

校長通信 調和

発行
校長 寺島克彦
〒384-0023
小諸市東雲4-1-1
TEL 0267-22-0216

題字 渡邊虚舟

令和元年度・3学期終業式に代えて

新型コロナウイルス感染症感染防止については、依然として警戒を緩めることは出来ない状況にあります。残念ながら終業式で一年間を締め括り、次年度に向けて全員で決意を新たにすることが出来ません。小諸高校生の皆さんには、そんな先の見えてこない状況の中にあっても、自身の将来を見極め、今出来ること、今やらなければならないことを着実に実行してくれることを願っています。

しかしながら、ひたすら自室に閉じこもって黙々と課題に取り組むことについても、得て不得手があることは承知しています。ましてや目標が定まらなければ、その意欲も高まらないことは十分わかります。

「世界レベルの技術に達するにはどんな分野でも、1万時間の練習が必要だ」(マルコム・グラッドウェル著『天才!』)

1日に4時間そのことに取り組んだとして、2,500日。平均的な就労日数(245日)で計算するとなら10年と3カ月。1日に8時間ならその半分。

きっと単にだらだらと1万時間を費やしても意味はないでしょう。その時間の中で、いかに向上心を持って主体的に取り組むことが出来るかも重要でしょう。

この1万時間の法則については、様々な意見があるところですが、スポーツや芸術活動に今関心がある皆さんには納得できる場所も多いのではないのでしょうか。

私自身も、これまで音楽の分野での多くの凄い高校生や一流と呼ばれる人たちに会う機会がありましたが、どの人も、音楽関係者に関しては「練習が苦にならない」「出来ないところは出来るまで練習する」と言い切る人が多かったように感じています。

では、その人たちは努力家なのか、というとそうでもないように感じています。「心身を労して」というより、長時間そのことにひたすら没頭することが、むしろ楽しく感じているようにも思います。つまり、1万時間を努力という感覚ではなく取り組める人が「天才」なのかもしれません。

スポーツや芸術に限らず、このことは全ての分野にあてはまると思います。

ちなみに良く言われること。「日本人が英語を習得するには最低3000時間」だそうです。

脳科学者の茂木健一郎氏は「人生の成功は、IQやセンスなど、生まれつきの才能が決めるのではない。情熱を持って物事を続ける力こそが決める。そして、その力は鍛えられる」(茂木健一郎著『続ける脳』)とっています。

では、そんな感覚を持ってない人、続ける力を持っていない人は一流を目指せないのでしょうか。

同じく日本の脳科学者、中野信子氏は著書『あなたの脳のしつけ方』の中で「努力出来ないことは、1つの才能だ。努力出来ないのなら、努力家には思い至らない工夫や効率的な発想を生み出すこと、これも知性。ムダな努力をしない才能に恵まれていると言える」さらに、「でもときには努力をしなくてはいけない局面もあります。飽きないでやり続けられる工夫も必要です。どんな人でも工夫次第で、努力の“努力感”を薄め、か

わりに“楽しみ”の度合いを強くすることは可能なのです」と言っています。

今、皆さんには「平等に与えられた時間」がそこにあります。何かを成し遂げるには、そのことに打ち込む、没頭する、それなりの時間が必要なことは明らかです。

あなたは努力することが苦手ですか？まず、自分自身を理解して、努力が苦手なら、しっかり考えて、自分なりの工夫をしてみてください。本校の男子バレーボール部の皆さんは、部活内全員で学習課題に取り組んでいるとのこと。これも大変良い工夫ですね。

1万時間の法則はどの年代にあってもあてはまるのかというと、そうでは無いと思います。10代の皆さんの今だからこそ、最も生きる法則であると強く感じます。

自分を知り、自分に勝つ。小諸高校生の健闘を心から祈っています。

2020. 3. 24

小諸高等学校長 寺島克彦



(3月19日体育館横の梅が咲きました)

【お知らせ】

本年度末、離任される先生方のご紹介と先生方からいただいたメッセージのURLを、絆システムで配信しますので、ご覧ください。(24日午前10時配信予定)



(3月17日と18日の風景。寂しい校舎・校庭、そして教室です)