

# 目標達成に必要な『やり抜く力』向上セミナー

～ 成果を高める科学的手法 ～

〈プログラム〉

## 【1】オリエンテーション

- ・セミナーの目的・進行ルール
- ・ウォーミングアップ

## 【2】やり抜く力（GRIT）の概要

- ・非認知能力とGRIT
- ・GRITの構成要素
- ・GRITの測定

非認知能力の重要な要素である GRIT(やり抜く力)とは何なのかを理解し、その必要性を体感

## 【3】〈要素①〉目標設定の意識を高く持つ

- ・大切にしたい価値観を考える
- ・意義を考える
- ・個人のモチベーションと組織の意義

## 【4】〈要素②〉「粘り強さ」を高める

- ・更に高いレベルを目指す粘り強さ
- ・粘り強く取り組むマインドセット
- ・明確な目標を持つ
- ・阻害要因を取り除く

粘り強さの要素であるマインドセット・目標設定・阻害要因排除の方法を理解する。また、科学的に粘り強さを増すための方法を理解し、自身の取り組みを継続させるために何をするのかを考える。

## 【5】行動経済学に基づく仕掛け作り

- ・行動の3つのタイプ
- ・取り組みやすい状況を作る

やり抜くための「仕掛け」作りを、行動経済学のナッジ(そっと導く技術)理論を援用して考える。

## 【6】まとめ

- ・メンバーのGRITを高める
- ・自身の業務での活用を考える