

## 我ら 50 期 ここにあり

### モチベーションは短期的な目標ほど上がる

目標の期限については、スタンフォード大学のアルバート・バンデモーラ博士による実験があります。彼は、7～10 歳の子どもに算数の問題集を解かせました。Aグループには、「毎日6ページやる」という目標を立てて解かせ、Bグループには「全部で238ページある問題集をすべて解きなさい」と指示しました。結果はというと、Aグループは74%の子どもがすべての問題を解いたものの、Bグループですべての問題を解いたのは55%にとどまりました。このことから、月間目標や週間目標はもちろん大切ですが、やはり強烈な効果があるのは、短期的な日課を着実にこなすことであるのがわかります。毎日10分でも15分でもいいから、スキマ時間を見つけて着実に勉強する習慣が効果的なのです。大きな目標は途中でくじけやすいので、大きな目標の手前で小さな目標をいくつか設定し、それらを着実に達成していく方が馬鹿力を発揮することができるのです。

### 面接でよく聞かれる質問チェックリスト

Q. 受験番号と名前、中学校名を教えてください。Q. 今津中学校はどんな学校ですか。Q. あなたはなぜ、本校を志望しましたか。Q. なぜこの学科(コース)を選んだのですか。Q. 本校に入学したら、どんなことに力を入れますか。Q. 高校を卒業したら、どのような進路に進もうと思っていますか。Q. 将来、どのような職業に就きたいと思っていますか。Q. 中学校生活の中で一番印象に残っていることはどんなことですか。Q. 友達と付き合っていくうえで大せつなことは、どんなことだと思いますか。Q. あなたには15日の欠席がありますが、理由を教えてください。Q. 苦手な教科は何ですか。今度どのようにしていこうと思いますか。Q. 環境問題について、普段から考えたり行動していることはありますか。

### 好きなことが将来の仕事を導いてくれる

将来、自分はどのような仕事をしたいのか。若いうちから考えておくことは重要です。やりたい仕事を見つけるために、まず、自分はないが好きかを考えるところから始めましょう。「体を動かすことが好き」「本を読むのが好き」「数学の問題を解くのが好き」「小さい子と遊ぶのが好き」など、人それぞれいろいろな「好き」があると思います。それを実際の仕事と結び付けていきましょう。漫画が好きなら漫画家になりたい、テレビのバラエティ番組が好きなら芸人になりたい、宇宙が好きなら宇宙飛行士になりたいという具合です。「好き」を入り口にして思い浮かんできた仕事について、本を読んだり、大人に聞いてみたり、インターネットで検索したりして、深く調べてみるといいでしょう。そうした仕事に就くために、どんな努力をしたらいいかがわかってくると思います。好きなことが色々あるという人は、1つに絞らずに「好き」から浮かんだ色々な仕事を調べましょう。好きなことや夢は、1つに決められなければならないわけではありません。「～が好き」「～をしていると楽しい」「～を面白いと思う」「～をしていると夢中になってしまう」そういった何かを仕事にできたら、それはとても幸せなことです。

### 卒業で始まる

世界の自動車王といわれたフォードは、「奉仕を主とする事業は栄え、利益を主とする事業は衰える」と彼の著書で述べています。また、最澄というお坊さんが『忘己利他(もうこりた)』といわれましたが、これは簡単にいったら、『お客様第一』の心だといっていると思います。自分の立場ばかり考えないで、ちょっと自分から離れてみると、いろんなものがみえてくるといっているようです。「卒業」という言葉を和英辞典で引いてみると、graduationと出ています。卒業式は、graduation ceremonyです。しかし、実際にアメリカでは、commencementと呼んでいるようです。この言葉は「開始」という意味を持ち、長い修業を終えて一人前の人間としての人生を始めるといふ、深いニュアンスを持つ言葉なのだそうです。「卒業」が中学校生活の終了に焦点をあてているのではなく、その後の人生の「始まり」にあてている点が素敵だと思いませんか。終わりではなく始まりなんですよね。