

リーダーシップ研究会 基礎講座 I

1. 人生の問題はどう起こり、どう解決したら善いか？
2. 人生に臨んでどうビジョンを描いたら良いか？人生の目標設定と達成方法。
3. 人生に挑戦する人間の4つのタイプを知る。
4. 人生に於ける理想のメンバー及びリーダーとは？理想に向かうチーム創り。
5. どんな社会・世界を創りたいか？

＜背景＞ セリグマン米国心理学会・会長の歴史的発見

- ・もし、鬱病が病気でなく、ただ非常に落ち込んでいる状態だったら？
- ・もし、鬱病が子供時代の幾層にも隠された葛藤に起因するものでなく現在のトラブル（スランプ）によって引き起こされたものであったら？
- ・もし、鬱病が脳障害でも遺伝によるものでもなかったら？
- ・もし、鬱病が誰でも経験する試練（拒絶や悲劇や挫折）に直面したときに、誤った説明を自分にしてしまった事が原因であったら？
- ・もし、私達が事態に対する誤った見方の習慣を捨てることができ、試練（拒絶や悲劇や挫折）を正しく見る方法を身につけられたら？

- a. 動物実験での無力状態の発見
- b. 人間に対する無気力状態の実験
- c. IQだけに偏る大学入試の問題

実例1. ペンシルバニア大学での実験

実例2. ウェストポイント陸軍士官学校への応用

□配布資料1. 《説明スタイル4要素》

やる気1！ 「人生のコントロール・センターは、自分の内にあった」

□配布資料2. 《動機づけの理論》

□配布資料3. 《認識の不協和音・理論》

やる気2！ 「ビジョンを持つ」

やる気3！ 「ABCトレーニング・シートに取り組む」

□配布資料4-a. 《ABCトレーニング》説明資料

□配布資料4-b. 〃 ワークシート

やる気4！ 「人生に挑戦する人間4つのタイプを知る」

□配布資料5. 《人生に挑戦する4つのタイプ》

□配布資料6. 《ニュートンVSホワイトヘッド》

□配布資料7. 《ハーバード大学・卒業生50年後の人生》

□配布資料8. 《目標達成（問題解決）への道程》

やる気5！ 「仮想目標達成・仮想問題解決に取り組む」

□配布資料9 《バーチャル・サクセス》ワークシート

I. セリグマン米国心理学会・会長の歴史的発見

鬱病（ノイローゼとも言う）の話から入りたいと思う。しかし、皆はここで、

「おい、ちょっと待ってほしい、私達は鬱病じゃないんだから、何でそんな話をするんだろう？」と怪訝に思うかもしれないが、鬱病は万人病と言われている。鬱病は心の風邪で、誰もがひくものだ。よく、「馬鹿は風邪をひかない…」と言うが、同様に、馬鹿は鬱病にかからないわけである。

同時に風邪は万病の元と言われ、決して侮れないのだが、同様に、鬱病も自殺という形でエイズと同じくらい多くの命を奪いエイズよりも広く蔓延しているので、決して侮れない。毎年の自殺死亡者は2万人を超えており、交通事故者の1万人の倍以上の数字を示している。また、病院に通う神経病になってしまった鬱病患者は今日では50年前の10倍以上と言われている。

また、優秀な人間ほど、ノイローゼにかかり易い事も統計的な事実。

例えば、皆の様な高い知的レベルで優秀な人達が、焦ってしまうと簡単な問題対して対処できない事がよくある…これは一体、何故か？答えは、「それは極度の緊張・ショックのあまり瞬間的ノイローゼ状態に陥っている…」と、言える。

