



成功への鍵

研修図書課 伊藤和美

いよいよ2学期が始まりました。皆さんの元気な顔が見られて嬉しいです。残暑の厳しい中でのスタートですが、意欲に満ちた2学期の始まりが迎えられているのでしょうか。

さて、日頃、生徒の皆さんと話をするなかで、「勉強しなくてはならない」という言葉をよく聞きます。確かに勉強はやらなくてはならないのですが、「勉強したい」という自分の内面からの動機や情熱があれば、勉強に対する姿勢が変わります。進路研究をして目標を具体化してみたり、得意分野の知識や技術を伸ばし自信をつけたりして、まず、勉強に対しての**自分の本気度(意識)**を高める工夫をしましょう。

自分の夢や目標は明確なのに、行動に移せていない人はいませんか。人はだれでも、いやなこと、しんどいことから逃げたいですよね。しかし、やらなければ目標は実現しないし、自分にとって大切なことは身に付きません。だから、**やるしかない**のです。では、やれる自分をつくるためには、どうしたらよいでしょう。それは、**やるべきこと(よいこと)を習慣にすること**です。

例えば、今まで運動経験があまりなく、走ることが苦手な生徒に、「今からグラウンド5周、全力疾走!!」と言っても、夏の炎天下、到底走り切れるものではありません。しかし、夏休みのグラウンドで走り込んできた野球部員なら、おそらく好タイムで走り切り、さわやかな笑顔を見せてくれることでしょう。毎日の炎天下での練習が習慣化している人ならばできることが、運動量の少ない人には難しいのと同じで、やるべきことが習慣になると、それが当たり前になり、楽に進められます。

自分の行動を変え、目標を達成するためには、やるべきことを習慣化することが大切です。

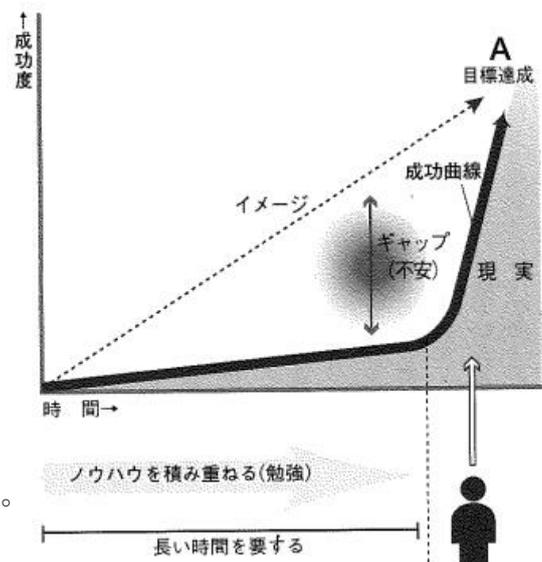
『習慣＝意識の深さ×反復』でつくられます。

右の図は、『成功曲線』と言います。さまざまな**成功を勝ち得た人は**、良い習慣を付けることが成功への近道であること、そして自分の頑張りはずぐには成果として現れず、時間がかかることを知っています。ですから、**良い習慣が身に付くまで継続**できます。それまでの辛く苦しい努力の過程も、**成功をイメージして、楽しみながら乗り越える**ことができます。しかし、その経験がない人は、早い段階で「自分にはできない」「やってもむだ」と、**自分に限界を作り、努力することを諦め、挫折**するのです。

自分の可能性は自分で引き出すしかありません。目標の実現に必要なことをぜひ習慣にしてください。

100%できなくてもいい、疲れたら少し休んでもいい、三日坊主でもやらないよりは better です。諦めず、次の日にはまた挑戦しましょう。そして、**行動したら次の現実**。目標を立てて行動すると、次の現実が現れます。またそれに対して、目標を持って行動する。それを**積み重ねていくことが成功(成長)の鍵**です。

『千里の道も一歩から』学期の区切り、スタートには良い時です。まずは自ら情熱と意思を持って、踏み出しましょう。



令和4年 9月行事予定

日	曜	行 事
1	木	特別時間割 校内漢字テスト④ 体育大会係別打合せ会②
2	金	体育大会予行練習 足場搬入 やぐら設営
3	土	各グループ活動(9:00~12:00) 12:30完全下校
4	日	各グループ活動(9:00~12:00) 12:30完全下校
5	月	体育大会準備(雨天時:月の授業)
6	火	体育大会(雨天時:水の授業)
7	水	体育大会予備日 就職直前面接指導② 校納金引落
8	木	語の日
9	金	校長講話(開校記念日)
10	土	↑ベネッセ・駿台マーク模試(3年)
11	日	↓
12	月	↑面接週間・45分授業 開校記念日
13	火	
14	水	各種委員会 就職直前面接指導③
15	木	校内漢字テスト⑤
16	金	↓ 就職試験開始 生徒会役員選挙 指定校推薦受験者保護者説明会18:00~
17	土	土曜課外③(1~3年)
18	日	
19	月	敬老の日
20	火	
21	水	↑ALT来校
22	木	↓
23	金	秋分の日
24	土	
25	日	全商情報処理検定試験
26	月	↑クリーンキャンペーン
27	火	中間考査発表
28	水	
29	木	校内漢字テスト⑥ 探究活動発表会(3年普)
30	金	↓ 全校集会 HR活動 実用英語技能検定

＜体育大会観覧について＞

今年度は、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策とともに、熱中症予防の観点から、体育大会への参加者は3年生保護者のみに限らせていただきます。誠に心苦しい限りではございますが、何とぞ御理解いただきますようお願い申し上げます。

日時：9月6日(火)＜雨天順延＞