

清 湧 水

〒674-0074 明石市魚住町清水 630 番地の 1
(078) 947-1182 (代)
080-8510-0093 (41 回生専用学年携帯)

「良い思い込みを持って」

行廣 建吾

現在、世の中で超一流と言われて活躍しているスポーツ選手や、経営者、研究者たち。自分は何だかうまくいかないなと思っている人たち。両者の脳の構造は、まったく同じです。うまくいく人と、いかないと思っている人の違いは何か。大半は「思い込み」の差です。何かしらの分野で成功する人たちは、少なからず「おれはできる」、「私ならやれる」という思い込みを持っています。いわゆるネガティブ思考もまた、「思い込み」の一種で、過去の経験や体験によって作られてしまいます。心理学の言葉で「早まった一般化」と言われるような勘違いをした場合にネガティブ思考が現れます。クラスで一番 50m 走が遅かった。リレーで 3 人に抜かれた。野球部で盗塁に成功したことが一度もない。このような経験が続いて、ネガティブ思考が生まれる。自分は足が遅い。自分は運動ができない。しかし、それは勘違い。勝手な「思い込み」です。これと同じように、テストで思うような点が取れなかった。目指していた順位に届かなかった。ものすごく努力したのに全然良い結果ではなかった。だから、自分は勉強ができないんだ。勉強なんて嫌いだ。これもすべて思い込み。実は、あなたは「できる人間」です。ノーベル賞を取った人と同じ脳を持っています。いやいや、そんなことはないと思っている方、だまされたと思って自分を信じてみましょう。勉強も思うようにできると、楽しいし、好きになる。そんな素敵な「思い込み」ができるようになれば良いですね。

私自身、高校生の時まで、勉強が得意ではありませんでした。家ではほとんど勉強しないし、宿題も適当に済ましていました。ところが、高校一年生の夏、文理選択で担任の先生と面

談したときに「お前はできるやつだ。大学を目指して勉強しろ」と言われました。そのときは訳も分からず、自分がそんな評価をされたこともなかったので、素直にその言葉を信じることにしました。友達と競い合いながら良い点数が取れるように努力し、少しずつ結果が伴ってくると勉強が苦しいことだと思わなくなりました。結果として当時の担任の言う通りになり、「その気」にさせてくれたその先生に今でも感謝しています。

明石清水高校には、敏腕の先生方や、様々な進路実現を果たした卒業生、この度講演をしてくださったレモンさんのような講師の方々など、たくさんの方が「その気」にさせてくれます。そんな人たちの教えを素直に吸収して、良い「思い込み」をもって自分を信じてほしいです。いやいや勉強する高校生活ではなく、楽しんで学習する高校生活を送っていきましょう。

11 月行事予定

- 2 日(月) 創立記念日、進研学力テスト
- 6 日(金) 月曜の時間割⑦なし
- 8 日(日) 漢検、英検 2 次
- 10 日(火) ①②③50 分授業、オープン・ハイスクール
- 11 日(水) ①②③50 分授業、オープン・ハイスクール
- 13 日(金) 教育相談日
- 20 日(金) 教育相談日
- 21 日(土) 類型説明会(本校清湧館)

