

[TOP page](#)
[資料室](#)
[イベント情報](#)
[講師を探す](#)
[Worker's 広場](#)
[関連リンク](#)

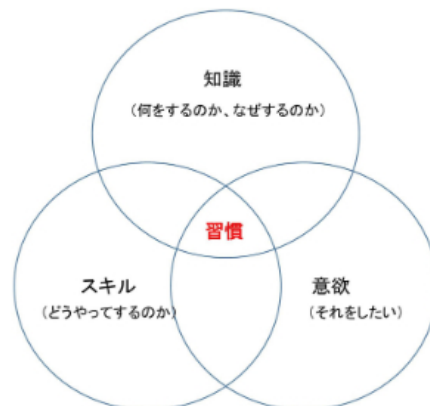
## 資料室


[HOME](#) | [資料室](#) | [一般教養](#) | [7つの習慣](#) | [人格は習慣の総体](#)
[労働組合](#)
[労働者福祉・共済](#)
[一般教養](#)
[社会保障](#)
[労使トラブル法律相談Q&A](#)
[労働関係法](#)
[経営全般](#)
[人間関係とコミュニケーション](#)
[ライフプラン](#)
[男女共同参画](#)
[公務員関係法](#)
[日朝の歴史](#)
[7つの習慣](#)
[中東の歴史](#)
[ボランティア活動](#)
[環境活動](#)
[社会貢献活動](#)
[自己啓発](#)
[生涯学習](#)
[外交・防衛問題](#)
[資本論](#)

### 人格は習慣の総体

#### 人格は習慣の総体

インサイド・アウトとは、一言でいえば、自分自身の内面から始めるという意味である。それは自分自身の、人格、動機を見つめるということである。私たちの人格は習慣の総体であり、習慣は私たちの人生に決定的な影響を及ぼす。



効果的な習慣は  
原則と行動パターンによって形成される

ここでは「知識」「スキル」「意欲」の3つが交わる部分を習慣と定義する。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3つすべてが必要である。

「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。

(つづく)

資料に関する解説やサイト内ブックマーク、簡単なクイズもできる無料会員登録のお申し込みはこちらになります。

Worker's Library 会員登録

教育カリキュラム

日本国憲法

傾聴

語り部スキル

お申し込みはこちらです。

>>一覧へ戻る

▶ キーワード検索はこちら

▶ サイトマップ ▶ このサイトについて ▶ 個人情報保護の取組みについて

▶ ページTOPへ

TOP page

資料室

イベント情報

講師を探す

Worker's広場

関連リンク

Worker's Library 静岡で働く人のための資料閲覧サイト  
JAPANESE TRADE UNION COFEDERATION DB SITE 【ワーカーズ・ライブラリー】

Copyright© WORKER'S LIBRARY All rights reserved.