

ポジティブ心理学は、今から20年前、アメリカで始まった心理学の新たな潮流です。

それまでの心理学が人間の不安や抑うつ、精神的障害に焦点をあてて、病気を治すこ

ナビゲーター

とに力を注いできたのに対して、ポジティブ心理学は人間が意欲や向上心をもって、より良い人生を歩むためにどう貢献できるかを主眼に研究が進められています。ポジティブという言葉に抵抗感がある

◆ 13 ◆

働く人と組織

働きやすさの獲得と働きがいの創出

人もいるかもしれませんが、巷でいわれるポジティブ思考とは違い、生きがいや働きがい、充実感を得るために心理学で何ができるかを科学的に追及しています。

今回から数回にわけて、ポジティブ心理学のさまざまな研究成果をもとに「働く人と組織」を支援するための有効な手法についてご紹介します。

まず今回は、ワーク・モチベーションです。ワーク・モチベーションは企業の生産性の向上には欠くことのできない重要な要素として認識されており、ポジティブ心理学が

ポジティブ心理学

職場の“居場所”を実感させる

提唱されるずっと以前からさまざまな研究が行われてきました。

テイラーの科学的管理法は、「見える化」、「標準化」、「マニュアル化」として現代

に結実し、多くの企業で取り入れられています。また、科学的管理法へのアンチテーゼとして行われたメイヨーによるホーソン工場での実験

は、職場の人間関係の重要性を示しました。それを引き継いだマズローが、人間性心理

学の立場から「欲求五段階説」を提唱し、社員が抱えるさまざまな欲求を満たすための関

わり行動や組織の仕組みづくりが重要であると説きました。

その後、心理学的アプローチによる研究が中心となり、動機づけ・衛生理論やX理論

・Y理論、期待理論、目標設定理論など、企業のニーズに応える形で様々な理論が提唱され、現場に応用されています。検索サイトで検索すると、

大企業やIT関連企業を中心に斬新な取り組みが紹介されています。

さて、意欲、能力、背負っている人生がそれぞれ違う人々が集う職場において最も重要なワーク・モチベーション

の手法を一つあげるとするならば、「職場には自分の居場所がある」という実感を持つ

ような関わり行動や仕組みを作ることです。古来から、人間が集団を作り、そこに自分の居場所を見出そうとする

のは人間本来の根源的な欲求です。

現代の職場においても、自分を必要としてくれる仲間がいて、共に語り合う夢や志、

信念がそこにあり、社会のために貢献しているという実感があれば、どんな困難な仕事にも立ち向かっていきます。

そして、上司から「You can do it!」（お前ならできる）の一言があれば百人力です。

【日本産業カウンセラー協会中部支部副支部長 産業カウンセラー キャリアコンサルタント 清水達也】

（火曜日に掲載）

