



黄金の森

2024年 12月 20日発行
南風原町立 南風原中学校
発行者 校長 比嘉智也
校長だより第17号

【教育目標】 目標を持ち自ら学ぶ生徒 心豊かで思いやりのある生徒 心身ともに健康で忍耐力のある生徒

なぜ変わりたいのに変われないのか？

生徒の皆さん、もうすぐ冬休みに入ります。2学期の学校生活はどうでしたか。冬休みに入る前には、これまでの自分自身の学習や生活を振り返りましょう。そして、新年には新たな目標に向かって、**自分を変えてみませんか？**来週からの冬休み、自分を変えるには良いタイミングです。自分の目標を定め、健康安全に気をつけながら、**自分を変える冬休み**にしていきましょう。

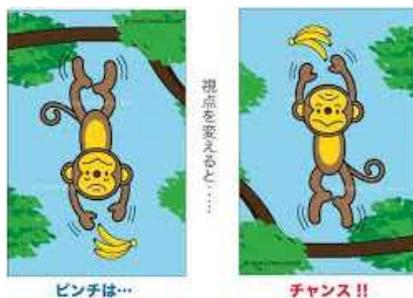
変わりたいのに変われないという人

変わりたいと思っているのに、変われる人と変われないままの人がいますよね。これはなぜなのでしょう？まずは**変われない原因**を知り、**現状を受け入れてから、改善策**を考えることです。

変わりたいのに変われないという人の多くは、「やり方」の前に「なぜ」やるのかという理由や意味づけがはっきりしてないという場合が多いからです。変わる理由がはっきりしてなければ、いくら気合いを入れたところでそれは長続きしません。次のステージにかけ上る人は、「なぜ」変わるのか、次のステージにいく必要があるのかがはっきりしているのです。これは使命やビジョンという言葉で表されていますが、まずはじめに**本当に自分は変わりたいのだろうか**、「なぜ」変わりたいのだろうかという「理由」に立ち返って自分を見つめなおすことが大切です。今のあなたは「変わりたい」ではなく「変わった方がいいのかなあ」というくらいのトーンではありませんか？

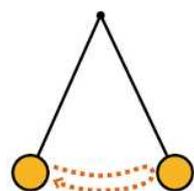
人が変われないのは能力や心の強さの問題ではなく、「視点」の問題が原因だと言われます。

能力が高く、向上心もあるのに、そんな人たちの中には「自分を換えられずに次のステージにいけないでいる」と嘆く人がいます。逆に、能力は普通の人の中にも**「視点を変えること」**で運命を変え、自分らしい人生を生きている人もたくさんいるのです。



モチベーションが高ければいいと思っている？

ほとんどの人が、目標を達成したいと強く願いますが、中には少し気負いすぎでは？という人がたくさんいます。気合いを入れる、モチベーションを高める、全て自分を変えるためのキッカケやスタートダッシュとしては必要なことではあります。



しかし、考えてみてください。**人間だれしも「一生折れない心」なんて持つことは不可能**なのです。それなのに、目標達成のために自分を変えるにはまずメンタル面からと言わんばかりに、鼻息が荒い人を多く見かけます。

でも、強く気持ちを入れると、**振り子の法則**のように必ず反動が来ます。そうすると、モチベーションは急降下してしまうのです。せっかく頑張りようと思っても、これでは長続きしませんよね。

一方、自己変革を遂げながら目標達成をする人の多くは、「平常心」のスイッチを心のどこかに持っています。モチベーションは基本的に高いのですが、課題やトラブルがあっても「平常心」を心がけることで、長い目標達成までのレースに勝つだけの精神的耐久力が身についています。モチベーションを上げることよりも「下げないこと」に意識を注ぐことも自分を変える際には必要になります。モチベーションが高ければ情熱があって、自分もまわりも目標が達成できそうと思いますが、実は反動があったり燃え尽き症候群になる恐れもあります。うまく次のステージへ上がれない人は、このモチベーションコントロールに原因があるかも知れません。



自己変革の特効薬があると思込んでいる

今、世間では本当に様々な方法やテクニックがあふれています。「秒で達成する」「目標達成を加速させる」など、こんな言葉が目につきます。私たちはつつい目標達成までの最短ルートを探して楽をしたいと考えます。口では色々と言っても、本音の部分はきっと誰でも同じ。あなたにも思い当たることはありませんか？人間とは楽を求めるものなのです。楽を求めると、これまで文明を進化させてきたという面もあります。でも、問題は本当に最短ルートに今すぐいける「特効薬」のようなものはあるのでしょうか？実は存在しません。あるとすれば、視点を換え行動を変えて足腰を強くしたうえでだけ、効き目が増す特効薬のようなものはあります。

しかし、これも全て視点の変更や行動変革などの基盤があった上でのことです。

いち早く目標を達成する人は、極めて平凡な仕事を大切にします。仕事で言えば、お礼の手紙、素早い対応、決めた目標の毎日継続など。これは松下幸之助さんが提唱された言葉にもある「凡事徹底」そのものです。平凡なことは地味で退屈なものですが、それを“徹底”した時に突き抜けた結果を出せる。だから、難しい話や細かいテクニックはいらない。ただ目の前にある基本を徹底しようというものです。テクニックや方法という特効薬のようなものは、この凡事徹底をした人にしか効かないようになっていきます。

凡事”実行”までは他人でもできます。でも、実行の「徹底」までできる人は多くはありません。だからこそ、他人と結果に差がついてくるのです。かつて大富豪でロックフェラー財閥をつくったジョン・ロックフェラー氏はこう言います。「成功の秘訣は、平凡な仕事を非凡にやることだ」と。

何か物事を成し遂げたい時、小難しい戦略や理屈はいりません。ただ、真面目に「誰にも負けない努力をすること」それだけを心がけ、ひたむきにやればいいのです。そこに華々しさはないし、また必要ありません。地味でもいい。淡々と誰にも負けない努力をできた時に、ホンモノの成果は得られるものです。

この言葉は、京セラの稲盛氏やワタミの創業者渡邊氏がインタビューで全く同じセリフとして話されていました。それくらいにシンプルだけど、大切な言葉なのです。

皆さん知っていますか？「失敗」をなくしたいと誰しもが願いますが、実は失敗をなくす「技術」が世の中には存在します。それは、途中で「やめない」ということです。途中でやめなければ、今やっていることは目標達成までの途中経過に過ぎないので、失敗にはならないからです。

生徒の皆さん、来週から始まる冬休みを「自分を変える」休みにしてみませんか。

気持ちよく2025年を迎え、皆さんがどんどん成長していくことを期待しています。



校長クイズ

- 1 タコ、エビ、クラゲで大掃除を丁寧にするのは誰？
- 2 腹黒い人が初売りで買って来たものは何？

前号クイズの解答

- 1 カレンダー
- 2 靴下