さて、皆を育て養った、皆の親が学生の時代は、人間についてどんな学説を学んでいたのだろうか？

①当時の心理学の中心はフロイトで、約100年前に書いたフロイトの論文が基礎となっている。フロイトの精神分析の見地では、鬱病は子供時代の葛藤の産物で、幾重にも重なった防衛層の下に未解決のままひそんでいて、これらの防衛層をセラピストが突き破って昔の葛藤を解決してあげなければ、鬱病は本人では直らないと考えた。鬱病患者は、何年もの間セラピストによって精神分析を繰り返され、セラピストによって子供時代の自己に怒りを向けた原因を探ってもらい、実に大変な作を続けることがフロイト式・鬱病治療法だった。このフロイトの理論は、米国内で広まった精神分析医による暗い部屋でソファーに横になって分析を受ける治療を生んだ。幼児体験が心の傷となって残り、成人してからの言動に影響があることはトラウマ、PTSD (Post Trauma Stress Disease) として知られている。しかし、幼児体験で実際は問題がないのに、セラピーにかかり、いかにも幼児期に大きな問題があったように誘導され、かえっておかしくなるケースもあり、米国では、モンダビという有名なワイン製造者のオーナーが娘を幼児時代に性的虐待をしたと無実の罪をセラピストの間違った誘導で着せられ、妻から離婚され、職を失い、大裁判になり、結局無実を勝ち取った、有名な事件がある程である。

②他方、生物医学の見地では、鬱病は肉体的な病気と定義した。その治療で、医師は薬や電気痙攣（けいれん）ショック療法を用いる。一部の鬱病は脳の機能不全や遺伝が原因であり、抗鬱剤や電気療法が即効性を示す場合もある。しかし、痙攣療法ではショックに対する不快な副作用があり、抗鬱剤では薬漬けという依存症が起こる。

つまり、生物学的に何の問題も無いのに、鬱病にかかっただけで、物理療法にかけられ、また

薬を飲まされ、本当におかしくなってしまった例がいくつもあった。

この様に、精神病に対しては、日本でも欧米でも、悲惨なイメージが強く、精神病患者になったなんて言われたら大変、社会復帰できない、と恐れられ、鬱病になっても鬱病でない振りをしなければならなかった。風邪をひいても、風邪をひいていないような振りをしなければいけないので、これは大変辛い事。

しかし、現在では、鬱病も説明スタイルで治療・解決できる時代になった。

また、皆の親の時代には、人間の学習についての学説は、行動主義が中心だったので、インテリの親を持った皆の親も行動主義で育てられ、また、皆も1時代の常識だった行動主義の学習理論に基づいて育てられた。

ここに、大きな問題が在る。私も、この方程式を用いられて育てられたので、その呪縛から自らを脱獄させるのに大変な時間と労力がかかった。

第1次大戦後、米国心理学会を支配してきた行動主義（反応運動主義とも呼ぶ）の理論は「学習は、反応が褒美か罰（飴か鞭）をもたらす時にのみ起こる」という、ものだった。行動主義者は「人間の行動はその人の一生の褒美と罰（飴と鞭）の歴史によってのみ決定される」と主張しており、「誉めてもらった行動は繰り返すし、罰を受けた行動は抑えられる」と考えた。当時、「意志＝考えること・計画すること・期待すること・嬉しい事・悲しい事」即ち感情の質は、「行動に何の影響も及ぼさないもの」と捉えていた。意志・感情…という人間の内面は、車であればメーターの様なもので「車を走らせるエンジンではなく、今起こりつつあることを表現しているだけである」と、考えた。即ち、人間を動かすエンジンは環境（褒美と罰という外からの刺激）であり、意志や感情は外的要因によって動かされた人間の状態を表現しているメーターである…と認識していた。つまり、「人を変えるには、環境を変えれば良い。人は貧しい故に罪を犯すのだから、貧困を取り除けば、犯罪はなくなる。泥棒を捕まえたら、罰（鞭）を与えてその生活環境を変えれば更正する。模範囚には褒美（飴）を与えればいい。偏見は、偏見の対象となる人々を知らないから起こるので、その人達と交流すれば偏見は解決できる」という認識であった。この論理の誤りも今では歴然で、例えば、鉄のカーテンが取れ冷戦が終結した途端、偏見を持った相手と交流が生まれ、各地で局地戦争が勃発し始めた事は周知の事実だ。残念ながら、「交われば偏見が取れ、その結果仲良くなれる…」のではなく、心の中に実存している偏見の芽を除去しない限り、エスニック・クレンジング（ナチのユダヤ人虐殺を含めて）を防止できない。

