

各 位

2016年1月25日  
株式会社インプレス

## 『どうして？ 自分に聞く力で問題解決！』を発売

「自分に聞く技術」で行動をコントロールし問題解決するメソッドを解説

インプレスグループでIT関連出版メディア事業、及びパートナー出版事業、デジタルメディア&サービス事業を展開する株式会社インプレス（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：関本彰大）は、株式会社クロスメディア・パブリッシング（本社：東京都渋谷区、代表取締役：小早川幸一郎）発行の書籍『どうして？ 自分に聞く力で問題解決！』を2016年1月22日（金）に発売いたしました。

### ■行動科学を用いた初の問題解決メソッド本

行動科学マネジメントは米国のビジネス界で大きな成果を上げる行動分析を基にしたマネジメント手法で、人のやる気や態度や性格など、曖昧でバイアスのかかりやすい要素に頼らず、行動に焦点を当てた科学的なやり方です。

本書の著者である石田淳氏が、米国のやり方をそのまま日本で実践してもうまくいかない部分が出てきたため、米国の理論の基本を踏まえつつ、同時に日本向けの手法にアレンジすることで、日本における行動科学マネジメントを確立していきました。本書はその行動分析を用いた問題解決本です。自分自身に「どうして？」と問いかけるだけで問題を解決できるメソッドを紹介しています。「いつも寝坊してしまう」「今年こそ痩せよう」といった身近な課題（目標）から、「納品トラブルがあった」「営業成績が達成できない」など会社のトラブルまで、さまざまな問題をシンプルなアプローチで解決します。

### ■専門的な知識不要！ シンプルな方法で問題解決に導く

本書で解決する行動科学マネジメントによる問題解決メソッドは、シンプルでわかりやすく、お子さんでも簡単にできるものです。ロジカルシンキングなどの思考法のように専門的な知識は必要ありません。「自分（相手）に聞く」→「小さな行動目標を立てる」→「行動を取る」→「習慣化する」だけです。

### ■行動科学マネジメントの第一人者によるわかりやすい解説

本書の問題解決メソッドは、行動科学マネジメントの第一人者で、「教える技術」「マンガでよくわかる 教える技術」などのベストセラーがある石田 淳氏と、行動科学マネジメント公認インストラクターの富山 真由氏両名によるわかりやすい解説しています。

### ■書籍の詳細



『「どうして？」自分に聞く力で問題解決！』

定価：本体1,380円（税別）

発売：2016年1月22日（金）

ISBN：978-4844374534

サイズ：四六判

ページ数：192ページ

発行：株式会社クロスメディア・パブリッシング

発売：株式会社インプレス

## ■著者プロフィール

### 石田 淳（いしだ・じゅん） 一般社団法人行動科学マネジメント研究所所長

米国のビジネス界で大きな成果を上げる行動分析を基にしたマネジメント手法を日本人に適したものに独自の手法でアレンジし、日本の行動科学マネジメントにおける第一人者。精神論とは一切関係なく、行動に焦点をあてる科学的で実用的な手法は、短期間で組織の8割の「できない人」を「できる人」に変えると評判で、企業経営者などから絶大な支持を集める。

著書にベストセラーとなる『教える技術』（かんき出版）など多数。

### 富山 真由（とみやま・まゆ） 行動科学マネジメント公認チーフインストラクター

大学卒業後、医療機関を経て戦略コンサルティングファームに就職をし、日本で海外ブランドを店舗展開していく、広報活動を担う。それと同時に、店長とスタッフ育成を担う。現在、日本では数少ない女性の行動科学マネジメント公認インストラクターとして、企業の一般職の方から管理職まで幅広い層を対象に、セルフマネジメント研修を年に90回程行っている。研修後のフォロー支援で、[行動習慣化トレーニング]を導入し、企業での“目標達成”と“部下育成”の分野で成果を上げ続けている。

以上

---

### 【株式会社インプレス】 <http://www.impress.co.jp/>

シリーズ累計7,000万部突破のパソコン解説書「できる」シリーズ、「デジタルカメラマガジン」等の定期雑誌、IT関連の専門メディアとして国内最大級のアクセスを誇るデジタル総合ニュースサービス「Impress Watch」等のコンシューマ向けメディア、「IT Leaders」、「SmartGrid ニュースレター」、「Web 担当者 Forum」等の企業向け IT 関連メディアブランドを総合的に展開、運営する事業会社です。IT 関連出版メディア事業、及びデジタルメディア&サービス事業を幅広く展開しています。

### 【インプレスグループ】 <http://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：関本彰大、証券コード：東証1部9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「モバイルサービス」を主要テーマに専門性の高いコンテンツ+サービスを提供するメディア事業を展開しています。

### 【本件に関するお問合せ先】

株式会社インプレス 広報担当：丸山

TEL：03-6837-5034 E-mail: [pr-info@impress.co.jp](mailto:pr-info@impress.co.jp) URL: <http://www.impress.co.jp/>