

望ましい習慣の形成 —社会の形成者としての基盤づくり—

心が変われば、行動が変わる
習慣が変われば、人格が変わる

行動が変われば、習慣が変わる
人格が変われば、運命が変わる

これは、アメリカの心理学者・哲学者ウィリアム・ジェームズの言葉です。野球解説者で元メジャーリーガーの松井秀喜さんは、この言葉を座右の銘とし、野球帽のつばの裏に書き留めていたとのこと。

私が注目したのは「習慣」と「人格」の二語です。

教育は「人格の完成（教育基本法第一条）」を目指す営みです。その人格を変えるのが、習慣である、というのです。習慣は、教育のもう一つの目標「社会の形成者として必要な資質を備えた心身ともに健康な国民の育成（同上）」にも深く関わります。

習慣は、「第二の天性」です。私たちの日常生活の大半は、習慣を基本に営まれているといってもよいでしょう。人間は、自らの習慣を選ぶことのできる唯一の存在でもあります。人は習慣を選び、習慣は人をつくるのです。

今年度の「小中一貫カリキュラム等開発委員会」は、社会の形成者として必要な五つの習慣と学校・家庭の役割例を、幼児期から中学卒業までの発達段階に即して整理し、一覧表で示します。各学校においては、ぜひ保護者会等で有効活用し、各家庭と協力して子ども一人ひとりに「第二の天性」を育ててほしいと願っています。



＜よりよい社会の形成者として必要な五つの習慣＞

- | | |
|-------------|--------------|
| ① 規律ある生活を送る | ② 健康な心と体をつくる |
| ③ 人と進んで関わる | ④ 主体的に学ぶ |
| ⑤ 喜びをもって働く | |

オフを豊かに

東京大学大学院教授 姜 尚中

オフを豊かにできれば、オンの部分も豊かにできるはずで、それができないと、自分を見失いかねない。

出典：秋庭道博著「逆境に克つ『言葉力』その3プレジデント名語録『200』選」（ブ

※ 仕事の中の人生ではなく、人生の中の仕事。オフとオンの関係、大切にしたいものです。