

進路 **だより** No. 10

貝塚市立第二中学校
2014年6月12日発行

保護者の方にも必ず見せてください

学校説明会・体験入学の案内 Vol.6

お知らせ

大阪育英会奨学金のカラーチラシを本日配布しました。

公立高等学校

◎府立佐野工科高等学校

○体験入学 8月28日(水) 13:00～15:30 (12:45 受付)

※体験は17項目あり人数制限があるために第3希望まで申込みます。内容の詳細および申し込みは、6月25日(水)までに担任まで申し出てください。

○硬式野球部体験入部 同日 15:45～17:00 (体験入学終了後)

※指定の同意書の提出が必要です。詳細は担任まで。

◎府立摂津高等学校

○学校説明会 8月23日(土)、10月25日(土)、12月20日(土)
1月24日(土)、3月7日(土)

※詳細は学級配布資料を参照のこと。

私立高等学校

◎東大谷高等学校

○オープンキャンパス

第1回 7月26日(土) 10:00～ 第2回 8月23日(土) 10:00～

○入試説明会

第1回 10月26日(日) 14:00～ 第2回 11月15日(土) 14:00～

第3回 12月13日(土)

○個別相談会 12月7日(日) 13:00～16:00

※予約不要。体験講座は当日受け付け順。上履き持参。

言葉に出して、心のリミッターを外す方法

「幅30センチぐらい、長さ5メートルぐらいの鉄板が床にしいてあるとします。この上を歩くことができますか？」

多くの人は「はい」と答えるでしょう。

「では、高さ200メートルのビルが2つある。その屋上に立つと、下にいるタクシーなんか、米粒ぐらいの大きさに見える。落ちたら100%死ぬ。さて、ここの屋上の2つのビルの間、さっきと同じ幅の鉄板を渡したとする。風はない。君はその上を歩くことができるかな？」

するとみんな「無理！」と言います。たぶん「足ががくがくふるえて」「心臓ぱくぱくになって」「手からは汗がドバーってでる」、だから「無理だ」と。

でも冷静に考えると、求められている身体能力って、まったく同じはずなんです。幅30センチの板の上を歩くこと自体って、多くの人にとっては、そんなに難しいことではないんです。では、なぜビルの上では無理なのでしょう。

君は、床にしいた鉄板の上を歩く時「失敗するかも？」って一瞬でもイメージする？ でもビルの上だとどうだろう。「落ちたらどうしよう」などのような失敗するイメージしかわからないよね。逆にその状態で「成功する」って考えている人、余裕な人なんておかしいよね。

鉄板の上を歩くのに必要なのは「直立二足歩行」なんだ。なのに、急に「うまくいかないかも」「失敗するかも」とか、そういう『失敗のイメージ』を強く抱いた瞬間に、身体能力が圧倒的に低下するんだ。何事でも同じなんです。そう思った瞬間に能力が下がるのです。

「数学は嫌い」「数学は苦手」—— そう思っている生徒は、能力が実力以下に下がって、問題をうまく解けなくなるのです。ですから、基本的に「思い込まないといけない」のです。「好きだ」「できる」と。

しかし多くの場合、そう思い込めと言っても、なかなか難しいものです。ですので、そんな時は、「言葉に出して」ください。「思う」のはネガティブ（否定的）なことでも仕方ありません。つつい頭に浮かんでしまいます。

でも、言葉で、「好きだ」「できる」とポジティブ（肯定的）なことを言うてみることはできるんじゃないでしょうか。問題が解けた時に、「いや～、オレ、こんな数学の問題解けるなんて世界一の幸せ者だな。もっと問題をお願いします」って口に出してみよう。自分でもだんだんそれを信じられるようになる。そうなったら、君の能力を制限していたリミッターが外れていくんだ。



※『この記事は、「学年ビリのギャルが1年で偏差値を40上げて慶応大学に現役合格した話」を再構成しました』