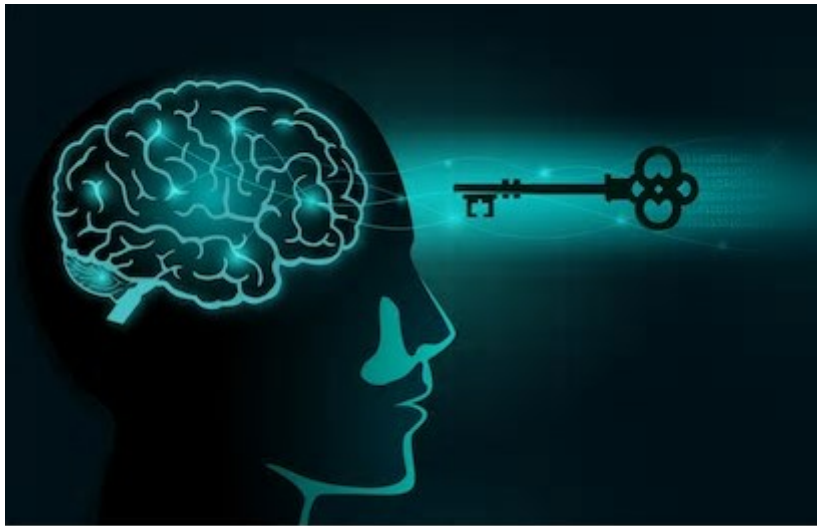


合格するための

マインド

セット

はじめに



shutterstock.com • 1537645619

あなたはメルマガを読んだり、プレゼントを読んだりして「勉強してええええええええ！」と思っていることでしょうか。それは良いことですが、もう少し待って下さい。目標達成のために必要で、超重要なマインドセットをお話します。

マインドセットって？

マインドセットというのは、「考え方」のことです。人間はこの考え方によって全力で動くので、この考え方が欠けていると、まず成功しません。

仮に上手くいったとしても、長続きしません。大学で留年したり、仕事で上手くいかなくなったりし、最終的に宝くじに当たることを願うような、一発逆転を望むことになります。

マインドセットがあれば、何をするにおいても上手くいくようになります。宝くじに当たることを願うことよりも、ずっと有効な時間を過ごせるようになります。

マインドセットの重要性が分かったところで、ひとつずつ述べていくのですが、ここで注意点。

マインドセットは一朝一夕で身につくような「知識」ではありません。マインドセットは「ものの考え方」なので、時間をかけて「**インストール**」していく必要があります。何度も読んだり、紙に書いて目に入りやすいところに貼りつけて少しずつ身につけていきましょう。

マインドセット 1：私は合格できる

「私なんかが合格できるわけがない・・・」

心のどこかでそう思っていないですか？確かに、行きたい大学を志望校にしまし
ようとは言ったので、そう思うのも無理はないのですが、残念ながらそう思っ
ているとそれが現実になります。

しかし、そう思っている人が「自分ならできる！」という考え方になるのは、
すごく難しい。それなら、どうすればいいのでしょうか。

強烈な方法を紹介します。

それは、「紙に書く」です。

考え方をを変えるには、セルフイメージから変えていかないとはいけません。初心者だと思っていると、初心者の行動をします。自分をプロだと思っていると、初心者とは違った行動をとるようになります。

受験も同じ。受かるはずないと思っている人はどうせ合格しないんだから、そんなに勉強しなくなります。

一方**自分は合格するのだ、と思っている人は、隙間時間を活用したり、健康的な生活を心がけたり、そのための行動を積極的にとるようになっていきます。**

紙を用意して、「私は～大学に合格する」と書いて下さい。それが書けたら、「未来の〇〇大生」と書いて下さい。後者はあなたの肩書きです。セルフイメージを変えてくれます。

