

未来志創

よっしゃ！顔晴ろう！

個人でやると50%、みんなでやると130%！？

昨日は学校訪問研修でした。**日頃の環境整備**、そして**授業への顔晴り**がとても素敵でした。いつも本当にありがとうございます。また、昨日から生活班の班長が中心となって**生活ノート**と**テキスト**を集めるようにしました。結果は生活ノート、テキスト**ともにパーフェクト**！全員が提出することができました。**仲間の力の大きさ**を改めて感じる事ができて嬉しかったです。そして何より、班長が班員に呼びかけると同時に、「**まず自分から**」という気持ちを行動で表してくれたことがとても素敵だと思いました。まさに**頼れるリーダーの姿**ですね。いくら個人で頑張ろうと思っても実際は**50%**ほどの力しか出せないそうです。しかし、仲間と共に頑張ろうと思ったときには**130%**もの力が出せるそうですよ。中学生、とくに中学2年生は**ゴールデンエイジ**と言われ、最も成長する時期と言われます。仲間と協力し合って、**自分の可能性**を大きく伸ばしてくださいね！！

意識 = 冰山！！無意識に反応できるまで繰り返す！！

意識とは大きく分けると2つあります。「顕在意識」と「潜在意識」です。「顕在意識」とは、私たちがよく口にする「意識」の部分であり、「潜在意識」とは「意識しない」部分、つまり「無意識」を意味します。そして、この「顕在意識」と「潜在意識」は「冰山」に似ていると言われます。

冰山は海面から見えている姿はほんの一部に過ぎません。大部分は海面下にあり、見えない部分の方が大きいのです。そして「冰山の一角」という言葉にあるように、海面に姿を見せている**ごく一部が「顕在意識」**であり、**海面下に姿を隠している大部分が「潜在意識」**なのだと言われます。

つまり、私たちが日々の生活の中で「**意識**」できるのは**ほんの一部に過ぎない**ということです。例えば、朝起きて、身体を起こして布団から出て、顔を洗って歯磨きをするという日常の1コマがありますが、これら一つ一つを意識して行っている人はほとんどいないと思います。毎日行っているため、いつの間にか、誰にも言われなくとも、さらに言えば、自分で意識せずとも勝手に洗面所に行き、顔を洗ったり歯磨きをしたりしていると思います。小さい頃は、一つ一つ教わって、意識して行っていたことも、毎日繰り返すうちに、いつの間にか「無意識」になりました。繰り返すことで「長期記憶」に入っているのです。これが無意識です。**無意識**はいわば「**反応**」です。だから、何ができるようにになりたいことがあれば、無意識に反応できるようにするまで繰り返すことが大切です。

右の()に当てはまる言葉は何でしょう。もしかしたら一つ目は分からないかも…。なぜでしょう。これもいつの間にか「無意識」になっているのですね。

ダンスに ()
ピッカピッカの ()
ファイトー！ ()

さて、この「冰山」の話を知っている人は、どれくらいいるでしょうか。実は、「未来志創」でも以前紹介したことがある話です。今回の飯山さんの講演を聴いて、改めて大切だと感じたので書かせてもらいました。「**無意識に反応**」と「**繰り返し**」がキーワードですね！！

よっしゃ！ () !