行動主義の見地からすると、「意識・感情・精神活動は行動の結果」であって、「行動の原因としての役割は果たさない」と見ていた。

そこで、セリグマン教授が登場するのだが、教授は1971年に犬の動物実験に偶然遭遇して、大きな発見をした。

a. 動物実験での無力状態の発見

1971年、セリグマン教授はペンシルバニア大学院入学時に、ソロモン研究室にて行われていた「パブロフの犬」の実験で、無気力に陥った犬の群れに遭遇した。その時、研究者達は犬が条件付けに反応せず、無反応（条件付けされない状態）になっていることで困惑していた。パブロフの条件付けを騒音と電気ショックで与えられようとしていた犬達を観てセリグマン教授は、「もがいても、飛び跳ねても、吠えても、何もしなくても、そんなことに関わりなく犬達は騒音と電気ショックが与えられたり、止められたりしている。故に、犬達は自分達が何をしても無意味なことを習得し、その結果、無力感に陥っていた（即ち、何の反応も示さなくなった）のではないか？」と、直感し洞察した。

b. 人間に対する無気力状態の実験

1971年、オレゴン州立大学院日系人研究生ドナルド・ヒロトの実験で、人間も些細な挫折により、簡単に無力状況に陥ってしまう事が実証された。

ヒロトは、2つのグループの人々を部屋に入れ、大きな音楽を流して、これらの人々に指先でパネルのボタンを幾通りにも押して、この音を止める方法を発見させようとした。1グループの部屋の装置はどんな組み合わせでボタンを押しても音は止まらないようにしてあり、もう1つのグループではある組み合わせのボタンを押せば音を止めることが出来るようになっていた。その数日後に両グループを別の場所に連れて行き、大きな不快な雑音が出ている部屋に2つのグループの人々を入れた。この部屋では、室内のボタンの簡単な操作で雑音は止められるように設定されていた。前の実験で、どんな組み合わせでボタンを押しても音が止まらないように設定されたいた人々のグループは、（まるで自分達には音を止める能力が全く無いと思い込んでいるように）、雑音を止める努力をしなかった。ところが、前の実験である操作をすれば音を止められるように設定してあったグループは、いとも簡単に雑音を止めてしまった。

この実験で証明されたことは、「雑音のような些細な苛立ちをコントロール出来なかっただけでも人間は無気力に陥りやすい。人間は自分の努力が実らなかったことを何度も経験したり、強い挫折・悲劇・ショックを体験することにより簡単に無気力状態に陥ってしまい、その無気力状態からなかなか回復できない弱点を持っている。そうなると、次回以降、問題に直面しても自分では解決不可能と、自信喪失状態に陥り、無意識に努力しなくなる」という、多くの人間が持つ弱さであった。

そこで、セリグマン教授は、配布資料の表紙頁にあるように、

- ・もし、鬱病が病気でなく、ただ非常に落ち込んでいる状態だったら？
- ・もし鬱病が子供時代の幾層にも隠された葛藤に起因するものでなく現在のトラブル（スランプ）によって引き起こされたものであったら？
- ・もし、鬱病が脳障害でも遺伝によるものでもなかったら？
- ・もし、鬱病が誰でも経験する試練（拒絶や悲劇や挫折）に直面したときに、誤った説明を自分にしてしまった事が原因であったら？
- ・もし、鬱病が誤った説明スタイル、ネガティブな説明スタイルの人から人への伝播で、人々

の間に風邪のように伝染していくとしたら？

セリグマン教授は、鬱病は幼児期の問題でも生物学的問題でもなく、単に挫折をきっかけとしたやる気喪失に起因する軽いものがほとんどである事を突き止めた。

また、

- ・「もし、私達が事態に対する誤った見方の習慣を捨てることができ、試練を正しく受け止める方法を身につけられたら？」

そうすれば「鬱病の伝染を防げる」のではないかと、追求した。

またセリグマン教授は行動主義説に反論して、「意志・感情・精神的活動が行動の原因となる」と捉えた。パブロフの理論で言えば、犬に苦痛を与える実験では、犬は反応を示さず無気力になった。ところが、ブザーを押せば食べ物が出る実験だと、犬は唾液を出し反応を示す。それは、犬がブザーを聞いて「餌を食べられる！」と「期待」するからだと考えた。人間に当てはめれば、人は仕事に行けば給料が出ると「期待」し、さらに努力し工夫すれば成果を出せると「期待」し、さらに成果を出せば昇進すると「期待」する。この様に、人間の行動のエンジンは、その行動がもたらす結果への「期待や夢・目標」であろうと考えた。

