

失敗から学ぶ

6月はテストが続きますね。梅雨入りもして、ジメジメする～、蒸し暑い～、勉強めんど～いって、思っている人も多いのではないですか？でも、そこは受験生である3年生。自分の進路を意識しながら、学習に励んでいるはずですよ。間もなく、期末テストもあるので、勉強にも熱が入るのではないのでしょうか。また勉強以外でも、部活動でも、最後の大会やコンクールに向けて熱心に練習や作品制作に臨んでいますよね。私が顧問を務める女子ソフトテニス部も、練習や練習試合に励んでいます。ここで、私の練習試合に対して考えていることを伝えさせてもらいます。

それは、「負けた試合から学ぶ」ということです。私が計画する練習



試合では、強いチームと試合をすることがよくあります。相手はとても強くて勝つことは、なかなかできません。なぜ、そんな相手と試合をするのか。それは、「負け試合から学ぶことが多い」からです。試合に負けるということは、負ける原因があります。その原因は何なのかを、試合の中でしっかり考え、次に活かしてもらうためです。相手が自分たちよりも強かったり、試合に勝ったりする理由は何なのか。相手が自分たちより勝っていることは何なのか。自分たちには何が足りないのか。相手のプレイから学ぶものは何なのか。自分自身にはどんなミスが多かったのか、などなど。負けた試合から気づくことは、たくさんあるんですよ。最終的な目標は、最後の大会なのです。それに向けて今の自分に足りない部分に気付くことができ、それを克服していく努力をすることもできるのです。

「あれって、テストや試験でも同じことが言えるのではないかと思います。試験やテストが返ってきて、「今回、英語は良かったけど、数学が悪かったよな～」で終わりになっていませんか？「悪かったよな～」の後が大事なんです。「悪かったよな～」は、先に述べた試合の話では、失敗のことです。この「悪かったよな～」となってしまった原因は何なのかを追及する必要があるんです。計算ミスやケアレスミスなのか、問題文をちゃんと読んでいなかったのか、苦手分野だったのか、根本的に勉強時間が足りなかったのかなどなど。失敗を次に活かしていくためには、その振り返りがとても大切です。学習でも、部活動でも、これからは振り返りを大切にし、入社・入学試験本番に照準を合わせていってほしいです。

しかし、勘違いしないでください。必ず失敗しなさい、負けなさいと言っているわけではないですよ。もちろん、成功や勝ち試合からも学ぶことはありますからね。

掃除をしたくなる時から考える

こんな時ってありませんか？無性に、部屋をきれいにしたくなる。部屋を片付けたくなる

時。私もよくありました。私が学生のとときにこの気持ちになったのは、どんなときなのか。それは、試験が近づいてきているときです。本心から言うと、少し現実逃避ですね。「試験いやだな～、勉強いやだな～」というのがきっかけかもしれません。でも、理由は何であれ、部屋を片付けると、掃除すると、ちょっとやる気が出てくるんですよ。不思議ですよ。やはり、環境を整えるというのは、とても大切なことだと思います。イメージしてください。整えられた机に向かうのと、プリントや本が散らかった机に向かうのとでは、どちらがよい気持ちになりますか？わかりますよね。掃除をすることが、前を向く姿勢や前向きな気持ちにもつながってきます。

これは、普段の学校での掃除でも同じことだと思います。普段使っている活動場所への感謝の気持ちを込めて、掃除をして教室や活動場所をきれいにします。それがみんなの前向きな姿勢につながってきます。

最後に、この詩を紹介します。部活、受験ともに当てはまることがあると思います。

もし、あなたが負けると考えるなら、あなたは負ける。
もし、あなたがダメだと考えるなら、あなたはダメになる。
もし、あなたが勝ちたいと思う心の片隅で無理だと考えるなら、
あなたは、絶対に勝てない。
もし、あなたが失敗すると考えるなら、あなたは失敗する。
世の中を見つめて。
最後まで成功を願っていた人だけが、成功しているのではないか。
すべては「人の心」が決めているのだ。
もし、あなたが勝てると思うなら、あなたは勝てる。
「向上したい」「自信をもちたい」と、もしあなたがそう願うなら、
あなたは、その通りの人になる。

さあ、再出発だ。
強い人が勝つとは限らない。
すばしっこい人が勝つとも限らない。
「私はできる」
そう考えている人が結局は勝つのだ。

(「成功哲学」(ナポレオン・ヒル著))



夏の大会に向けてファイトー！！