



7つの習慣（1989年、米国で出版された、スティーブン・R・コヴィ博士の著書）

教頭

世界で4000万部以上のベストセラーで、初版から30年以上を経ても、世界中で読まれ続けています。読んでみると、「確かに・・・」「そういうことか！」など、納得したり、感心したり・・・そこで、特に印象に残っている事を紹介します。

【第1の習慣】主体的である＝反応的な言葉を減らし、主体的な言葉を増やす。

反応的な言葉	主体的な言葉
私にできることは何もない	私は別の案を考える
あの人は頭にくる	私は気持ちを抑える

【第2の習慣】終わりを思い描くことから始める＝目標を決める

GOALを意識すると、「自分にとって、本当に大切なものは何か？」が分かる。

【第3の習慣】最優先事項を優先する＝自分を律する

大事なことに優先的にエネルギーを注げるように、「自分」をマネジメントすること。

【第4の習慣】Win-Winを考える

どんな人間関係であっても、Win-Win、つまり「自分も勝ち、相手も勝つ」という方法や関係性を常に考え、選択する。「Win-Winが難しいときはどうすればよいのか?」、「No Deal（今回は取引しない）」という選択が得策。

家族でビデオを観ようというとき、全員が楽しめるビデオがどうしても決まらなければ、誰かが我慢してまでビデオを観るよりは、その夜はビデオ鑑賞はせずに（No Deal）、全員で他のことをすればいいのである。

【第5の習慣】まず理解に徹し、そして理解される＝共感によるコミュニケーション

「相手を理解してから、自分の考えを話す」という習慣を身に付けると、自分の考えをより正確に、誠実な態度で表現できるようになる。

【第6の習慣】「他者と創造的に協力する」

他者と創造的に協力することで、全体の合計が個々の部分の総和よりも大きくなる。すなわち、「お互いの違いを認め、尊重し、自分の強みを伸ばし、弱いところを補うこと」

【第7の習慣】刃を研ぐ

第1～6までの習慣を持続的に実現可能にするために、自分自身の価値をリニューアルし続けていく習慣です。

日進月歩の現代社会において、特に子どもたちには、一日一日を大切に、多くの体験を通して、これらに対応できる力や習慣を身に付けてほしいです。また、学校や家族、コミュニティーの大人は、より良い環境を整え、より良い姿（習慣）を子どもたちに示すことが、大切なことと感じるとともに、自己の習慣を見直す、よい機会になります。

※7つの習慣に関する文は、前野隆司氏監修 HP より（慶應義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科教授）一部引用しています。