

未来志創

よっしゃ！顔晴ろう！

RESTART！CHANGE から CHANCE が生まれる！

＜本気の定義＞
 やると決める
 やり続ける
 楽しくなる
 人が集まる

昨日は後期生徒総会がありました。真剣に、本気で臨むことはできましたか。私はこの後期の生徒会を担当しています。生徒会役員の認証式を終えた日から昨日まで、執行部と各専門委員長はこの総会のために自分の時間をたくさん使って準備してくれていました。担当の先生方のところへ何度も足を運び、検討を重ねて創り上げた「活動計画案」は、生徒会役員の魂がこもっています。そして、時間が限られている中、総会に向けてスライドや学級討議で出た質問や要望に対する回答を一生懸命考え、準備してくれました。

昨日の放課後には総会のリハーサルを体育館で行いました。17時過ぎにリハーサルが終わりました。私は「部活に行きたい人もいるだろうから少しだけ早く終わってよかった。」と思っていました。しかし、こんな言葉が聞こえてきました。「下校完了 17時半だよ。まだ時間が少しあるから、みんなで質疑応答の回答内容や方法を確認しておこう。」生徒会長の言葉でした。自分自身がとても浅はかだったと反省しました。みんな“本気”でした。その本気の姿を目にした時、「絶対に今より素敵な芝中になる！」と確信しました。昨日の総会、ちょっとしたアクシデントはありましたが、リハーサル以上の堂々とした姿を見せてくれました。“本気さ”が伝わってきました。

話はここで終わりません。総会が終わり、片付けを終えた時でした。私は「みんなお疲れ様。総会という大きな行事を一つやり遂げたから、今日くらいは、ゆっくり休んでほしい」と心で思っていました。しかし、執行部員がなにやら集まって話をしています。何を話していたかというところ「今日から行う活動の分担決め」についてでした。そして放課後、すぐに活動の準備に取り掛かっていました。環境委員も集まってベルマークの集計をしていましたね。この行動力は、私の予想をはるかに上回っていました。素敵な生徒会です。そして、皆さん一人一人がその一員です。校長先生の話にもあった「RESTART」。これまでの自分を振り返り、成長した自分をイメージして、行動してみませんか。変化は進歩です。勇気をもって行動を変えることで、必ずチャンスが巡ってきますよ。

心を変えることはとても難しいです。思考の習慣を変えるには少なくとも6か月ほどかかると言われるくらいです。だから、「成功した」と言われる人たちの多くは、心を変えようとはせず、「行動」を変えようとするそうです。そして「行動の変化」を積み重ね、それを「習慣」にしています。私たちの「脳」は、「思い」や「経験」を「入力」しているのですが、この「入力」よりも影響力が大きいのが「出力」する「言葉」や「動作・表情」です。そして、この「出力」したことが「強化」され、再び脳に「入力」されていきます。なお、「出力」の中でも「言葉」より「動作・表情」の方が、力が強いそうです。だから、「思考（思い、考え方）」を変えるより「言葉、動作・表情」を変える方がよいのです。「脳」は口にしたことを実現しようとします。だから、なかなかプラス思考になれない、思うようにいかないと感じている人に共通しているのは「出力」に関することです。具体的には「大変」「難しい」「できない」「最悪」「どうせ無理」ということを語り合う仲間がいることです。皆さんの周囲はどうですか。決して、これらの言葉を口にしてはいけないということではありませんが、何があっても、このような言葉ばかり口に出していることが問題なのです。なぜか？「脳は口にしたことを実現しようとする」からです。どんな未来が待っているか、想像つきますよね。ではどうするか。言葉を変えればいいんです。もしくは、この言葉のあとに、必ず「プラスの言葉」に言い換えるんです。「大変だ。でも顔晴ろう！」といった感じですよ。脳のもう一つの特性は「上書きができる」ということです。続きは次回以降、紹介しますね。

「大変」を語り合う仲間がいる
 「難しい」を語り合う仲間がいる
 「できない」を語り合う仲間がいる
 「最悪」を語り合う仲間がいる
 「どうせ無理」を語り合う仲間がいる

「感謝」を語り合う仲間がいる
 「ワクワク」を語り合う仲間がいる
 「できる」を語り合う仲間がいる
 「嬉しい」を語り合う仲間がいる
 「顔晴る」を語り合う仲間がいる