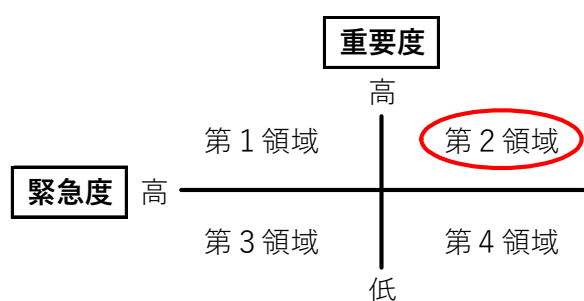




目標を達成するために、ゴールのイメージが描けたなら、次は自分を律して実行しましょう。

一番大切なことを優先する！

具体的な実践方法としては、物事を重要度と緊急度の2軸で分類します。その中で、「重要度が高く、緊急度が低い(第2領域)」ことをいかに行うかが最も重要です。この領域にあなたの成長に役立つ活動が入っています。緊急度が低いからと後回しにしていると、やがて緊急度が高い領域(第1領域)に移行します。緊急度が高くなるとストレスが高くなったり焦りからミスも起こしやすくなります。



例えば、健康管理を考えてみてください。歯磨きは第2領域ですね。重要ですが緊急度は高くありません。だからといっておろそかにしていると、虫歯になったり歯周病になって、どうしようもない第1領域の状態になってしまいます。第2領域のうちに歯磨きや定期検診を受けることが重要です。

成功した人たちの共通点は、成功していない人たちが嫌がることを実行に移す習慣を身につけていることです。成功した人たちも、必ずしも好きでそれをやっているわけではありません。自らの嫌だという感情に目的意識で打ち勝っているのです。イチロー選手が毎日素振りを続けていた話は有名ですね。イチロー選手だからといって、毎日意欲満々で取り組めたとは言いがたいでしょう。目的意識で行動を習慣化して取り組んだ結果だと考えます。一流の人を見てみると、最初から得意だったというより、下手だったからコツコツと努力を積み重ねて、いつの間にか得意になっていたという方が多く見られます。

さて、重要度の高いことに取り組むためには、何を為すかと同様に何を為さないかを考えることも同じくらい重要です。

まずは第4領域を減らすことで第2領域の時間を作り出しましょう。また、目的意識で感情をコントロールし、第1領域、第3領域に移動する物事を減らしましょう。

主体的になる ⇒ 終わりを思い描いてから始める と考えてきました。次は、最優先事項を優先しましょう。



校長 松川 明義

【行事予定】

21日(火)：課題研究発表会(電気科)

22日(水)：課題研究発表会(機械科)

23日(木)：出前授業(環境エネルギー科)、電気工事士交流会C2

24日(金)～29日(水)：3年生学年末考査

