

第76回 令和7年9月3日（水）

目標設定について。

チームでも個人でも大事なことは「目標を設定する」ことです。進路でも第1志望を決めたり、部活動でも県ベスト8など、チーム目標を設置していることだと思います。

もちろん目標の設定は自由にして構わないのですが、私の経験から少しアドバイスを書いておきます。

一つ目は「目標は高めに設定すること」です。日本人は謙虚なので自分が高望みをすると周囲から笑われるのではないか、と思いがちです。目標は謙虚になる必要はありません。「自分が到達可能な場所」ではなく「自分が本当に到達したい場所」を目標にすべきです。

北極圏到達が夢である冒険家の目標が「アラスカに行くこと」だったらいつまでたっても夢はかないません。なぜなら北極圏とアラスカだと到達方法が全く違うからです。「犬ぞり」の操作方法を学ぶこととアラスカまでの航空機のチケットを買うことに共通点はありません。

最終的に目標に到達できなくても北極圏到達の方法に関する知識やスキル、そして何が不足しているのかが学べたはずです。その方法を知ることは自分の一生の財産になります。

二つ目は「目標達成のためにはそのふたつ上を目指すこと」。

例えば県のベスト8になるためにはベスト16の壁を超える力があればいいわけではありません。おそらくベスト4や決勝進出チームとあたることになります。たとえ勝てなくともそこに戦えるだけの力をつけるために努力すること。ジャンプした最高到達地点が目標地点では達成は難しいかもしれません。陸上で9秒台を目指す選手は、練習では9秒台を何度も出していると思います。

三つ目は「目標は修正してかまわない」ということ。常に相手のいることなので実現不可能な目標で苦しくならずに微修正はしてよいと思います。ただし修正は心のゆるみを生むことがあるので修正した目標に到達することは非常に難しいということは覚えておいてください。

天候を見てエベレストの頂上にアタックすることをあきらめるのは勇気のいることですが正しいことです。「エベレストは無理そだから富士山にしよう」という修正をする人はおそらく富士山も登れないと思います。

みなさんがどのような目標を立てて、どれだけ高い次元に到達するのか、心から楽しみにしています。夢は自分を成長させるガソリンのようなものです。エネルギー満タンで燃え盛ってくれることを期待しています。