

よりよく生きる

今回は、道徳の22の内容項目の1つである「向上心」について触れたいと思います。

「向上心」とは、「現状に甘んじることなく、常によりよいものにするために努力する心構え」を意味します。

向上心がある人の特徴 1 「目標」

「向上心」がある人は、「目標」を持っています。ここでいう「目標」とは、「私は～になりたい」という明確なものです。

向上心がある人の特徴 2 「モチベーション」

「向上心」がある人は、モチベーションを高め、持続することが得意です。「向上心」がある人の秀でたところは、モチベーションを持続できることです。

向上心がある人の特徴 3 「努力」

「向上心」がある人は、努力を惜しません。「常によりよくしたい」という意志があるので、努力をするのは当然のことと考えています。明確な目標を定めているので、テーマを設定して効率的な努力をしています。

向上心がある人の特徴 4 「失敗」

「向上心」がある人は、上手に「失敗」と付き合っています。「失敗はつきもの」であり「目標達成の一部」と考えているので、失敗をネガティブ要素と捉えていません。失敗を失敗のまま放置せず、失敗から教訓を得て成長する力強い意志を持っています。

向上心を高める方法 1 「成功体験」

「成功体験」を積みましょう。小さくても「成功体験」を積むことで自己肯定感が高まり、「向上心」が高まります。

向上心を高める方法 2 「目標」

「目標」を設定しましょう。設定する「目標」は、「今の自分が頑張ればなんとか達成できる」くらいがベストです。「これなら達成できる」と自分で計画して設定した目標だからこそ、目標達成への責任感が芽生えてきます。



向上心を高める方法 3 「挑戦」

何か新しいことへ「挑戦」しましょう。「失敗したって構わない」という心構えこそが、「向上心」を高める秘訣です。

向上心を高める方法 4 「モチベーション」

「モチベーション」を大事にしましょう。モチベーションを高く維持する秘訣は、「あと少し頑張れば達成できる」という適切な目標を設定し続けることです。

向上心を高める方法 5 「評価」

ありのままに自分を「評価」しましょう。目標達成のための課題を客観的に分析し評価することで、今の自分がやるべきことが明確になります。

これらの方法を実践することで、向上心を高め、自己成長を促進することができます。