

1 学年通信

平成29年 2 月24日

# Breakthrough

No. 11

## 中学校時代は成績優秀だったのに、というあなた

「中学時代は成績上位者だったのにどうしたの」と言われた人いますか。言われなくても、自覚している人いますか。全員の生徒が、中学校時代の成績は良かったはずですよ。そうでなければ、高校に合格してないわけですから。それなのに、常に成績が悪い人はどうしたのでしょうか。

### 東大合格者の8割は「普通の高校生」だ

東大生といえば、超エリート校の出身者たちで占められていると想像しがちだ。ところが、実際のデータを見てみると、意外な事実気づかされる。全体のたった2割が超エリート校出身者で、残りの8割はいわば「普通の高校生」によって占められているのである。

それは、「働きバチの理論」で説明される。

働きバチの世界にも、働き者のハチと普通のハチ、そして怠け者のハチとがいる。そこで、複数の巣から働き者のハチだけ100匹ピックアップし、ひとつの巣に集める。理屈からいえば、すべてのハチが働きまくる、素晴らしい巣になるはずだ。

ところが、ひとつの巣に集められたハチたちは、やがて25%が働き者のハチに、50%が普通のハチに、25%が怠け者のハチに変わってしまうのである。

これを人間の世界に当てはめると、どんな超エリート校であっても、必死にがんばる生徒は全体の25%程度にしかすぎず、残りの75%は全力を出しきれないことになる。そして、普通の高校で「働き者の25%」に入ったほうが、むしろモチベーションも高く、合格への道も開けてくる可能性があるのだ。

『ドラゴン桜・公式ガイドブック 東大へ行こう！完全版』(講談社)より

上記の話は、『ドラゴン桜』という漫画の主人公桜木健二が話をした、「働きバチの理論」の説明です。普通の高校からでも東京大学へ入学できるという話です。緑岡高校からも合格出来る可能性はあります。ぜひ、狙って下さい。

逆を言えば、成績優秀者だけ集めても、25%は怠け者になるということです。中学時代に優秀だったのに、1年かけて怠け者の集団が形成されてしまったということです。この考えに納得できますか。属する集団の上位にいればさらに頑張れるけれど、下位の集団に属してしまうと努力をしないようになるのでしょうか。

ヒトはハチではありません。全員が必死に頑張ろうとする意思をもてば、全員が頑張れるはずではありませんか。緑岡高校からでも、東京大学に合格出来る。そして、25%だけでなく、100%、全員が頑張れると私は思っています。過去の栄光にしがみつかず、現在の自分を向上させていきましょう。

## スマホのチェックは毎日するのに、というあなた

もう一つ「ドラゴン桜」から。

### 歯を磨くように勉強して、日常の習慣とせよ

勉強とは、特別なときにやるものではなく、毎日コツコツ続けるのが当たり前の姿なのだ。寝る前には歯を磨く。目が覚めたら歯を磨く。これは特別なことではなく、毎日の習慣だ。歯を磨かなければ、気持ち悪くて眠れないし、歯磨きなんて大変なことでもなんでもない。勉強も、基本的にはこれで同じである。「特別なときにやるもの」と思っているからこそ、いつまでたっても勉強が嫌いなのだ。

最初のうちは(歯磨きが嫌いな子どもと同じように)面倒だとか大変だと感じるかもしれない。しかし、一度習慣化してしまえば、あとは楽なものである。むしろ勉強しないと気持ち悪いし、手持ちぶさたになっていくはずだ。勉強を好きになれとは言わないし、好きになる必要もない。ただ、歯磨きや入浴と同じように「やって当然のもの」という、日常の習慣にしていけばいいのである。

『ドラゴン桜・公式ガイドブック 東大へ行こう！完全版』(講談社)より

試験の成績が悪くても気にしなくなった人はいませんか。スマホのゲームに夢中になりすぎて、学習が疎かになっている人はいませんか。家庭学習時間がゼロ時間でも気にしなくなって人はいませんか。小学生、中学生の時は、家庭学習をしっかりとやっていたと言い訳する人はいませんか。高校入試からもうすぐ1年がたちます。1年たって成長したと言えますか。1年分の成長が実感できない人は、焦らなければなりませんよ。

今からでも、家庭学習を習慣化しようと思いませんか。毎日勉強しないと寝られないように、家庭学習を習慣化しませんか。あなたの将来が、虫歯になってしまいますよ。

## やればできる出来る、というあなた

脳の体力が落ちると、やっても出来ない人になってしまいますよ。

### 前頭葉の基礎体力を鍛えよ

脳を鍛えようと思ったとき、特に重要なのは前頭葉の力を高めることです。前頭葉を鍛えるときに重要なのは、指令を出し続ける体力を高めることです。脳の基礎体力は、日常的な雑用を面倒くささらず片付けることで鍛えられます。前頭葉が指令を出し続けられなくなったとき、次に人間を動かすのは感情系の欲求です。つまり、面倒なことはしたくない、楽をしたい、人任せにしたいという、脳のより原始的欲求に従ってしまう。結果的に、前頭葉の体力が落ちてくると、やればできるのにやらない人、自分を律して主体的に行動するよりも、人から命令されなければ動かない、感情系の欲求に従ってダラダラ過ごす時間の長い人になってしまいます。

すでに、脳の体力が落ちて、何をしても面倒くさいという状態に陥っている人は、小さなことでも、身のまわりの雑用を片付けることから始めて下さい。小さな雑用を毎日積極的に片付けていると、その程度のことなら面倒くさいとは感じなくなってきます。同時に、イライラも抑えやすくなる。これは脳の中で、感情系に対して思考系の支配力が強くなったことを意味しています。そうしたら、もう少し困難な問題に取り組んでいけばいいわけです。そうやって脳の体力を高めることから始めていくと、無理なく、問題解決能力の高い人になっていくことができます。

『脳が冴える15の習慣 記憶・集中・思考力を高める』築山節：著(生活人新書)

