

8月号 ごあいさつ

名著（自己啓発書）「7つの習慣」を再度学ぶ！！

～ 「個性主義」のアプローチから、人格を磨く「人格主義」へ！～

株式会社 山西 あすなる会相談役
代表取締役会長 西 垣 洋 一

往年の名著『7つの習慣』とは？

『7つの習慣』とは、スティーブン・R・コヴィー博士が、アメリカ建国以来 200 年間にわたって発刊された「成功に関する文献」を研究した集大成であり、成功し続けるための原理・原則をまとめたものです。数々の著名人がこの書籍の影響を公言しているように、かなり実践的・現実的に成功の方法、リーダーシップについて書かれており、私的に定期的に読み返したい本の一冊です。

コヴィー博士は、書籍の中で、「成功を目指すならば、まず土台となる人格を構築することが何よりも重要である」と人格主義を説いています。人生で成功するためには、手法やテクニックは大切です。ただし、人格を磨かず、小手先のテクニックだけで成果を得ようとしても、短期的には成功するかもしれませんが、将来にわたって成功し続けることは難しいでしょう。成功の土台となる人格が伴っていない手法やテクニックだけで、継続的にセルフマネジメントや他者と信頼関係を築いたりすることはできません。つまりは、表面的な手法やテクニックだけを磨く（個性主義）のではなく、人格を磨く「人格主義」こそが大切であるとコヴィー博士は説いています。そのために重要な原理・原則をこの書籍では基礎原則と7つの習慣という形で紹介しています。この7つの習慣を身につけることで、人生を前向きに、そして仕事や対人関係で悩んでいたり、人生を悔いが残らないように生きたいと考えている人には、ぜひ読んでおきたい書籍と言えます。

『7つの習慣』の3つの基本原則（パラダイム、パラダイム・シフト、インサイド・アウト）

『7つの習慣』では、まず3つの「基本原則」が明確に定められています。基本原則とは、変えることが出来ないルール、土台のことです。コヴィー博士は、人格主義に立ち、原則に沿った生き方をする事で成功をつかみ取ることが出来ると説いています。基本原則は以下の3つです。

1、パラダイム

パラダイムとは、私たちが物事をみるときの見方、感じ方のことです。人間は色眼鏡で世界をみていると表現されることもあります。その言葉通り、私たちは過去の経験、体験から現在の世界をみえています。例えば、100 円のりんごを見たとき、「このりんごの産地はどこだろう？」「りんごは嫌いだから見ないようにしよう」など、このように同じりんごをみているにもかかわらず、私たちの行動は変化します。これがパラダイムという考え方です。

2、パラダイム・シフト

前述の通り、私たちの考え方はパラダイムによって支配されています。そのため私たちが行動を変容させようとする際は、単純に「行動を変えよう」とするのではなく、その前提となるパラダイムを変化させる必要があります。

3、インサイド・アウト

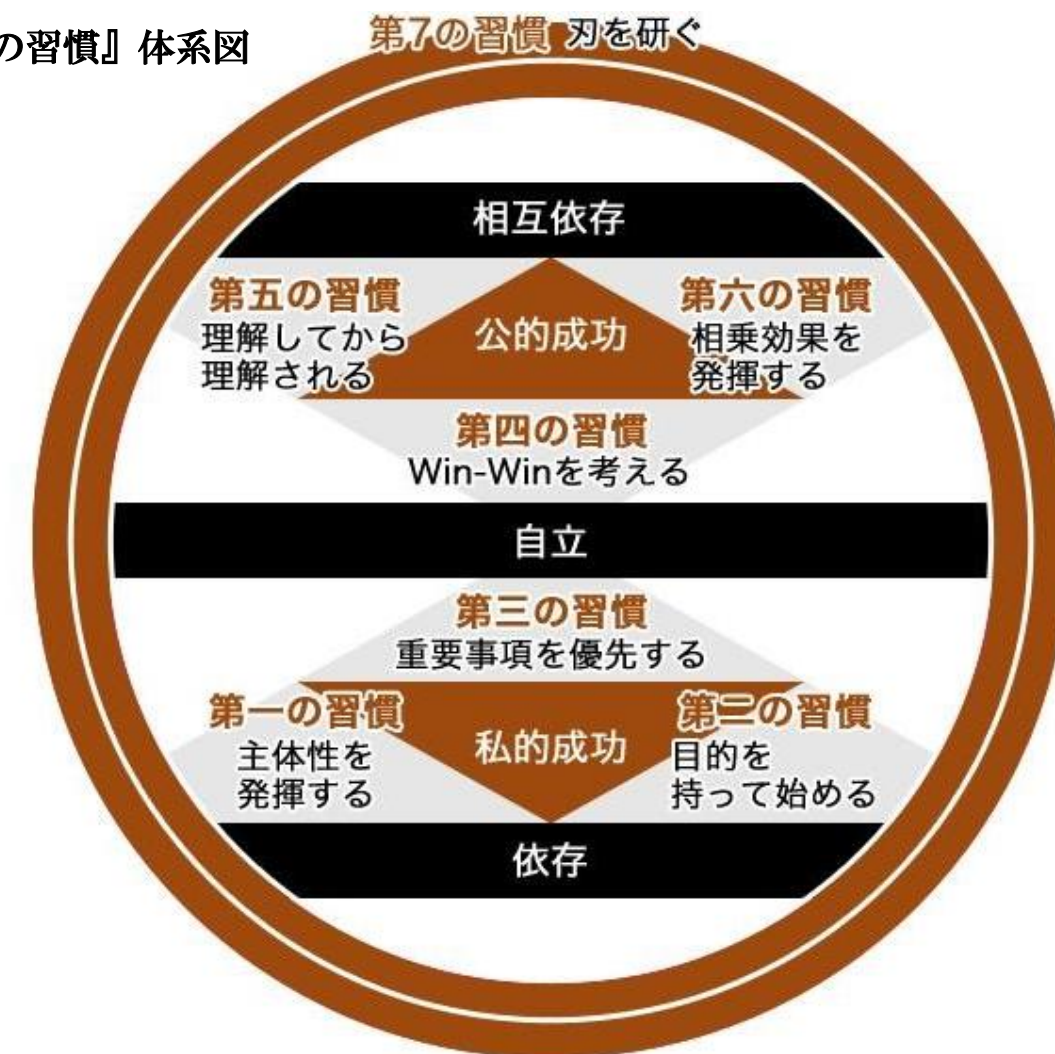
「7つの習慣」を読み解いていくにあたって重要な概念。それが「インサイド・アウト」です。一言で言えば、「自分が変わらなければ周囲も変化しない」という考え方です。例えば自分が仕事で上手いかないのを会社のせいにしてしまったり、上司の責任にしてしまったりすることはありませんか？「問題は自分の中に存在する」ということ。これこそがインサイド・アウトの本質であり、そこから自分自身の成長の機会を掴み取ることによって真の成功へと繋がっていくのです。

7つの習慣を通じて、著者であるコヴィー博士が最も伝えたいことは、「インサイド・アウト」であると私は解釈します。本書においても、この「インサイド・アウト」の考え方を理解し、原則に近いパラダイムに転換させていくことが人生における成功を得る上で非常に重要とされています。

以上を踏まえ、次ページより実際に「7つの習慣」を一つずつみていきたいと思います。

『7つの習慣』 ～ 人生で成功するための7つの行動指針 ～

『7つの習慣』体系図



『7つの習慣』 構成図