この逆、無気力のエンジンは、「絶望」だ。

「無気力状態は期待や夢を失った事で絶望する事が原因である」事を突き止め、そこから犬の無気力状態を治療する実験へと進んだ。さらに、犬でさえも「自分の反応によって状況が変わる」ことをあらかじめ教え込んでおくと、無気力状態に陥ることを防げる事を発見し、特に小犬の時期（人間であれば幼児期）「自分の反応によって状況が変わる」ことを習得させると、一生無気力状態に対する免疫がつくことも証明した。

これらの新事実の発見を以ってセルグマン教授は、成功と失敗に関する従来の考え方も、鬱病に対する従来の見解と同様に改める必要がある…と提言した。

学園でも職場でも、成功は知能（IQ・偏差値・左脳的優性）・才能（右脳的・身体的・技巧的優性）と意欲（モチベーション）を高めた結果であるという一般的な推論のもとに機能しており、失敗は知能・才能か意欲が低い時だと考えられてきた。

多くの親は、

- ① IQテスト、偏差値、入学試験、各種の測定の結果が子供たちの将来に重要だと思うあまり、受験技術（日本で言うお受験）を身につけるために大金を払う。
 - ② 子供に一流の大学に行って欲しいために、意欲を植え付けようと色々な動機付けになるような説明するが、その方法は第1次大戦後の時代に常識だった行動主義の理論から学んだテクニックを用いるもので、私達に誤った信念を植え付ける結果となった。
- この様に子供たちの誤った動機付けは、両親から最初に植え付けられ、その後、兄弟・親戚、本や雑誌、テレビ番組や映画、先生・先輩からの話しを聞いて高めて行く。しかし、外から植

え付けられた意欲は長続きしない。しかも、動機付けが飴と鞭の方式だから、外からの鞭と飴が途絶えれば、その意欲は冷めてしまう。外からの押し売りの・夢・あこがれ・目標は、一時期心に残ったとしても、すぐに薄れてしまうか、別のものにとって代わられる。

つまり、もう一つの問題は、Q一辺倒・偏差値偏重の人間への評価である。

今までの社会では、重要な成功決定要因である私達の「説明スタイル」を、全く考慮に入れていなかった。実際、IQテストも脳の性能を計ることは出来ず、その時の精神状態で数値も変わるわけで、普通のデータではない。この点は、「大学教授に成った不登校児」の中でも明らかだ。

c. IQだけに偏る大学入試の問題

実例1.

そしてセリグマン教授は1983年、ペンシルバニア大学の入学審査事務局長からこの様な相談を受けた。「入学時の成績で学生を評価する間違いには2種類ある。一つは、2年生になった時に予測よりもずっと悪い成績を取る学生が生じることで、もう一つは、予測よりもずっと良い成績をあげる学生が現れることだ。この誤差を何とか少なく出来ないだろうか？」と相談を受けた。

そこでセリグマン教授は、ペンシルバニア大学の300人の新入生に対して教授が開発したSASQ (Seligman's Attributional Style Questionnaire) テストを実施し、中間試験・期末試験を経て、一年間を待った。一年後の成績結果は、入学試験時にトップであった新入生の中でも20人の学生の成績が悪く、入学試験時の成績が比較的到低い学生の中でも80人もの学生の成績が良い…という結果を生んでいた。そして、驚くべき事実は、この入学して1年後の成績順位が、見事SASQテスト成績結果順に並んだ点ある。

実例2.

