

## 14j. 心理学に基づいたプロジェクトメンバーの 管理・育成法

### 1. 研修要領

・募集定員	16名
・研修会場	出島交流会館（確定）
・講師	富士通九州システムズ(FJQS)講師:井上 龍也氏
・開催月日	平成28年9月14日(水)～16日(金)《3日間》
・実施時間・日数	9:30～17:30(7時間/日)・3日間(21時間)
・受講料(税別)	78,800円
・教材料(税別)	5,000円

### 2. 対象者

プロジェクトリーダー、サブリーダーの方。今後、リーダーになる方。

### 3. カリキュラムの概要

プロジェクトは多くのメンバーで構成されており、それを束ねるプロジェクトリーダーは、各メンバーに対して様々なコミュニケーションをとらなければなりません。部下のモチベーションを上げたり、ミスをした部下を叱責したり、上司に諫言したり、多種多様です。また近年、IT業界では精神疾患で長期休養する人材が出ていることから、プロジェクトリーダーはメンバーの健康状態やストレス、不安要素を察知したり、取り除いたりして健康な状態で働いてもらわねばなりません。本コースでは、様々な心理学の要素・理論を利用して、プロジェクトメンバーのモチベーションを高めたり、上手く叱責したり、不安やストレスを軽減したりすることを講義とロールプレイングで学習します。実際にロールプレイングを行うことにより、実践的な演習効果が得られ、要員育成・管理法の幅、篤さが増加します。

### 4. カリキュラムの詳細

3日間(21時間)

科目	時間	科目の内容
1. プロジェクトにおける心理学の重要性	1.5 Hr	<b>【講義】</b> ・プロジェクトにおける心理的な問題 ・心理学の視点 ・心理学の種類 ・脳生理学と心理学 <b>【演習】</b> ・バイオリンを眺める少年(個人演習+グループ討議)
2. チームマネジメント	6.0 Hr	<b>【事前演習】</b> ・チームマネジメントをめぐる問題 (個人演習+グループ討議) ・良いチームとは、悪いチームとは (個人演習+グループ討議) <b>【講義】</b> ・チームマネジメントとは ・リーダーシップとその種類について (PM理論、パス・ゴール理論、SL理論などリーダーのあり方) ・効率的なチームマネジメントのポイント ・ビジョンの明確化、集団規範、凝集性、効果的なチーム構成 ・上手なチームの動機づけ <b>【演習】</b> ・プロジェクト立ち上げ時のスピーチ(考察→発表→評価) ・プロジェクトリーダーとしてのチームマネジメント (ロールプレイング→評価→気付き) ・メンバーの成熟度によるリーダーシップの取り方 (ロールプレイング→評価→気付き) ・ビジョンの明確化を意識したリーダーシップ (ロールプレイング→評価→気付き)

3. コミュニケーション マネジメント	5.0 Hr	<p><b>【事前演習】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・コミュニケーションをめぐる問題 (個人演習+グループ討議)</li> <li>・良いコミュニケーションとは、悪いコミュニケーションとは (個人演習+グループ討議)</li> </ul> <p><b>【講義】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・コミュニケーションとは(言語・非言語の違いなど)</li> <li>・ストローク(暖かい、普通、冷たい、無視)</li> <li>・効果的な部下の叱り方</li> <li>・自己開示</li> <li>・アサーティブコミュニケーション</li> <li>・DESC法</li> </ul> <p><b>【演習】</b>全てロールプレイ→評価→気付き</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ストロークの使い分けと、ストロークによる相手の感じ方</li> <li>・部下を叱ってみる</li> <li>・部下と面談し部下の悩みを聞き出す (自己開示させる)</li> <li>・アサーションを使って仕事を断るもしくは減らす</li> <li>・DESC法を使用して上司をうまく諭してみる</li> </ul>
4. モチベーションマネジメント	7.0 Hr	<p><b>【事前演習】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・コミュニケーションをめぐる問題 (個人演習+グループ討議)</li> <li>・どのような時にモチベーションが上がりますか 下がりますか？</li> <li>・原因帰属と達成感の事前確認</li> </ul> <p><b>【講義】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・選ばれた人だとモチベーションは高い</li> <li>・モチベーションの種類(X理論、Y理論など)</li> <li>・モチベーションを理解する3つの観点</li> <li>・欲求で高まるモチベーション(2人の石工の話)</li> <li>・社会的動機、達成動機、親和動機</li> <li>・同期付け要因と衛生要因</li> <li>・強化理論</li> <li>・公平感</li> <li>・ピグマリオン効果</li> <li>・達成可能性×目標の魅力(アトキンソンの達成理論)</li> <li>・内的モチベーションと外的モチベーション</li> <li>・原因帰属と達成感</li> </ul> <p><b>【演習】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プロジェクト立ち上げ時のスピーチ(考察→発表→評価) 再度</li> <li>・部下が仕事が面白くないと言ってきたときの対応</li> <li>・部下を評価する時に忘れてはならないこと(評価面談)</li> <li>・能力はあるが目が出ない部下と面談する。</li> </ul>

5. ストレスマネジメント		<p>【事前演習】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスをめぐる問題 (個人演習+グループ討議)</li> <li>・どんな時にストレスを感じますか (個人演習+グループ討議)</li> </ul> <p>【講義】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスとストレッサー</li> <li>・ストレスの心身への影響</li> <li>・ストレス要因</li> <li>・ストレス過多の兆候</li> <li>・ストレスに対する誤解</li> <li>・ストレスに対する対応</li> <li>・ビリーフとコーピング</li> <li>・ストレスのコントロールとリラクゼーション法</li> </ul> <p>【演習】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・皆さんのストレスチェック</li> <li>・ストレスのコントロールとリラクゼーション法 (ストレッチ等)</li> <li>・技術に不安を持っているメンバーのビリーフを変える 説得 (ネガティブなビリーフからポジティブなビリーフへ)</li> <li>・どうしても自分には出来そうにもない仕事を振られ ストレスを持った部下が上司に相談して仕事を回避 する。</li> </ul>
6. 心理学をプロジェクトに活用するために	1.5 Hr	<ul style="list-style-type: none"> <li>・心理学をプロジェクトに活用するために</li> <li>・心理学は自己や他人の言動を見直す視点となる</li> <li>・自分の思考法や行動、相手を鑑みた行動の選択肢を増やす。</li> </ul> <p>【演習】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・本研修の振り返り、アクションプラン作成</li> <li>・チーム内発表、相互補完、水平展開</li> </ul>
計	21.0 Hr	

## 5. 使用教材

プロジェクトリーダーのための心理学(富士通ラーニングメディア)  
FJQS作成演習(ロールプレイング中心)

## 6. 到達目標

本コース修了後、次の事項ができることを目標としています。

1. プロジェクトのチーム編成とマネジメントを適切に行う
2. プロジェクトの運営において重要なコミュニケーションを円滑に行う。
3. プロジェクトメンバーのモチベーションを向上させる方法を身に付ける。
4. ストレスマネジメントを行う基礎知識を身に付ける。

## 7. レベル

ITSS:ITスペシャリスト育成 - [\*]テクノロジー【レベル: 2】  
ITSS:ITサービスマネジメント育成 - [\*]テクノロジー【レベル: 2】

[\*] ITスキル標準研修ロードマップにおけるコース群名