



新年の目標は定まりましたか。次は達成したときの様子をイメージしてください。

終わりを思い描いて始める！

散歩をするときの歩く速さと目的地が決まっているときの歩く速さは多くの場合違います。目的地がない散歩はゆっくり歩き周囲を見渡しながらか、どちらに向かって歩こうか、どこまで歩こうかと考えます。目的地が決まっているときは、最短ルートをイメージしながら短時間で歩こうとします。

ジグソーパズルを完成させたことがありますか。一つ一つのピースをどこに置くかは完成図をイメージできているから考えることができます。もしも完成図がわからないままピースを置こうとすると、どこに置いていいのかわかりません。

料理をつくるときは、何をつくりたいのか考えてから準備をしますね。気の向くままに食材を入れたり、調理方法も適当にやっていると、時には素晴らしい料理になることもあるでしょうが、多くは味が微妙で食べづらいものになる可能性が高いと思います。

このように、目標があるならば、目的地をはっきりさせてから一歩を踏み出すことがポイントであることがわかります。目的地がわかれば、現在いる場所のこともわかるので、正しい方向へ進んでいくことができます。進みながら新しい出来事や情報に出会い、目的地や目的地までのルートを変更することはあります。しかし、目的をはっきりさせていないとどこへ向かってどのように進んでいけばいいのかが明確になりません。そのため、目的地とは真逆の方へ進んでしまうこともあります。

この習慣を身につけるには、「個人のミッションステートメント」を書き、日々内容を唱えたり、よく見えるところに貼っておくのが効果的です。目標を達成できない一番の理由は目標を忘れることです。ミッションステートメントは、「あなたはどのような人間になりたいのか」「何をしたいのか」「あなたの行動の基礎となる価値観や原則」を具体的に示す重要な指針です。

さあ、あなたのミッションステートメントを作成し、ノートに貼り付けたりスマホの待ち受け画面にしたり、紙に書いてスマホと透明ケースの間に挟んでおく等、日々目につくところに置きましょう。そして、目標を忘れず、ゴールをイメージして一歩一歩取り組んでください。

校長 松川 明義



【行事予定】

15日(水)：人権教育LHR(1・2年)、出前授業M科

17日(金)：K科課題研究発表会、情報技術検定

週末の大会 バレー部、ウエイトリフティング部、スキー部

