

30

# アドラー心理学を活用した 部下のモチベーション向上講座



～ アドラー心理学で部下の自律的な行動を促す！ ～

## 【講座のねらい】

アドラー心理学を活用して部下のモチベーションを向上させ、勇気づけるためのコミュニケーションのポイントを習得します。また、部下の課題に介入しすぎず、いかに部下の自律的な行動を促していくかを学びます。

## 【受講の効果】

- ・部下を勇気づけるための部下との関係性について学べる。
- ・部下のモチベーション向上を上司が妨げないようにするための振る舞い方が習得できる。
- ・横から目線で部下を勇気づけるためのコミュニケーションの取り方が習得できる。

## ◇日程・会場等

- ・ 日 程：令和8年6月10日（水）
- ・ 会 場：セミナーパーク 204研修室
- ・ 対 象 者：主査級以上の職員  
(義務受講対象：主査級)
- ・ 定 員：30人



こんな人におすすめ！

- アドラー心理学に興味のある人
- 部下育成にお悩みの人

## ◇プログラム（6.5時間） 対面研修

9:00	9:15	12:00	13:00	16:45
オリエンテーション	<ul style="list-style-type: none"> <li>● アドラー心理学で部下を勇気づける ～自律的なモチベーション向上を実現するために</li> <li>・アドラー心理学における「勇気づけ」とは ～横の関係で部下を援助し、行動できるように促す</li> <li>・勇気づけが求められる背景・理由</li> <li>・部下を勇気づけるために必要なこと</li> </ul>	休憩	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 横の関係で課題を分離し、介入しすぎない</li> <li>・“介入しすぎ”は部下の成長を妨げる～課題の分離</li> <li>・上から教えるのではなく、経験から学ばせる</li> <li>・貢献感があることで、自分の価値を実感できる</li> <li>・感謝の言葉が貢献感を生み出す</li> </ul>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 上司と部下との関係を考える ～上下ではなく横の関係に</li> <li>・部下との関係性を振り返る</li> <li>・部下との関係性を“横の関係”で捉える</li> <li>・共感的態度で相手の話を聴く</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 部下を勇気づけるコミュニケーション ～自分で困難を克服する力を与える</li> <li>・ほめず、叱らず、勇気づけをする</li> <li>・原因論ではなく、目的論で考えさせる質問</li> <li>・Iメッセージを活用し、横からの目線で勇気づける</li> <li>・ダメ出しは勇気くじきのもと～よい行動に着目する</li> </ul>	

※講座内容、研修の進め方は状況によって変更になる場合があります。

### ➤ アドラー心理学とは……

アルフレッド・アドラー（フロイトやユングに肩を並べる世界三大心理学者のうちの一人）が創始した心理学で、「あらゆる課題を対人関係の課題」として捉えています。

## 【講師】

株式会社インソース 講師 ながおか ひろゆき 長岡 浩之



## ◇受講者の声

- 部下の強みや役割を日頃からコミュニケーションを図って認識させていくことも大切だと思った。
- どうしたらモチベーションを高く保った状態でメンバーに業務をしてもらえるかの参考になった。
- 具体性があり、日頃の態度を改善しやすく、とても勉強になった。