

# さあ、気持ちを切りかえて!

# 片桐英数塾通信

## 「苦しい」「辛い」を乗り越えて

### 大切なものが必ず見えてくるはず...

ちよつと汗ばんだ感じの、ちよつと疲れた顔の、そしてとても充実した顔が多くなる時期。そうですね。いよいよ総体です。ありきたりなことを書きますが、悔いを残さないように全力で最後の部活に燃え上がって下さい。流した汗と涙の量だけ人間は成長できるはず。ちよつと臭いことを書いてしまいました。

「今という時が永遠に続いてくれれば良いのに...」。運動部の人にはこんな思いの人が多いいのではないのでしょうか? そんなみんなの気持ちも分かっているながら、あえて空気を読まずに書いてしまいます。悪気はありませんよ。

**総体が終わった運動部の人へ。**  
部活が終わると、今まで生活の大部分を占めていたものがいきなり無くなってしまいます。心にポカーンと穴があいたようになります。正直、それはとても寂しいものです。部活を引退する日。まず、何もする気にならないでしょう。しかし、無茶を言うようですが、泣きながらでも少し頑張って勉強することをお勧めします。今後のことを考えると気持ちの切り替えがとて大事なことです。実際、部活を引退した翌日には自習室にもついていた人と、「部活が終わって気持ちの整理がついてないし、ちよつと

とゆっくりしたら頑張ろう」と数日後に始めようとする人の受験後の表情には大きな差が生じている現実があります。後者の場合、陥りがちなパターンとしては、数日ゆっくりするつもりが、ゆっくりし過ぎて六月が過ぎ七月になり、夏休みになった頃に慌て始めるというのが傾向です。現役生の成績の伸びのイメージは、受験勉強開始時はなかなか上昇しませんが、徐々に上昇していき、受験頃にボーダーラインを下から跳ね上げる感じで突破します。上昇曲線が急カーブを描き始めるのは早い人で秋頃、今から始めても、年末頃が相場でなからうかと思えます。だから、開始が今から一ヶ月、二ヶ月ずれると、本来十二月頃に伸び始める人も一月、二月とずれてしまいます。下手すると受験に間に合わなくなってしまうます。ちよつとしたことが大きな差を生んでしまいますので、気持ちの切り替えをしやすいように、体ごと方向を切り換えて下さい。

**現役生にとつての夏休みは最後のチャンス。だから今から夏休みの準備を。**  
現役生にとつて、夏の一月余りの時間が、自分の自由間であり、ジャンプアップに最後のチャンスです。その夏休みをいかに有効に使うか? そのためには夏休みは全力で走れるようになっておかなければなりません。全力で走るには、机に向かって「えっと、何をどうやって始めようか」とモタモタせず、テキパキと動いていく必要があります。テキパキと動いていくには、自分が何をどうやって勉強するかが決まっています。それと、「勉強体力」は日々の習慣により鍛えられると思うのですが、「受験生」の夏休みの勉強時間の10時間前後は珍しい量ではなく、そのくらいの勉強時間に耐え得る「勉強体力」は必要であり、昨日今日始めた人がいきなり一ヶ月余りの間、その時間に耐え得るかは疑問です。で、何が言いたいかと言いますと、大切な夏休みを有効に活用するためにも、夏休みのための段取りというものがとても大切になるので、今から意識した取り組みをしておきましょう。

**高校生ばかりの内容が続いてますので中学生へ。**  
つくづく思うのですが、「できる・できない」の大きな部分は「やる気」であって能力ではありません。第一、表面的な能力は学校のテストとかで計ることはできても潜在的な能力は計ることはできませんし、能力が正確に計れないなら、現段階における「できる・できない」の原因が能力に起因するとは言いがたいように思います。確かに、「やる気も能力のうちだ」と言われてしまうと困ってしまうのですが、  
いろんなタイプの子がいます。「テストをするから勉強しなきゃ」と言われて、完璧になるまで勉強してくる子、さあさあっと適当にしてくる子、全然してこない子。これだけでも成績の伸びは想像に難くありません。さらに、テストの結果を見て、心底悔しがりが完璧に修正する子、一応間違えたところは見るけどさあさあっと流す子、全然気にもとめない子。ちよつといやらしい書き方ですが、学年で上位を維持する子に多いのは、「負けたくない」ので一生懸命に取り組んで、納得できない結果だと涙が出るほど悔しがりが必ず何らかの形でリベンジする子です。上位でいると上位でいるだけのプレッシャーがあります。上昇するのはとても楽しいものですが、下降するのは恐怖でしかありません。だから、その分、勉強に向かうモチベーションにも差が出るでしょう。

