校長室だより

第43号

三刀屋高等学校・掛合分校

令和４年６月７日

○「～切る②　切り替え　と　区切り」

総体の一コマ（男子バスケット）⇒

県総体が終わり、多くの3年生は受験モードへ「切り替え」となります。「切り替え」という言葉を使いましたが、気持ちに「区切り」をつけることとは同じでしょうか。やり切った、後悔はないと思える人は、総体を区切りとして切り替えがしやすいかもしれません。しかし、なにをもってやり切ったとするか、思えるかは人によって様々です。

私たちは、日々の生活の中でいろんな区切りをつけながら前に進んでいます。6月6日から本校では家庭学習時間調査がはじまりました。日々の振り返りをする中で、3点固定（起床時間、学習開始時間、就寝時間）の時間を同じにして、生活にリズムをつけることが大事であることに気づかせる。そうしたことも調査目的の一つです。

しかし、無理に区切りをつける必要がないこともあるのではないでしょうか。総体後の気持ちの区切りもその一つです。区切りをつけることと、そのことを忘れることとは違います。自分の中で無理に、満足できなかった結果や消化しきれない思いにふたをすることが区切りをつけることではありません。

これまでの練習や総体での結果に満足している選手とそうでない選手、レギュラー選手とそうでない選手、団体で出場した選手と出場せずに終わった選手、自分のせいで負けたと思い込んでいる選手や劣勢でも粘れた選手、強気でいけた選手と弱気で守りに入ってしまった選手、初心者ではじめた選手と中学校から続けてきた選手･･･総体後の思いは一人一人違っているはずです。

昔部活動の顧問をしていた時に、優勝候補と言われながら、団体戦の初戦で思わぬ相手に負けたことがありました。全国総体に行くことを目標に厳しい練習を乗り越えてきただけに、選手の落胆ぶりは言葉にできないものでした。あとで保護者に聞いた話ですが、帰宅後もう一度会場につれていって欲しいとキャプテンをしていた子どもに言われ、日が暮れるまで会場を見つめたまま涙を流し、声をかけることもできなかったことがあったそうです。もう一度会場に行くことで、自分の気持ちに折り合いをつけようとしたのだと思います。この敗戦は、準決勝や決勝だけを想定して練習をしてきた顧問の責任だと今でも思っていますが、生徒にとっては誰の責任かが大事でなく、がんばってきた結果とその過程、その両方が自分の目標としてきたレベルに到達できたかどうかが大事であり、過程が満足であっても結果が不満足なら、なかなか気持ちに折り合いをつけにくいと思います。結果は変えられないし、過程も変えることはできません。でも、これからのことを変えていくことはできます。

総体や部活動に残した思いがあるのなら、無理に思いにふたをして、区切りをつけたことにして前に進もうとすると、逆に前に進みにくくなることがあります。思いは、時間と共に、思い出に変わったり、より強い思いになってそれが意欲に変わったりもします。大事なことは「区切り」をつけることでなく、目の前にある次にすべきことに、きちんと取りくんでいけるように「切り替え」られるかどうかです。

私は、高校からソフトテニスをはじめ、最後の総体では団体戦の初戦でシード校に思わぬ勝利をしました。はずかしながら、公式戦で勝利したのは個人戦も含め団体戦でのその時の1勝のみです。練習もいい加減で、キャプテンでありながら楽しければいいくらいの感じでした。なので、大会前に勝ち負けを語れるレベルではありませんでした。でもその1勝で人生が変わりました。もっと練習をすればもっと勝てたのではないか。練習がいい加減だったのは、負けた時の口実が欲しかったからではないか。つまり、一生懸命やって報われないことがあることに最初から逃げたり避けたりしていたということです。そのことに気づいたのは大学受験に失敗した時です。受験勉強がいい加減だったのは、一生懸命やって失敗することを避けたからだと思っています。つまり部活動も勉強も最初から言い訳や逃げ道を用意していた気がします。

挑戦しなければ、失敗もしない。でも成長もしないし、志が低ければ努力もしない。つらい気持ちや悲しい気持ちに、無理に区切りをつける必要はないと思っています。いつか腑に落ち、自分の気持ちに折り合いがつき、そのことが意欲につながる時がきっとあります。大事なことは目の前のことに志を高く持って取り組むことです。