

学生向けセミナー

アスリート学生のための「7つの習慣」プログラムのご案内

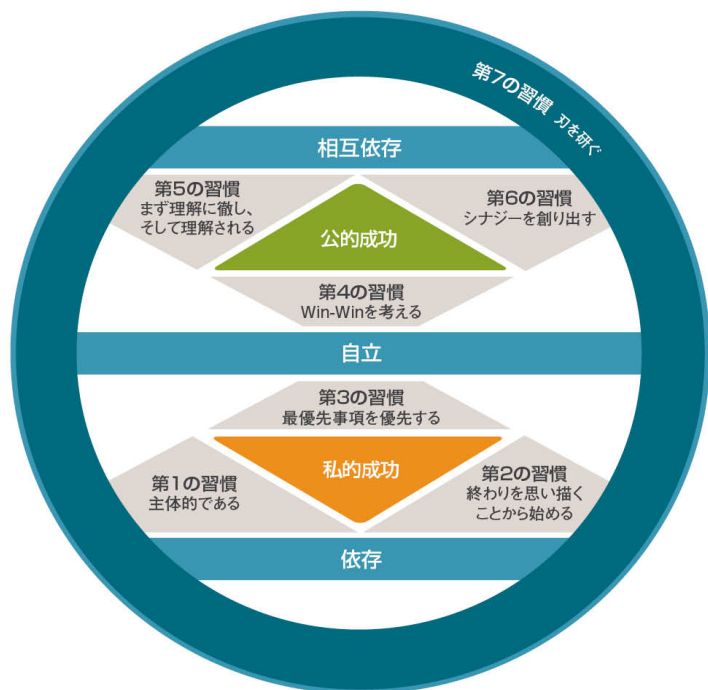
「7つの習慣」は、スティーブン・R・コヴィー博士が過去200年における「成功」に関する研究を行ったところから始まっています。最近の50年はスキル・テクニックを重視している傾向ですが、それ以前の150年は人格に関することが成功の要因であったことを発見し、スキルやテクニックも重要ですが、誠実さや思いやりといった人格形成こそ重要だと提唱しています。それが「7つの習慣」となり、全世界へと広がっています。日本国内でも、大学の正課授業や課外セミナー等で広く活用されています。



この度、全国大学体育連合様の監修により、学生向け「7つの習慣」セミナーを「アスリート学生のための7つの習慣」としてアレンジしました。学生同士のワークショップを軸に、アスリート学生が自身のキャリアを考えるきっかけとします。



「7つの習慣」とは



「7つの習慣」成長の連続体

書籍『7つの習慣®』について

スティーブン・R・コヴィー博士が、米国の建国以来200年の間に書かれた、成功に関する文献を調査し、成功に関する共通点をまとめたもの。

- ◆ 世界で**3,000万部**を突破した大ベストセラー
- ◆ 日本でも**200万部**を突破
- ◆ 全世界**44ヶ国**に翻訳され広く読まれる

フランクリン・コヴィー社について

- 書籍『7つの習慣』をベースとした研修プログラムを開発。
- 世界中に46の拠点を置き、147ヶ国で事業を展開。ニューヨーク証券取引所に上場。
- フォーチュン100の企業のうち90%、フォーチュン500の企業のうち75%以上の企業にサービスを提供。
- 「公開コース」「講師派遣コース」「社内インストラクターによる研修実施」の3つの方法で研修を提供。

アスリート学生のための「7つの習慣」

～「7つの習慣」で自分と未来は変えられる！～

【プログラムの概要】

アスリート学生として、自己および、チームでのリーダーシップについて、「7つの習慣」をベースに体系的に学ぶと同時に、自身のありたい姿を思い描き、そのために重要なことは何かを考えていきます。

【プログラムの時間】 2時間コース、半日(4時間程度)コース、1日(7時間程度)コースからご選択ください。

*開催日時は各大学とご相談の上で調整します。*大体連加盟校特別価格にてご案内します。

テーマ	概要
イントロダクション	リーダーシップ・社会で求められる人材 リーダーシップについて考えます。自己および、チームで求められる「リーダーシップ」とは？社会の動きや、企業で求められる人材像などもご紹介します。
原則について	See-Do-Getサイクル・パラダイム 行動や結果を効果的に変えるための考え方、最初に何を変えるか、演習などを通じて取り組みます。
私的成功 「第1の習慣」 ～ 「第3の習慣」	「第1の習慣」 刺激と反応・影響の輪 身の回りの出来事や状況の変化などがあった場合、どのように考えるか、どのように反応するか。「主体的である」とはどういうことかを考えます。 自身でコントロールできないことにエネルギーを使うのをやめ、自分で影響できることから取り組んでいきます。 「第2の習慣」 ミッションステートメント 目的を持って始めることについて演習を通して理解します。その後、自身のあるべき姿、将来像、特にライフキャリアについて、ワークを通じて掘り下げていきます。 「第3の習慣」 時間管理 自身のあるべき姿に対して日々の計画をどうするか、何を優先するかを考えます。
公的成功 「第4の習慣」 ～ 「第6の習慣」	信頼残高、「第4の習慣」 信頼を高めるには？「違い」を認める、「違い」を生かすことの重要性を理解し、そのための態度、行動について体験します。 「Win-Winを考える」時の自分の態度を振り返ります。 「第5の習慣」 「傾聴」とは？「聞く」と「聴く」の違いについて、ワークを通じて実践します。 「第6の習慣」 他者と協力してシナジーを生み出すときの考え方を学び、ワークを通じて実践できることを目指します。
「第7の習慣」 まとめ	「第7の習慣」 まとめ アスリートとして、また将来のために、最新再生して日々、自分自身を磨くことを学びます。

*セミナーの開催時間により、ワークショップの回数や内容を調整します。

受講者の声（大学のラグビー部・サッカー部・野球部等の学生）

- ◆ アスリートとして、人として当てはまる話があり、これからやるべきことがはっきりしました。
- ◆ 野球をしています、その前に一人の人間としてどう生きていくかを学べたので、これからの人生に活かしていきたいです。
- ◆ 今後の人生において大切と思うことだと感じたから。また、チームに戻って発揮したいと思えた。
- ◆ これから就活をしていく上で、良い習慣をつくりたいと思っていたので、とてもためになった。
- ◆ リーダーにとって、自分にとって足りないもの、必要なことを知れた。
- ◆ 小さなことから大きい変化に変わっていくんだなと思いました。影響の輪を少しでもチームに広げていきたいと思った。
- ◆ 自分の主張だけでなく、相手の考えも聴くことでより良いチームになる。
- ◆ 自分を見直すいい機会になった。まだまだ足りないことだらけだなと知れた。