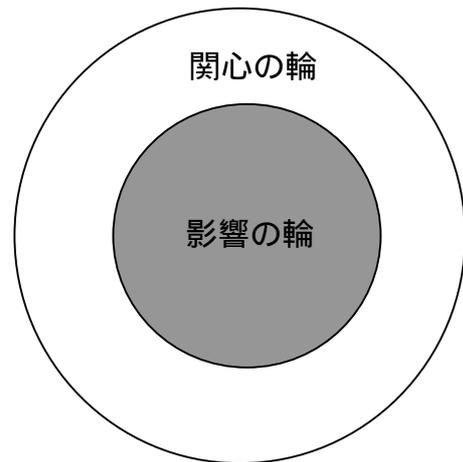


関心がない領域

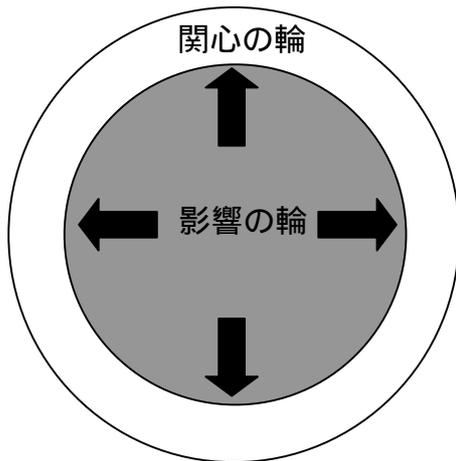


関心の輪を描くことで、自分が関心を持っている事柄と関心を持っていない事柄を振り分けることができる。



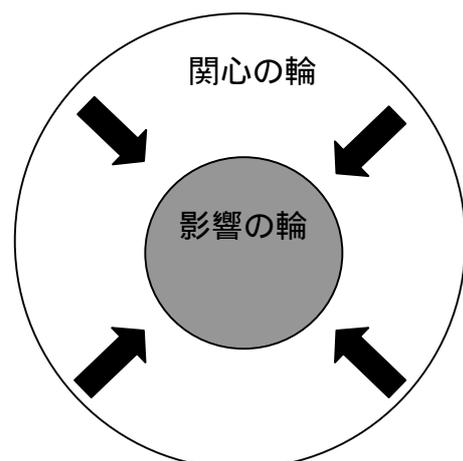
影響の輪を描くことで、自分の関心事の中で自分が直接コントロールできる、あるいは大きく影響できるものを示すことができる。

主体的な生き方



主体的な人は、自分のコントロールできる事柄（影響の輪）に集中することにより、積極的なエネルギーを生み出し、それによって影響の輪を拡大する。

反応的な生き方



反応的な人は、自分のコントロールできない事柄（関心の輪）に集中することにより、消極的なエネルギーを生み出し、影響の輪を縮める。

全ての問題は影響できる

私たちの直面する問題には、三種類ある。

- ・ 直接的にコントロールできる問題（自分の行動と関係している問題）
- ・ 間接的にコントロールできる、あるいは影響できる問題（他人の行動と関係している問題）
- ・ 全くコントロールできない問題（誰も影響できない問題、過去の出来事など）

主体的なアプローチをとることによって、この三種類の問題を解決する第一歩の全てが、自分の影響の輪の中に入る。

引用文献：「7つの習慣」スティーブン・R・コヴィ著（キングベアー出版）