

第2回 パラダイムと原則 7つの習慣とは

習慣の定義

 P.47
～P.57-L.2

(P.47) 私たちの人格は、習慣の総体である。「思いの種を蒔き、行動を刈り取る。行動の種を蒔き、習慣を刈り取る。習慣の種を蒔き、人格を刈り取る。人格の種を蒔き、運命を刈り取る」という格言もある。

(P.48～P.49) 本書では、知識、スキル、意欲の三つが交わる部分を習慣と定義したい。

まず知識は、何をするのか、なぜそれをするのかという問いに答える理論的なパラダイムである。スキルはどうやってするのかを示し、意欲は動機であり、それをしたいという気持ちを示す。人生において効果的な習慣を身につけるには、これら三つすべてが必要である。

成長の連続体

(P.51) 「7つの習慣」は、断片的な行動規範を寄せ集めたものではない。成長という自然の法則に従い、連続する段階を踏んで、個人の効果性、人間関係の効果性を高めていく統合的なアプローチである。依存から自立へ、そして相互依存へと至る「成長の連続体」を導くプロセスである。

(P.51) 成長の連続体では、依存はあなたというパラダイムを意味する。あなたに面倒をみてほしい、あなたに結果を出してほしい、あなたが結果を出さなかった、結果が出ないのはあなたのせいだ、というパラダイムである。

(P.53) 自立は私というパラダイムである。私はそれができる、私の責任だ、私は自分で結果を出す、私は選択できる、ということである。

相互依存は私たちというパラダイムである。私たちはそれができる、私たちは協力し合える、私たちがお互いの才能と能力を合わせれば、もっと素晴らしい結果を出せる、と考える。

(P.56) まず私的のが公的成功に先立つのだ。種を撒かなければ収穫できないのと同じで、私的のが公的成功の順序を逆にする事はできない。あくまでもインサイド・アウト、内から外へ、である。

Work1

仕事や生活の場面で「依存」、「自立」、「相互依存」、それぞれの成長段階で一般的に見られるパラダイム、そのパラダイムから起こる行動、その行動がもたらす結果について考えてみましょう。

<依存レベル>

一般的に見られるパラダイム

子どもの学習状況について、「勉強しなさい」と言われたことがない

そのパラダイムから起こる行動

勉強しなさいと言いつらい

その行動がもたらす結果

本当に勉強しないでゲームばかりしている子どもにどうしたら……

<自立レベル>

一般的に見られるパラダイム

私はこの事業を成功に導くことができる

そのパラダイムから起こる行動

過信や傲慢、横柄な態度や物言い

その行動がもたらす結果

仕事としては頼りになるが、組織の中ではややトゥーマッチで失脚しやすい

<相互依存レベル>

一般的に見られるパラダイム

私たちちは札幌の観光地をより素晴らしいものにしていくこと
ができる!-----

そのパラダイムから起こる行動

札幌の街のために何をもって貢献していくのか
企業理念に立ち返る-----

その行動がもたらす結果

レストランが札幌の観光地への貢献となる-----

Work2

今度は具体的に仕事や生活の中で、あなたが依存レベルにいるときの事例を考えてみましょう。

<依存レベルの事例>

今、とかセミナー受講中 → 仕事の中で稟議が通らない時-----

その根底にあるパラダイムはどのようなものだと思いますか？

不慣れだから、苦手だから自分には

そういうのは向いてない→上司は規則に捉われて融通が効かない-----

自立レベルに移行させるにはどのようなパラダイムを持つと良いでしょうか。

もしかしたらみんな一緒にかもしれない。

みんな、みんなのために自分のためにしっかり準備してきてのだとしたら？

もう一度インサイドアウト。相手の状況を理解し、しっかりとした論拠を集めて提示する。

どうせ理解してくれないと諦めないと



P.57-L.3
～P.67-L.4

効果性の定義

(P.57) 「7つの習慣」は、効果性を高めるための習慣である。原則を基礎としているので、最大限の効果が長期にわたって得られる。

(P.58) 真の効果性は二つの要素で成り立っている。一つは成果（黄金の卵）、二つ目は、その成果を生み出すための資産あるいは能力（ガチョウ）である。

(P.58) この二つのバランスがとれて初めて効果的なのである。このバランスを私は P/PC バランスと名づけている。P は成果（Production）、すなわち望む結果を意味し、PC は成果を生み出す能力（Production Capability）を意味する。

(P.59) 資産は基本的に三種類ある。物的資産、金銭的資産、人的資産である。

(P.66) 効果性の鍵はバランスにある。P だけを追求したら、ガチョウの健康を害する。

(P.66) P/PC バランスを維持するには、黄金の卵とガチョウの健康のバランスを見極める高い判断力が要る。それこそが効果性の本質であると言いたい。短気と長期のバランスをとることであり、良い成績を取ろうという意欲とまじめに授業を受けるバランスを取ることである。部屋をきれいにしてほしいと思う気持ちと、言われなくとも進んで掃除できる自主性のある子どもに育つように親子関係を築くことのバランスを取ることなのである。

Work3

あなたの仕事とプライベートでの P/PC を考えてみましょう。

■仕事

1. あなたは仕事でどんな成果（P）を出したいですか。

収入予算達成

2. その成果を生み出すためにはどんな能力（PC）が必要ですか。

健康な体とチームワーク

3. 具体的に何から取りかかりますか。

筋トレとコミュニケーション

■プライベート

1. あなたはプライベートでどんな成果（P）を出したいですか。

健康な体・体幹

2. その成果を生み出すためにはどんな能力（PC）が必要ですか。

継続性

3. 具体的に何から取りかかりますか。

毎日のトレーニング



P.67-L.5
～P.70

この本の活用方法

(P.67) 「7つの習慣」を一つずつ見ていく前に、二つのパラダイムシフトを提案したい。

(P.67) まず、この本は一度目を通したら本棚にしまい込んでおくようなものではないと考えてほしい。

(P.67) この本を、変化と成長の継続的なプロセスを通して手元に置き、折に触れて読み返し、参考にしてほしい。

(P.67) 第二に、この本との関係を生徒（教わる側）から教師（教える側）に転換することを勧めたい。インサイド・アウトのアプローチにならって、学んだことを二日以内に他の人に教えることを前提として読んでほしい。

(P.70) 「7つの習慣」を学ぶとき、あなたの変化と成長の扉をぜひ開けてほしい。忍耐強く取り組んでほしい。自分を成長させるのは平坦な道のりではないが、それは至高に通じる道である。これに優る投資が他にあるだろうか。

Work4

あなたが「7つの習慣」を学ぶ目的は何ですか。「7つの習慣」を通してどのような変化と成長をしていきたいですか。

圧倒的な成長と事業の成功。札幌の街への貢献と
北海道観光への寄与。でも今は「私」がやったのだと
認められたいところがあるので、「私たちでやった」という
相互依存に至る人格の磨き上げ。

自己宣誓

今回の実践会を通じて、特に私が取り組みたいこと

成果を手にしても劇的に何かが変わるものではない。が、遠く10年先から振り返った時に「今」の積み重ねが、その時の「今」を形づくるのだと呴き続け人格を磨きます。