

絶対値

元プロ野球選手にイチロー選手という有名な方がいます。イチロー選手は、自分の目標をどのように設定（せってい）していたのでしょうか。イチロー選手は、自分の目標を他の人との駆（か）け引きの中には設（もう）けず、自分の中に絶対基準（ぜったいきじゅん）として設けていたそうです。

「今年はMVP〈最優秀選手賞〉を取る」という目標を設定した場合、この目標が叶（かな）うかどうかは他の選手との競争に勝てるかどうかという問題となります。もちろん、自分の努力も必要ですが、他の人との実力差がどう出るかは、相手次第の部分が多くありません。

これに対して「今年は素振りを毎朝1000回する」とか「100メートルを○秒台で走れるようになるまで脚の筋肉を鍛（きた）える」といった目標はどうでしょう。これらは、他人の事情（じじょう）とは関係なく、自分自身の努力の問題となります。こういった目標のあり方をイチロー選手は「絶対値（ぜったいち）」と表現しました。

西欧〈西ヨーロッパ〉社会の価値観（かちかん）は、宗教的な絶対的価値基準に基づいて形成されています。それゆえ行動の善（よ）し悪（あ）しを判断する指標（しひょう）は自己の内部にあります。これに対して日本社会は、他者との関係において自分のあり方や価値の置き方が規定（きてい）されがちです。私たちは、歴史的にそういう文化伝統の社会に生きています。

したがって、私たちの多くは、他の人と比べて自分の価値を決める傾向を持っています。勝ちたいという欲求よりも負けて恥（はじ）をかきたくないという欲求の方が大きいため、自分よりも圧倒（あつとう）的にすぐれた相手には卑屈（ひくつ）になりがちです。卑屈とは、いじけて必要以上に自分をいやしめることです。一方、見劣りする相手には尊大（そんだい）になりがちです。尊大とは、いばって他人を見下げるような態度をとることです。中学生にも、そういった傾向があります。

他人と比べて自分の価値を決めるような生き方では、幸せにはなれません。目指す姿を自分の中につくるという行為（こうい）は、競（きそ）い合う相手を憎（にく）んだり、他人はどうしてもよいと考えたりすることを否定します。なぜなら自分を磨（みが）こうとする行為（こうい）は、他の人に対して寛容（かんよう）な態度を育むからです。寛容とは、心が広くて、他人の言動をよく受け入れることです。

目指す姿を自分の中につくり、自分の目標を明確にすることが大切です。他の人との比較（ひかく）ではありません。自分の問題です。「絶対値」が重要です。この2学期は、「絶対値」という考え方で目標を考えてみませんか。