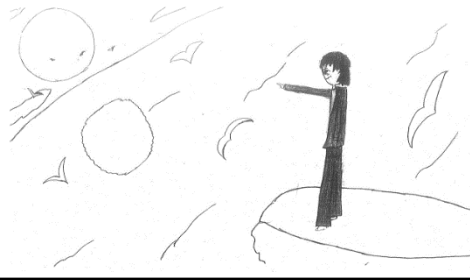


はる えちゅうがっこう せい と みな
春江中学校の生徒の皆さんへ

れい わ ねん がつ にち
令和4年7月12日
だい 5 号

こうちょう おも 校長の念い



ず せいさくしゃ
図 制作者
ぶんげい しょうぶ
文芸・書道部
ねんぶんげい ぶん いん
3年文芸部員

た にん か こ じぶん きょうそう
他人ではなく、過去の自分と競争しよう！

ぜんごうはっこう び ほんじつ いちがっ き きまつ いち ぶ きょうぎ けんちゅうがっこう か き しょうごうきょう ぎ たい
前号発行日から本日まで、一学期期末テストや一部の競技の県中学校夏季総合競技大会、また、3年生を対象にした県立・私立高校説明会や1・2年生を対象とした思春期教室が行われました。

テストや中体連大会では、ライバルと競い合った人もいます。しかし、私の今年度の念いは、「自己ベストの更新」です。ライバルとの競争ではありません。文末に示した参考文献には「ライバルはやる気を吸い取る吸血鬼」と書いてありました。内容は、勉強についてですが、全てのことに当てはまり、考え方が私と同じなので、簡単に紹介します。

ライバルとは、自分より少しだけ優れた友達でしょう。でも、ライバルの調子がいいときは、気分が損なわれます。ライバルが怠けている時は、安心してしまい、何事もかどりません。つまり、ライバルはあなたのやる気を吸い取る吸血鬼なのです。もっと頑張ることができるはずなのに、自分が決めたライバルを基準にして、そこで立ち止まってしまうのです。そして、「それなりに頑張った」と自分をいたわるのです。これは幻想です。

他人との比較は、自分を不幸にします。クラスメイト一人一人について、「各クラスメイトにはあって自分にはないものは何だろう」と思い浮かべてみてください。「学力」「運動能力」「会話力」「スタイル」「明るい性格」等、キリがなく、自分が役立たずになったようにみじめな気分を味わいます。

そこで、他人との競争ではなく、自分との競争をしてください。他人と競争していると、自分には手に入れない「条件」に責任転嫁するようになります。自分と競争していれば、自らをありのままに受け入れ、自分を振り返って足りない部分を埋め、自分を成長させる方法を探すようになります。

そのためには、過去の自分を競争相手にして、昨日の自分よりも成長しようと努力しましょう。昨日の自分をじっくり振り返ってみましょう。「昨日は数学の問題を25個解いたから、今日は26個解くぞ」のように、昨日の自分に負けないようにしてください。昨日の自分と比較すると「成長」に注目するようになり、満足感を味わえます。

昨日の自分を超えようと努力する過程で、競争すべき相手は「自分の最大値」です。「これが精一杯だ」と言えるような「最大限の本気」を出した時が「最高の自分」で、「自分の最大値」に到達できたと言えるでしょう。「ありきたりの努力」や「適当な熱意」ではなく、最高の自分と堂々と競ってください。これが、自己ベストの更新という念いです。

※ 参考文献 2022 勉強がおもしろくなる瞬間 パク・ソンヒョク著 吉川南訳 ダイヤモンド社