

課題解決力向上セミナー

～ソリューション・フォーカスを身につけ、課題解決力を高める～

開催日時

2026年11月12日(木) 9:30～16:30 (受付開始は開講の30分前を目安とします)

会 場

富山：北陸経済研究所(4Fセミナールーム)※本研修は会場のみで
開催します

セミナーのねらい

お客様とのやり取りや社内の業務において、トラブルや課題に直面した時、「トラブルはなぜ起きた?」とか「誰のせいだ?」といった『原因』を追究することに囚われ、なかなか課題に結び付かず、気持ちが滅入ってしまった経験をお持ちではないでしょうか。起こってしまった原因や過去に固執しすぎると、次の方向性や解決につながりません。また、ネガティブなマインドを生み出し、周囲との人間関係も損なわれてしまいます。

本セミナーでは、課題解決力を高めるソリューション・フォーカス(解決思考のコミュニケーション)とモチベーションを高める勇気づけ(アドラー心理学の代表的な技法)を学び、自分の持ち味を生かしながら、組織内の協働関係を育むことを目指します。



講 師

**有限会社ヒューマン・ギルド
取締役研修部長**ながとう
永藤 かおる 氏

国家資格 公認心理師(登録番号29160号)、シニア・アドラー・カウンセラー。
平成元年 三菱電機株式会社入社。その後、ビジネス誌編集、語学専門学校教師など、20年以上にわたるビジネス経験を経て、自身が働く中で壁に当たった際に出会ったアドラー心理学を修得。現在は、日本におけるアドラー心理学の一大拠点であるヒューマン・ギルドにて、アドラー心理学研修講師(企業・自治体、教育機関、個人等)、カウンセリング、書籍執筆などを担当。主な著書としては、『アドラー』だから自分で動ける部下が育つ上司の教え方』(ディスカヴァー・トゥエンティワン)、『悩みが消える「勇気」の心理学 アドラー超入門』(ディスカヴァー・トゥエンティワン)、『うつ』な気持ちをときどき勇気づける口ぐせ』(明日香出版社)、『アドラー心理学に学ぶ「対人関係力」の高め方』、『リーダーのための心理学入門コース』などがある。

セミナーの主な内容

1. アドラー心理学の概要

- ・アドラー心理学の概要
- ・アドラー心理学が受け入れられる背景

2. モチベーションについて

- ・自分自身の動機づけ力、やる気(モチベーション)とは
- ・やる気をもたらす要因は何か
- ・外発的動機づけと内発的動機づけ
- ・動機づけの要素(ミッション、ビジョン、パッション、デジジョンなど)
- ・賞と罰
- ・それぞれの問題点、WHYの問題点

3. 問題解決能力の手法(ソリューション・フォーカス)

- ・プロBLEM・フォーカス(問題思考)とソリューション・フォーカス(解決思考)
- ・原因追求型解決法はなぜうまくいかないのか
- ・ソリューション・フォーカスを使った対話法

課題
解決

4. 勇気づけの理論と実践

- ・勇気および勇気づけとは何か?
- ・勇気づけのためのキーワード(共感、尊敬、信頼とは何か)
- ・自分自身を勇気づける方法、ものの言い方
- ・ヨイ出し・ダメ出し、失敗の受け止め方
- ・他者への勇気づけの実践

5. アファメーション(自己宣言)

本講座の学びを踏まえ、

- ①自分の将来の具体的な目標設定およびその達成のために
日々どのような行動をするかを考える。
- ②グループもしくは全体に向けて、アファメーション(自己宣言)を行う。

受講者
の声

・適度なディスカッションがあり楽しく研修を受ける事ができました。
・フォーカスする視点を変えることで問題解決にも繋がることなど、初めて知るためになる話が多かったので、今後に活かしたいと思いました。
・職場内での人間関係に関する内容の講義もあり、すぐに実行できる具体的な内容があり、参考になりました。
・コミュニケーションに重点をおいた視点での組織での課題解決力向上に、理論的な解説もまじえて教えて頂けたのでためになった。

前回の本セミナー
開催レポート

■参加申込方法

北陸経済研究所 HP の「セミナー・講演会」⇒各セミナー⇒「Web でのお申込み」

■参加費(税込)

会 員	1名	20,900円
非会員	1名	40,700円

 ※賛助会員にお申込みいただければ、会員価格でご受講いただけます。

お申込み・詳細はこちらから➡



■お申込みにあたって

※北陸経済研究所HPの「セミナー・講演会」の「▶お申し込みの前に必ずご確認ください」をご一読ください。

- ①キャンセルのお申し出は5営業日前までお願いいたします。以降のキャンセルはご返金致しかねますので、予めご了承ください。ただし当研究所主催の別セミナーへの振り替え受講のお申込みをお受けいたします。
- ②詳細は受講証、受講案内メールにてご確認ください。
- ③都合により開催の中止、または延期させていただく場合がございます。