その紙を毎日読むことで、少しずつこの考え方がインストールされ、行動に変化が現れてきます。

半信半疑かもしれませんが、これが嘘だったとしても、無駄になるのは1分と紙だけです。行動していきましょう。

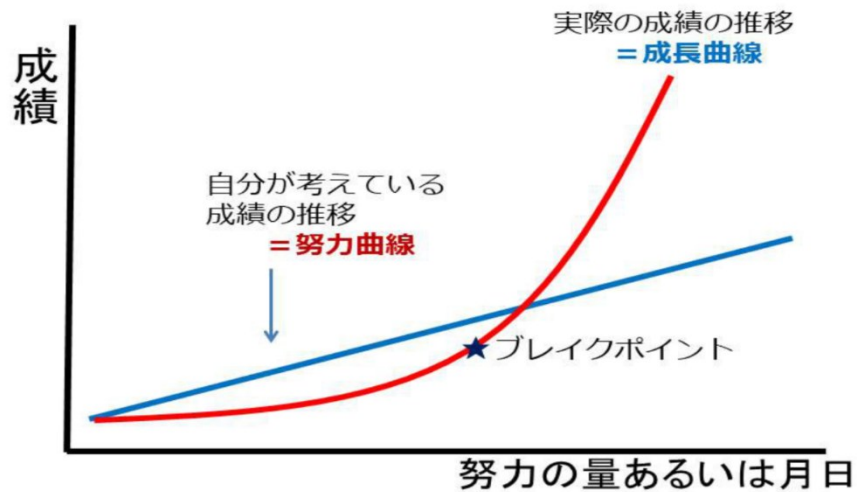
マインドセット2：継続こそ力

まず言いたいのは、一瞬にして成績が上がったりはしません。人の能力は継続することで身につき、努力の結果は後から現れます。

人の成長曲線はこんな感じ。

[成長曲線の表]

成長曲線



勉強していて、上手くいかないこともあります。

「受かる人がやっているシス単を使っているのに、センターの長文が読めるようにならない」みたいな。

暗記の仕方が正しい、文法も身につけているのであるならば、この場合、覚えている単語がまだ足りていないのです。これは継続してシス単を使って単語を覚えていき、しっかり長文読解の練習をすれば必ず読めようになるのです。

ただ、継続するというマインドセットが無ければ、シスタンを使うのを辞めて、ターゲットをやり出します。これでは絶対に長文を読めるようにはなりません。

確かに、勉強法や他の要因も考えなければなりません、「継続する」という選択肢もあるということを、頭に入れておいてください。継続せずに諦めたら、必ず後悔します。

マインドセット3：自分で考える

「これ分かりません」「助けて下さい」

という質問や声がよくあります。

質問自体は良いことです。

ただし、「これ分かりません」は適当すぎます。

勉強していて分からない問題にぶち当たることは当然です。

しかし、分からなかったらまずは自分で考えることです。自分で考えてもなお分からなければ、質問して下さい。

自分で考えた人は「私はここにこう書いてあって、こう考えるからこう思う。でも回答はこうなっている。どういうことかどうしても理解できないから教えてくれ」という自分の意見が入った質問になるはずですよ。

自分で考えるということ、頭を使うこと。頭を使わない勉強をやっているならば、大抵それは間違った勉強法です。自分で考える力は、勉強に必要な「理解力」に直結してくるので、このマインドセットがないと、勉強がどんだん的外れな方向に進んでいきます。

「考えてみよう」と一日三回思うようにしてみてください。いつのまにか自然と考えられるようになります。

勉強って何だろう



shutterstock.com • 770131126

ゴールにたどり着く（合格する）には、「試験日に合格点をとる」ことが必要になります。合格点をとるための勉強が必要不可欠になるわけですが、まずは勉強というものを理解しましょう。

「勉強」という言葉がものすごくぼんやりしているので、私のように**違う方向**にがむしゃらに走ってしまう人がいます。そのような人を救うのが私の役目です。

勉強とはなにか。勉強するというのはズバリ、「最小単位まで因数分解した要素をひとつずつマスターしていくゲーム」です。「勉強」は「練習」や「訓練」という言葉と似ています。具体的にお話しましょう。

例えば、あなたはハンドボール部のキーパーで、「レギュラーを勝ち取りたい」とします。

(すみません。私がそうだったもので．．．自分のクラブの自分のポジションに当てはめてみて下さい。)

しかし「レギュラーを勝ち取りたい」では、何をすればいいかよく分かりません。これは漠然と「頑張る！」と言っている状態です。

レギュラーを勝ち取るには、上手になる必要があります。それでは、上手になるには？やるべきことを因数分解してみましょう。

キーパーに必要なのは、大きく分けてキーピング力、遠投力の2つです。

それからさらに分解していくと、

キーピング力→瞬発力、ジャンプ力、仲間を動かす指示力、大きな声、正確な位置にたつ、正しいフォーム・・・

遠投力→コントロール力、判断力・・・

大分やるべきことが分かってきましたよね。これら全部できたら良いキーパーな訳です。レギュラーとれますよね。あとは一つ一つできるようにしていきましょう。そのために目標と手段をきめます。例えば、

「遠投上手になりたい。「コントロール力」が弱いから鍛えるために、握力を強化しよう」

「レギュラーをとるために上手になろう！」よりもずっと明確な目標と現実的な手段ができました。

これを勉強にも当てはめるだけです。世界史だったら、ストーリーを語れる、用語がぱっと思い出せるみたいな感じですね。自分で因数分解してみましよう。書けたら教えて下さい。

必要な力	身につけるための手段

終わりに

マインドセットって大事すぎるんですよ。

でもこんなに大事なことを学校は教えてくれません。

あなたがこの受験マインドを手に入れて、目標に突き進むことを願っています。