であると気づきました。

基本的には幸せと感じています。

仕事のやり方などは今回の講習を受け、課題も多く、些末な問題は色々ありますが、健康であり、仕事環境・人間関係とも良好だと思っています。

自分自身、目標を持って日々業務に取り組んでいます。やりたいことや挑戦したいことにも積極的に参加させていただいております。今後は横のつながりも含め、多くの方を巻き込みながら、また巻き込まれながら、多くの出会いを通じて成長し、それを自身の幸せにつなげていければと思っています。

信頼できる仕事仲間と日々仕事ができ、自分のやりたいことが実現できているため。

今回の講義でもありましたが、幸せは人それぞれです。
私は美味しいものを好きな人と食べられることに幸せを感じており、現在実現できているので幸せです。

毎日家族と過ごしているときに幸せを感じるため。

昨年部署を異動し、日々新しいことを学べる環境におり、まだまだ成長できるという前向きな気持ちから幸せであると感じています。講義の中でお話のあった、「ウェルビーイングとはコンフォートゾーン（余裕）にいないことではない」ということは、これまで仕事をしてきた中でも実感してきましたが、今後も自分自身の力を伸ばしながらチャレンジを繰り返していくことで幸せを高めていきたいと思います。

心の底から「幸せである」と自信を持てなかったため、こちらの回答にしました。時代の変化に追いつけていないのか、自分の意見を発言するタイプではあるものの、仕事とプライベートのオンオフを明確に出来ていないことによって、無理していることはあると気付いたからです。周囲の人の助けを借りながら、成長してきたとは自負しているものの、自信を持って幸せであると言えるように心のケアに注力することで変われると思いました。

ある特定の部分では幸せであるが、ある特定の部分では幸せではないため。働くをHAPPYにするために日々模索してます。

家族は健在で、生活に困らないだけの給料を受け、衣食住も事足りているし、心を許せる友人もおり、大切な人もいる。人がうらやむもの(物質的な)もっている。不幸だと思う点が思い当たらない。業務は大変タフでオーバーフローしているが、この苦勞が将来の自分を成長させてくれるのだとしたら、なんとかがんばろうと思う。

人並に生活できていることは幸せだと思いますが、先の不安や人間関係に悩むこともあり、落ち込んでいる時、悩んでいるときは幸せとは強く思えないからです。
幸せであるためには、現実と状況を受け止め不安への備えや、スキルアップをし何でも対応できる能力をつける努力が必要だと思います。

本講座を受ける前から漠然と嫌なこともあるが漠然と幸せであると感じていた。講座を受ける中で幸せとは突き詰めていくと、仕事を通して年々できることが増え成長できていると感じることができており、かつ周囲がサポートしてくれ会話ができるコミュニティーを複数もっているからではないかと思う。
思考を止めずに今後も幸せと思う時間を突き詰めていきたい。

今回の講義を踏まえると、幸せを感じるのは、仕事を通して成長や自己実現のために調整できる環境にあり、自らの意志で余裕→挑戦→夢中のスパイラルの状態を作り出せることが挙げられると思います。職場の組織は、V型ではなく、それぞれが情報を上げるべき人と会話ができる体制ができる三角型の組織は幸福度や個々の意欲が高いことを理解しました。ツールの一つとしてAIの活用は、世界的なトレンドを早期に取り入れてみるという視点でよいと思いました。今後、後進の育成では、職場のコミュニケーションを通して、当事者であることを感じながら関わることができる環境作りを意識します。

今の自分はどちらかというとコンフォートゾーンにいる状態であるため、困難を学びの機会とし、それをモチベーションに変えていけるよう、勇気をもって前向きに進む強い気持ちを持つことが必要であると思いました。人間関係を良好にしていくための工夫や努力も必要であると感じました。