



がっこう 学校だより

がっこう
1月号



**Challenge
Dream
Interaction**

れいわ ねん がつとおか
令和5年1月10日
よこはましりつかみいだしやうがっこう
横浜市立上飯田小学校

<http://www.edu.city.yokohama.lg.jp/school/es/kamiida/>

もくひょう たいせつ 目標をもつことの大切さ

こうちやう よこやまよしあき
校長 横山 美明

「一年の計は元旦にあり」、これは、「物事を始める時には、最初が大切で、最初に計画を立てるのがよい」という意味で、その年の始まりであるお正月によく使われる言葉です。

私は朝会で、年始や年度・学期の始まりには「目標を立てること」、年末や年度・学期の終わりに「目標の振り返りをする」とについて話しています。これは、子ども達に、いろいろな節目で自分から進んで目標を立て、その振り返りを行うということを習慣化してほしいからです。「目標を立てる」と一言で言っても、いつまでに達成したい目標なのか、どんなことができるようになりたいのかということをしつかりと考えた目標にしてほしいです。「サッカー選手になりたい」というのも確かに目標ですが、自分の将来までを見据えた目標となれば、それはむしろ「夢」ということになります。

私が子ども達に話しているのは、「夢」といった大きなものではなく、小学校生活での短期目標です。ただし、短期目標であるからこそ、具体的な取組も含めて考えて立ててほしいです。例えば、学習面でいうなら「国語ができるようになる」だけではなく、「漢字を毎日10個練習する」とか「音読以外にも本を10ページ読む」とか、数値目標も入れた具体的な取組を設定できるといいです。そして、それをできるだけ毎日目にするところに掲示し、自分の目標を意識することが大切です。

1979年に、アメリカのハーバード大学で、学生たちに「目標」についての調査をしました。「目標をもっていない」は全体の84%、「目標はもっているが、紙には書いていない」が全体の13%、「目標をもっていて、それを紙に書いている」は全体の3%でした。その10年後にその時の学生たちを再び調査したところ、目標を紙に書いていた3%の人たちの平均年収は、残りの97%の平均年収の約10倍だったそうです。これは「プライミング効果」と呼ばれています。プライミング効果とは、前に受けた刺激によってその後の行動や状況に影響を与えるという効果のことです。自分がもった目標を紙に書くためには、それを分かりやすい文章として整理する必要があります。そして、それを自分の目に見えるところに掲示して繰り返し見ることで、自然とそれが自分の意識の中に刷り込まれていき、目標を達成するために必要な情報に敏感になります。そうすることで、情報が入って来やすくなり、目標を達成する可能性が高くなるというわけです。

これは有名な話ですが、野球のイチロー選手やサッカーの本田圭佑選手、ゴルフの石川遼選手、卓球の石川佳純選手など、世界で活躍する人たちは、小学校の卒業文集に自分の将来の目標を書いています。ただ漠然と夢を書いているのではなく、驚くのはその具体性です。これは、いろいろなところで紹介されているので、興味のある方はぜひ読んでみるといいです。

これからも、子ども達には、機会があるごとに、目標をもつことの大切さを伝えていきたいと思っています。ぜひご家庭でも、お子様と一緒に、ちょっと努力すればできようという目標を立て、それを達成する喜びを積み上げていってほしいと思います。本年もよろしくお願いたします。