膨大の数の応募者が毎年殺到するウエストポイント（日本の防衛大学にあたる）陸軍士官学校（国立）は、米国中でも最難関の大学の一つで、ここでの教育費は一人25万ドルかかる。中退するものが入学すれば、それだけ納税者の血税が無駄になることになる。ペンシルバニア大学と異なる点は、ウエストポイントでは、勉強という壁以外に長時間にわたる直立不動の姿勢、暁の行進、規則の復唱と絶対服従という厳しい試練が待っている事で、屈辱感から挫折を味わう確立もそれだけ高い。当時、脱落者の割合は高かった。そして、ウエストポイントから依頼されて実施したSASQテスト結果でも、ペンシルバニア大学と同様の結論が得られた。その後、当テストの導入でウエストポイントの途中脱落者の数は激減した。

この様な実験と発見を経てセリグマン教授は、

- ・ 人間は、必要な知能・才能・意欲も備えているのに、否定的・悲観的「説明スタイル」をしていると失敗する
 - ・ 肯定的・楽観的な「説明スタイル」をしている人の方が学校でも、職場でも、どんな分野でもより良い成績を上げている。
- …事を証明した。

□配布資料1. 《説明スタイル4要素》

セリグマン教授は、さらに踏み込んで、健康にまで説明スタイルの影響を追求した。その結果、医学界の共同研究者の協力を得て、

- ・ オプティミストの方が、ペシミストよりも感染症にかかりにくい。
 - ・ オプティミストの方が、ペシミストよりも健康的な習慣を持っている。
 - ・ オプティミストの方が、ペシミストよりも免疫力がある。
 - ・ オプティミストの方が、ペシミストよりも長生きである。
- …事を証明した。

セリグマン教授の話に長い時間を費やしたのは、私達のほとんどが誤った信念で躰られた背景を知っておく必要がある点、そしてセリグマン教授は現時点での米国神理学会の現会長なので、セリグマンの理論が子供たちの躰に浸透するのは、皆の子供たちの時代からで、皆は私同様、相当に四苦八苦して、古い信念での躰から自ら脱獄しなかなければならない事を自覚してほしかったからである。

それでは、このセリグマンの発見が、何故、歴史的な大発見と言われているのか？

それは、1点、精神状態や成績や健康を左右する要素は、環境や、遺伝子や、親の誤った躰とか幼児体験という自分ではどうする事も出来ない事にあるのではなく、「自分自身の心の中に存在する」という処にある。

この発見を、人生に当てはめてみよう。

「私たちの人生を左右するのは何か？」

「やる気を起こさせるエネルギーは何か？」

人生を左右するのは、自分の志を代表とする、自分の意識・心の質にある。これを最近では「EQ」と名づけている。そして、「EQ」の質は何歳からでも向上できる。

そこで、これから「人生の主導権、奪回作戦」に入ろう。

「やる気を起こさせるエネルギーは何か！」

やる気1！ 「人生のコントロール・センターは、自分の内にあった」

□配布資料2. 《動機づけの理論》

① セリグマン教授の証明で、心のコントロールセンターは自分の内に在る事が、確信と共に、皆の中で明確になったと思う。今から、全ての問題は自分で解決でき、全ての目標は、自分で達成できる。

② 次に、レオン・フェスティンガーのロックオン・ロックアウトの法則に移ろう。
人間は、一つの事を見る、考えると、他の事は見えなくなる、考えられなくなる…という習性を持っている。

□配布資料3. 《認識の不協和音・理論》

成功例で言えば、走り高跳び、等。自分自身を一つの固定観念で、既成イメージでロックオンしていないだろうか？自分のスコトマを自覚し、スコトマ・バスターズになろう。自分が如何に多くのスコトマを持っているか自覚し、「無知の知」に目覚めよう。

自分自身を一つの固定観念で、既成イメージでロックオンしていないだろうか？即ち、自分の人生の中で、自分でコントロール出来ない事が余りにも多い、自分は無力だ、と、あきらめてロックオンし、夢の実現をロックアウトしていないだろうか？