「やる気」になれれば、まず、「やる気」になれれば、まず、そうは簡単に「やる気」にはなれません。人間ですから「楽しい・嬉しい・面白い」というものがあって初めて「やる気」になれるのですが、やってもうまくできない場合は面白くないし、嬉しくなければ楽しくも無い。だから「やる気」になれるわけがない。という「やる気」のデフレスパイラルの状態から「やる気」になるには少々時間がかかります。  
「やる気」になつていくには、まず、日々の中で自分の「やるべきこと」をこなし、自分は「やった」というちよつとした喜びや自信を積み重ねることで徐々に「やる気」が増えていくのだらうと思えます。最初は「苦しい」ものですが、「苦しい」のも最初だけです。段々楽しくなつてきます。だから、最初の「苦しみ」から逃げようと思わず、その向こう側にあるものに辿り着いてくれれば...と願っています。

**辛く苦しく解決せねばならぬ問題があるから進歩できるのですね。**  
解決せねばならぬことがあると、気持ちは辛く苦しいことが普通だと思います。しかし、そんな問題があるから「何とかしよう」と考えて進歩できるのです。進歩するためには、そんな「辛く苦しい厄介な」ものが、何よりもありがたいものなのですね。このように考えていくと、一番つまらない状態は、何にも問題が無い「辛くも苦しくもない」状態なのかも知れません。大人子供関係無く、大なり小なり解決せねばならぬ問題をみんな持っていると思いませんか。それを「辛く苦しい」ものだと考えず、「ありがたいもの」だと心を感じ、前向きに誠実に、一つ一つ向き合い解決しようとすることで、多分、表面上の目的よりももっと大切な何かを学ぶことができるのではうね。

河合サテライトネットワーク校  
全統模試実施校  
坂本教室 OFFICE  
TEL 24-1337  
FAX 82-6185  
天神教室  
TEL 23-1899  
E-mail  
info@katagirijuku.com



坂本教室からのお知らせ  
坂本教室の6月の休日は、  
6日(日)、13日(日)、20日(日)、27日(日)です。  
メールアドレス info@katagirijuku.com

**お車での送迎について**  
お迎え時の車の混雑について、保護者の皆様にご理解とご協力をお願い致します。お迎えの際には、駐車場内での安全走行、エンジン停止にご協力いただくとともに、ご近所出入口などでの路上待機、他の駐車場の無断使用などはご遠慮いただきますよう、重ねてお願い申し上げます。

**河合サテライトおすすめ講座**

『受験勉強の出遅れを挽回したい。』『志望校を妥協したくない!』という皆さん、今から受験本番までの時間の使い方が大切です。河合塾実力派講師陣による、よくわかる授業「河合サテライト講座」で学習のリズムをつけよう!

◎センター試験対策講座 ..... 国公立大受験生は早期にチェックしてレベルアップ!  
英語、リスニング、数学I・A・II・B、現代文、古文、漢文、  
地理B、日本史B、世界史B、現代社会、政経、倫理、物理I、化学I、生物I、地学I

◎二次・私大対策講座 ..... 志望大学突破のための実戦力を強化しよう!  
入試現代文、入試古文、頻出化学、頻出物理、頻出生物  
パーフェクト日本史B、パーフェクト世界史B、入試完成数学

※この他にも個々の目標・目的に合わせた講座を設置しています。  
複数講座申し込みの場合はさらに受講料の割引があります。(基本受講料 45分×10講 13,000円塾生価格)