



みどりの風



令和6年6月24日発行

「努力の壺」

校長 安藤晋哉

6月前半で、中体連総合体育大会が開催され、無事終了しました。

各部活動は目標に向かって試合に臨みました。試合での生徒の姿は皆、輝いていました。一瞬一瞬で心の状態も揺れ動き、勢いが付いたり、迷ったりと自分の気持ちとの戦いを展開しているようにも見えました。

周りに仲間のいる団体競技も一人で戦う個人競技も、最終的には自分自身の心との戦いであったと思います。

勝負を決めるのは、自分がやってきたことを信じ切り、最後まで諦めず、やるべきことを確実に実行できる心と技なのだと感じました。

今回悔しい思いをした生徒には人生はこれからです。この苦い経験を糧にして前に進んでほしいと言いたいです。

今回は、先日ある講演会で聞いた「頑張ってもできるようにならないとき、子どもたちに思い出してほしいお話」について紹介します。



今までできなかったことに挑戦しようとするとき、目に見えない「努力の壺」のような物が心の中にできるそうです。その壺の中に努力の水を入れていき、いつかあふれ出ると、できるようになるということです。

ところが、その壺には四つの特徴があることが科学的に分かっています。

一つ目は、人によって壺の大きさが違うということです。すぐにできるようになる人もいれば、なかなかできるようにならない人がいるのは、そのためです。すぐにできるようにならないときは、壺に努力の水がたまっているときなので、我慢することが大切です。そして、努力の水が壺からあふれ出る瞬間は突然やってきます。

二つ目は、努力の水を入れ続けなければ、水は乾いてなくなってしまうということです。頑張っているときは、だんだん上手になってきたと感ずることでしょう。ここで油断して努力することを休んでしまうと、あっという間に努力の水は乾いてしまいます。こつこつと努力し続けることが大切です。

三つ目は、努力の水が一度でも壺からあふれ出れば、その後には減ることはあっても、なくなってしまうことはないということです。自転車乗りや水泳、かけ算九九も、一度できるようになってしまったことは、全くできなくなってしまうことはほとんどありません。ちょっと努力すれば、すぐに元に戻ります。

四つ目は、大人の壺より子どもの壺の方がずっと小さいということです。大人になってから努力しても、なかなか上達しないものです。例えば、ピアノを弾けない私がピアニストを目指すと言ったら、誰も信じないでしょう。

子どもと大人と一緒に努力し始めたら、子どもの方がすぐに上達するのです。大人が「今のうちに頑張らないと将来困る」と言うのは、そのためです。

この話を read した生徒の皆さん、「努力の壺」の特徴をよく理解し、前向きな生き方を歩んでいきましょう。大人の私たちも参考にできる良い話だと思いますがどうでしょうか。