

平成 28 年 4 月 28 日発行

キャリア・アップ NEWS5月号

＜経営者・管理者が読むニュースレター＞

アドラー心理学に学ぶ「やる気のメカニズム」

あっという間に4月が終わろうとしています。採用・研修ご担当をはじめ人事関連の多くの皆さんは、新入社員を迎え、異動もあり、その対応や研修で目の回るような忙しさの真ただ中にいらっしゃるのではないのでしょうか。弊社でも3月上旬より各企業単位の新人研修のご要望をたくさん頂き、毎日忙しい日々を過ごしており、やっと少し落ち着いてきた状態となりました。

さて、“企業は人なり”と言われるように、企業経営において、どんなに戦略・戦術が素晴らしくても、それを実行する「人」がイキイキしていなければ、成果につながりません。そこで、今回は、「人のやる気」に焦点を当ててみたいと思います。

■そもそも「やる気」とは？ 『アドラー心理学に学ぶ「やる気」の高め方』

（岩井俊憲監修、永藤かおる・宮本秀明著）より

1)人の行動や行為に潜むパワーである。

2)能力である。その能力は「自分自身を動機づける力」「何かを行うために必要なエネルギーや理由を見出す力」の2つである。これは他者や環境に影響されることもあれば、されないこともある。また、目標や目的を達成するために個人個人の特有なやり方で発揮される。

3)高いモチベーションをもつ人と低いモチベーションをもつ人との間には差が生じる。

個人差はあるものの、やる気というのはすべての人の行動や行為に潜むパワーであり、どんな障害や困難であろうともモチベーションを高くもつことによって、望んだ人生は創造可能である、ということです。「やる気が出ない……」と今思っている人でも、やる気を味方につけることはできます。なぜなら今の状態は、やる気が潜んでいて表に出てきていないだけだからです。

■自分自身の「やる気」を知る

では、その潜んでいるやる気を引き出すにはどうすればよいのでしょうか？それには、次の2つのアプローチが有効です。

●まず1つめは、「自分自身のやる気をよく知る事」です。同じ出来事があっても、その受け

止め方は人それぞれです。ですから、一人ひとりに合ったやる気の高め方を探っていく必要があります

配信停止（FAX： ）

メール配信切り換え（メールアドレス ）

ご記入の上、弊社FAX053-411-6859まで送信をお願い致します。

す。自分はどのようなときにやる気が出たのか、どういうことでやる気が削がれたのか、これまでのことを振り返り、書き出してみるなどして、やる気が出る・削がれる原因を分析してみましょう。「やる気」について分析することで、やる気を引き出すための工夫や、やる気を維持するための対策なども見えてきて、自分でコントロールしていくことができるようになります。

■「やる気のステップ」を意識する

そして2つ目は、「やる気のステップ」を意識することです。やる気を奮い立たせてくれるものとして、以下の4つの「sion」があります。

1. Decision (デシジョン)

目の前に立ちほだかる課題を「断固実行しよう!」という決断

2. Vision (ヴィジョン)

その課題が達成されたり解決したりしたときにどんなよい状況になっているか、どのように自分が成長しているかの展望

3. Mission (ミッション)

その課題を克服する、やり遂げるための使命感

4. Passion (パッション)

その課題に取り組む情熱。ただ漫然と「やらなければ」と考えていても、なかなか手をつけることはできません。自ら「決断」し、「展望」と「使命感」をもち、なんとしてもやり遂げるんだという「熱意」をもつこと、自分自身のなかからやる気を引き出すには、やろうとすることの実現を具体的に思い描いて取り組むことが必要なのです。

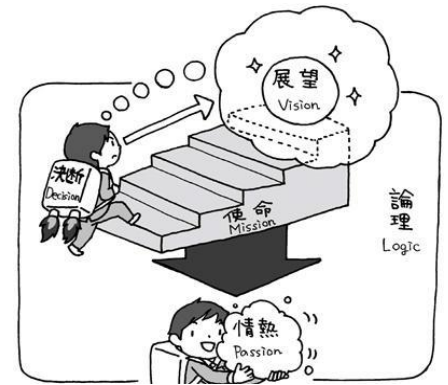
これら4つの「sion」のつく英単語は、主に感情に訴えるものですが、それだけでは根性論のようになってしまいます。そこでもうひとつ必要になってくるのが「Logic」です。

5. Logic (ロジック)

その課題をこなすことによって得られる利益や効果などを論理的に分析すること。

やる気は根性論では長続きしません。やる気が失せてきてしまったときでも、論理的に冷静に利得を見極めることができれば、もう一度気持ちや行動を奮い立たせていくことができます。「Logic」は、「がんばるぞ!」という前向きな感情の後ろ盾となってくれるのです。

これら「4sions & Logic」という「やる気のステップ」をしっかりと意識して取り組むことで、やる気を維持しながら目標へと進んでいくことができます。自分自身の仕事についてだけでなく、部下指導や部門運営においても、モチベーションを引き出し、高く維持していくことは大きな課題です。そのための1つの手法として、ぜひ役立ててください。



★告知!! 7月開催 リーダーシップ・トレーニング研修

(課題解決力・合意形成力を飛躍的に向上させる)

★1分間で誰でもできるモチベーション向上

★異論を巻き込む合意形成能力 ファシリテーション

◎ 日程は、後日お知らせいたします。

□配信停止 (FAX:)

□メール配信切り換え (メールアドレス)

ご記入の上、弊社FAX053-411-6859まで送信をお願い致します。