



# 組織のトップが学ぶべき アドラー心理学

## (1) 目的論

中小企業活力向上オンラインセミナー  
人材・組織分野

中小企業活力向上プロジェクトアドバンス実行委員会事務局



# 「アドラー心理学」と本セミナーのテーマ

## アドラー心理学とは

- オーストリアの精神科医・心理学者のアルフレッド・アドラーが創設した心理学
- 他者を変えたり、操作するためではなく、自分が変わるための心理学
- 目的論や主体論、認知論など様々な理論や教えがある

## 全三回で取り上げるテーマ

### 第一回目

目的論

### 第二回目

横の関係と  
勇気

### 第三回目

共同体感覚と  
幸せ



# 「アドラー心理学」と本セミナーのテーマ

## アドラー心理学とは

- オーストリアの精神科医・心理学者のアルフレッド・アドラーが創設した心理学
- 他者を変えたり、操作するためではなく、自分が変わるための心理学
- 目的論や主体論、認知論など様々な理論や教えがある

## 全三回で取り上げるテーマ

### 第一回目

目的論

### 第二回目

横の関係と  
勇気

### 第三回目

共同体感覚と  
幸せ



# スタッフからの報告。どう答える？



明日納期の商品を  
発注し忘れてしまいました  
今から発注しても、もう間に合いません



# スタッフからの報告。どう答える？

1

「ばかやろう！」と怒鳴る・叱る



# スタッフからの報告。どう答える？

1 「ばかやろう！」と怒鳴る・叱る

2 「どうしてそんなことになったんだ？」と原因を探す



# スタッフからの報告。どう答える？

1 「ばかやろう！」と怒鳴る・叱る

2 「どうしてそんなことになったんだ？」と原因を探す

3 「お客さまのために、今から何ができるだろう？」  
と、別の方法を一緒に考える



# スタッフからの報告。どう答える？

1

「ばかやろう！」と怒鳴る・叱る

2

「どうしてそんなことになったんだ？」と原因を探す

3

「お客さまのために、今から何ができるだろう？」  
と、別の方法を一緒に考える



## 目的論で考える

- ものごとの目的を考えること。
- 過去は変えられないので、  
未来のために”今からどうするか”を考える
- ↔ 原因論 = なぜなぜ分析

原因が分かっても、目の前の問題は解決しないし、  
勇気が削がれるだけ



## スタッフからの報告。どう答える？

1

「ばかやろう！」と怒鳴る・叱る

2

「どうしてそんなことになったんだ？」と原因を探す

3

「お客さまのために、今から何ができるだろう？」  
と、別の方法を一緒に考える



## 目的論と感情

- すべての感情や行動には目的があり、主体的に選び取って、感情を使っている
- 怒ったり、泣いたりすることにも目的がある  
(例)
  - 相手より大きく自分を見せたい
  - 相手に自分の言うことをきかせたい
- 怒りは人と人を引き離す感情なので、なるべく”使わない”  
(まずは”使っている自分”に気づくこと。  
次に、”使わない”と決めること。)



## 目的論で考えるためのセルフクエスチョン

- 相手/私の本当にほしいものはなんだろうか？
- その目的を満たすには、他にどんなやり方があるのだろうか？
- もっと大切なこと(さらに上位の目的)はなんだろうか？
- 本当に望んでいる未来はなんだろうか？  
どうしたら叶えられるのだろうか？