



「やる気」について考える



2月に入り、学期ごとに行う「教育相談」アンケートを実施しました。主な目的は、今月はふれあい月間であるため、いじめに関するアンケートです。それに加えて、柳沢中では、皆さんの心の状態を把握する心理アンケートも実施しています。以前にもお話した覚えがありますが、多くの項目に〇が付くのが、「勉強のやる気が出ない」という項目です。9月の『かわらばん』では「なぜ勉強しなくてはいけないのか？」というテーマで、勉強の意義について考えてみましたが、今回は、「やる気」について考えてみようと思います。

人間は誰しも、まず「やる気」が出て、そこから「行動する」という風に考えがちです。例えば、「プロ野球選手になりたい」という目標を持ち、そこからやる気がみなぎり、自ら進んで自発的に練習を重ねていきます。このように、「やる気」が出て「行動する」という順序で人は動くイメージしますが、実際にその順序で行動する人は少数派です（難しい専門用語でこれを「内発的動機づけ」と言います）。東京大学の脳科学者の池谷裕二教授いけがやゆうじによると、「『やる気』という言葉は、『やる気』のない人間によって創作された虚構きまごう（事実ではないことを事実らしくつくり上げること。フィクションのこと。）である」と述べています。さらに、池谷教授は「人間は行動を起こすから『やる気』が出てくる生き物」と言います。つまり、「やる気が出る」→「行動する」という順序ではなく、「行動する」→「やる気が出てくる」というのが正しい順序であるということです。

すなわち、「人間誰しもやる気が出ない所から出発する」というところから考え始めることが大切です。本来、「やる気」というのは行動を起こせば自然とついてくるものなので、「やる気を出す」ために特別な方法を探す必要はありません。「勉強のやる気が起きないなあ」という現象は、当たり前のことなのです。だからといって、勉強をしなくてよいというわけではありません。そこで、次に大切なのは、「行動する」ことにどれだけ重点を置くことができるかです。

行動を起こす時、「面倒くさい」「気分が乗らない」などと思っている時に、いかに行動できるかが大切になります。つまり、行動とは、「やる」か「やらない」かの2つの選択肢が与えられており、今自分が置かれている状況から判断する必要があるということです。「良い成績を取りたい」という気持ちが少しでもあるならば、答えはとてもシンプルで、「すぐに行動する」という選択肢しかないのです。少し古いですが、2013年に東進ハイスクールの現代文講師であり、タレントとしても活躍している林修先生はやしおさむが、「いつやるか？今でしょ！」という言葉で流行語大賞を取りました。まさに行動するとはその言葉の通りで、「やる気が出ない」と思ったときこそ、いかに行動を起こせるかどうかで、結果も変わってくるものだと思います。

来週から学年末考査2週間前に入ります。皆さんにとって定期考査は5回目です。5回目の定期考査なので、やるべき勉強はそろそろ見え始めているのではないのでしょうか？ 例えば、試験範囲にワークが入っている教科は、まず指定された範囲を早く終わらせられるように取り組みましょう。そして、間違えた問題、理解できていない問題を中心に2・3周と繰り返し演習していきましょう。定期考査は基本的に試験範囲も決まっています、やるべき学習内容も明確になっているので、取り組みやすいと思います。「行動を起こすことでやる気が出てくる」と、これまでの発想から転換して、ぜひ、行動を起こすことを目標に頑張ってみてください。

スキー教室 フォトギャラリー 後半戦

2日目の様子



2日目はとても良い天気で、空が青く澄み渡っていました！ スキー実習班ごとに記念写真を撮り、午前・午後と時間たっぷり実習しました。リフトも全員乗りました。

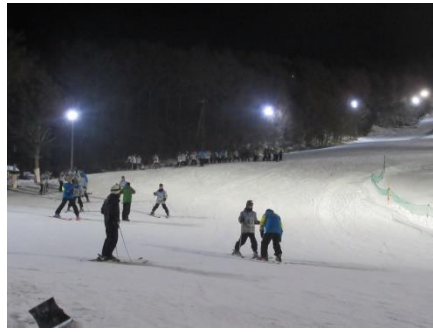
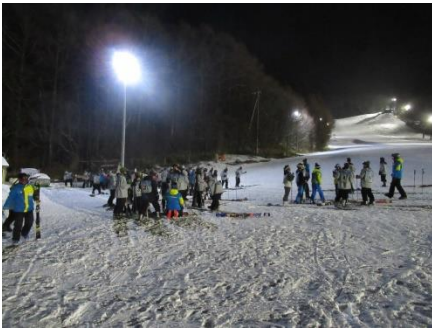


お昼はやっぱりみんな大好きカレーライス！ あっという間にペロリと完食しました。夜ご飯もアジフライやデザートにケーキも出て、おいしい食事を堪能していました。





お土産屋さんが宿舎までたくさんのお土産を持ってきて、販売会をしました。限られたお小遣いの中で、みんなたくさんお土産を買っていましたね。



ナイトスキーの様子です。昼間とは違って、ゲレンデがライトアップされて幻想的な空間に！

3日目の様子



いよいよ最終日。最後もたっぷりスキーを楽しみ、閉校式と退館式を迎えます。インストラクターさんや、宿舎の方、同行者の方々にお礼を伝え、名残惜しい中バスに乗って帰りました。



2日目に撮影したクラス写真。澄み渡る青空と雪景色の下、みんな良い笑顔をしていますね。
写真はまだまだたくさんありますが、またいつの日か見せたいと思います。

■来週の予定（2／12（月）～2／16（金））

月 日	組	1	2	3	4	5	6	備 考
2/12 (月)		振 替 休 日						
2/13 (火)	A	社会	英語	家庭	数学	国語2	体育	やぎカフェ
	B	英語	家庭	数学	国語2	体育	国語1	
	C	英語	国語1	数学	家庭	体育	社会	
2/14 (水)	A	国語1	英語	数学	体育	道徳		英語：スピーキングテスト 研修会
	B	美術	理科1	英語	国語1			
	C	社会	理科2	体育	英語			
2/15 (木)	A	理科2	音楽	数学	国語1	体育	英語	避難訓練
	B	数学	社会	音楽	理科2	英語	国語2	
	C	数学	理科1	美術	国語2	英語	理科2	
2/16 (金)	A	社会	体育	数学	英語	理科2	各種 委員会	各種委員会
	B	数学	理科2	体育	社会	英語		
	C	数学	社会	体育	国語1	英語		

※予定の変更等は、朝・終学活等で連絡します。