☆ 自分を規制し既成化するのは、事実環境であり他人だが、自分のコントロール・センターが自分自身の中にあることを自覚すれば、もう誰にも左右されなくなる。

やる気2！ 「ビジョンを持つ」

① 先ず、現状は流動的で不確かなもの、即ちカレント・リアリティーである事を認識すること。
何故なら、この現状は人生の主導権を他に預けた結果生じた実に脆い（自分のものではない借り）ものだから。人生の主導権を握った新しい自分でビジョンを設定すれば、そのビジョンこそ最も確かな（自分で作り上げた）ものになる筈だ。

② ビジョンを設定すると、「脳の活性化システム」が働き、目標実現のためのあらゆる情報が入り、ご縁に出会える。「Proof Without Evidence・裏付けの無い信念」で、ビジョンを描くことのみに専念しよう。

③ 脳の活性化システムの働きは、潜在意識の働き。潜在意識の活用が人生の成果を左右する分岐点。顕在意識は通常意識活動。普通、人間はこの顕在意識を懸命に働かせて成功しようとしている。顕在意識は氷山の一角で、意識全体の8分の1程度の割合しか占めていない。人間は、目で見えてなく、無自覚に潜在意識で見ている。→ (例) 駅から自宅までの自動販売機の位置は喫煙者と飲酒者と非喫煙者・非飲酒者では目に入り記憶されている位置が違う。潜在意識には人生総ての記憶が蓄積されている → (例) マストの上で事故に遭った船員。その他、多数の例。

創造的潜在意識は感情が事実と考える事を事実と認識し行動に移す働きを持つ。
感情的になると、知性・理性では考えられない事を犯してしまうエリート例。

④ 心理学者・ゲシュタルトは人間が「常に秩序を作り、それを保ち、また復元する事を求めている」性質を発見した。人間はカオスからハーモニー、無秩序から秩序、無意味から意味を見出す指向性を持っている。この原理は、「人間は、未解決の問題を抱えている時に、自分の

- ・「当然出来る！」と、先ず信じ込むこと。
- ・「出来る自分」を信じること
- ・「ビジョンを鮮明に描く」こと。
- ・「ビジョンが達成されている状態を言葉に表現し、感情を込めて実感する」こと。
- ・「ビジョンを、達成された状態、現在形で毎日書き出し、読み上げる」こと。
- ・そして、バーチャル・サクセス・ワークシートに取り組む。

やる気 4！ 「人生に挑戦する時に現れる、4つのタイプを知る」

① 快樂追求型（グルメ、ブランド指向型）＝目標達成を自らの欲で滅ぼすパターン。ストレスも、飲む食べるショッピングする、等…で解消する傾向。ショッピングも企業家になると、土地、ビル、工場、人材、等で、単位も軽く何億、何十億、何百億になる。自分も幸せになりたいし、他も幸せにしたい、英雄色を好む式に、自らの快適ゾーンをどんどん拡大し、それなりの成功を収めるが、とうとうにして成功の直前または直後に自分の欲で自滅を招く。リーダーやメンバーから見ると、初期は一緒に居て楽しいが、「これで良いのだろうか？」と段々と不安になるタイプ。

② 恐怖政治型（独裁者、世の中のキャプテン指向型）＝目標達成を怒りの爆発で滅ぼすタイプ。ストレスを、暴言を吐く暴力を振るう、等…で解消する傾向。自らの怒りを押さえた時は成功するが、通常、成功前に他者不信がきっかけで怒りが爆発し、暴言と暴力が出て外部、特に内部から反発を喰らい、おうおうにして成功を手中に収める前に自滅する。リーダーやメンバーから見ると、いつ矛先が自分に向かうかわからない決して気を許せない、心服されないタイプ。

③ 自己満足型（小市民的幸福指向型）＝過去からの延長で慎重に小さく目標を立て、決して大きく望まない。ストレスは自分の小さな殻に閉じこもって解消する。冒険・挑戦を嫌い、狭い快適ゾーンの中で安住する。夢があってもチャレンジしないで、「自分は現状で充分満足…」と、それ以上の挑戦を望まないタイプ。リーダーやメンバーから見ると、怠け者・無関心に見えるタイプ。

