

「POV」

新年あけましておめでとうございます。

2023年、令和5年がいよいよスタートしました。「1年の計は元旦にあり」とよく言われますが、皆さんの中にも、毎年元旦に「今年こそ〇〇を達成したい。」「〇〇ができるようになる。」「〇〇円、お金を貯めたい。」など、様々な目標を立てる人もいます。皆さんは、どんな目標を立てましたか。

確かに、一年が終わり、新たな一年が始まるという意味で、大晦日と元旦は大きな区切りであると言えます。しかし、世界中どこでも、年変わりが大きな意味を有しているかといえばそうでもないそうです。「大晦日と元旦」は、単なる「昨日と今日」だということです。今年は「兎年」ですが、月面の「兎の餅つき」も、世界を見渡せば、「ワニ」とか「ロバ」とか「髪の毛の長い女性」など、様々なものに見えるとのこと。

さて、米国の人気歌手のAriana Grandeさんの曲に「POV」があります。その一節に「I'd love to see me from your point of view. あなたの視点で私を見てみたいのよ。」とあります。「point of view」の頭文字が「POV；視点」です。

もし、本当に他者の視点で自分を見ることができたら、全く違う自分を見ることができるかもしれませんが、それはそれで怖い気もしますが、それに近いことを実践している人の一人に米メジャーリーグで二刀流として大活躍している「大谷翔平」選手がいます。これまでピッチャーとバッターとのどちらかの役割を全うしてきた選手が圧倒的に多い中で、彼は、ピッチャーとしてもバッターとしても超一流の結果を2年連続残しています。超一流バッターのPOVで自分のピッチングを見て、超一流ピッチャーのPOVで自分のバッティングを見ることのできる唯一無二の選手です。素人考えですが、視点を一つしか持たない選手と複数持つ選手との差異、これが超一流の二刀流の本質と言えなくもありません。

この大谷選手の複数の視点で、皆さんの学校生活を見たとすると、どういう視点が考えられますか。

入学試験合格という目標に向かって努力する自分／遅刻欠席なしで通学しようとする自分／学校行事で精一杯取り組もうとする自分、などのように「努力する自分」を冷静に外から見ることで、自分で自分の行動を評価し、場合によっては修正できる自分が存在することになります。

または、冒頭で述べた、月面の「兎の餅つき」も世界を見渡せば、「ワニ」とか「ロバ」とか「髪の毛の長い女性」など様々なものに見えるという「視点」からすれば、「ものの見方はそれぞれでいろいろな見方があるのでそんなに気にしなくてもいい。」という考え方もあります。

何が言いたいのかというと、多くの異なる視点、POVをまずは面白がる、そうこうしているうちに、外から冷静に自分の行動を見つめることができるようになるかもしれないということです。

冒頭で、「皆さんはどんな目標を立てましたか。」と聞きました。英国の大学教授が三千人対象に「年頭の決意」を調べたところ、実に9割が挫折していたという研究結果があるそうです。そうそううまくはいかないのが普通だということです。複数の視点を持ち合わせていない自分から見ても、過去十年を考えても年頭の決意はほとんど達成されていないことに気づきました。では、人生うまくいっていないかということ、実はそうでもないなあ・・・と思います。

そんなに大袈裟に考えずに、複数の視点で自分自身を見てみる、複数の視点を持ち合わせてないと感じれば、スタッフやカウンセラーなど複数の人に相談してみるのがいいと思います。何がなんでも目標を達成しなければならぬというのではなく、「この混迷の世の中だからこそ、肩肘張ることなく日々の生活を楽しむ」、その視点がまずは大切ではないか、そしてたまには、外からの視点で自分自身の行動を見ることを心掛ける、それくらいライトな感じで毎日を過ごすのはいかがですか。