④ 自殺願望型（悲劇の主人公型）＝自分は出来ない、駄目な人間、屑だ、…と最初から自己否定しているタイプ。「自分なんか生まれてこなければ良かった…」と、世の中・親を恨み、人生の大切な挑戦期に自分の無力を正当化し、自ら成功を絶つ。リーダーやメンバーから見ると、エネルギーを吸い取るブラックホール、疫病神のように見えるタイプ。

□配布資料 5. 《人生に挑戦する時に現れる、4つのタイプ》

人間は実に様々だが、この様に目標達成（問題解決）に挑戦する時に現れる4つのタイプに識別して観ると解りやすい。さて、自分なら、どんなパートナーを選ぶだろうか？家族の中でも、これら異なるタイプが共存している。類は友を呼ぶ…と言って、通常、同じタイプの人間同士

でサークルを作っている。しかし、社会に出て、同じ組織で行動する場合、同類・同好の仲間だけでは生きていけない。では、どんなタイプを望むか？それは、「夢の実現法則」に取り組むパートナーであり、メンバーであり、リーダーであろう。自分も発展途上の人間、周囲の人間も同様。励まし、勇気づけ、視点を導入し、協力し合うチームを創りたいと誰もが願う。自分が思う通りに動く組織が欲しいと望むかもしれないが、自分は人の思う通りに動きたくないというジレンマがある。ではどうしたら良いか？一つの参考として、ニュートン型チームとホワイトヘッド型チームの比較がある。

□配布資料6. 《ニュートンVSホワイトヘッド》

リーダー又はメンバーとして夢の実現法則に取り組み、チームとしてのホワイトヘッド型を実現しよう。

□配布資料7. 《ハーバード大学・卒業生50年後の人生》

如何に、家系、血筋、金銭物質的豊富さ…という、普通は私達が「欲しい！あったら良かったのに！」と望む要素が、実際は子弟教育の面で、子弟の人生にとって大きなマイナス要素になっているか解ると思う。

□配布資料8. 《目標達成（問題解決）への道程》

「夢の実現原則」の確認：

- ・自分のコントロール・センターは、自らの心・意識の内に在る。
- ・自分が思うことは必ず現実化するという法則を知る。
- ・自分の盲点に取り組み、チームの盲点にも気づき、視点導入する。
- ・昨日の成功は今日のノウハウ、昨日の失敗は今日のリスク・マネジメント。
- ・誤った説明スタイルを改革する。
- ・過去の習慣と態度を変革する。今の自分は流動的な発展途上の自分。
- ・「裏付け無き信念」で、絶え間なく達成目標（問題解決目標）を設定し続ける。
- ・「試練は恩師！」と、試練（嫌な事、苦しい事、辛い事、等）から逃げないどころか、試練に感謝する潜在意識を創る。（忍耐力）
- ・毎日のアフターメーション。（継続力）
- ・続ける、逃げない、あきらめない。（意志力）
- ・大きな夢の実現にはチーム・ワークが必要

私の夢は、世界が、「違い」を共有して、「多様」を受け入れるだけでなく、互いに協力し合い、お互いに補い合い、互いに感謝できる、「共生・共栄」の世の中になること、

その為に、私の周りから「違い」と「多様」を感謝し、補い合い、協力し合えるチームを創っていく努力をしている。

さて皆の夢は何だろうか？今夢にむかってどんな努力をしているか？どんなチームを作っているか？試練とどう取り組んでいるか？

やる気5！ 「仮想目標達成・仮想問題解決に取り組む」

□配布資料9 《バーチャル・サクセス》ワークシート

配布資料：

1. 《説明スタイル4要素》
2. 《動機づけ理論》
3. 《認識の不協和音・理論》
4. a 《セリグマンのABCトレーニング》説明資料
4. b. 《セリグマンのABCトレーニング》ワークシート
5. 《人生に挑戦する4つのタイプ》
6. 《ニュートンVSホワイトヘッド》
7. 《ハーバード大学・卒業生50年後の人生》
8. 《目標達成（問題解決）への道程》
9. 《仮想目標達成・仮想問題解決》バーチャル・サクセス・ワークシート