

2013年02月号TOPIC

自分の気持ちをコントロールする方法

受験生なら誰でも気になるのが、受験校の倍率です。去年低かったから、今年も低いと思ってたのに意外に高かったということもよく起こります。

高い倍率を見て、少しショックを受けるというくらいなら問題ないですが、そのせいでやる気をなくしたり戦意を喪失したりしてしまうと大問題です。そもそも受験倍率は、私たちがどれだけ努力しようが変えることはできません。どうしてもできないことに対してあれこれ悩んでも仕方ありません。

■質問

1～6の中で自分でコントロールできるものはなんでしょう？（答えは右下にあります）

- | | | |
|------------|-------------|-------------|
| 1. 明日の天気 | 2. あなたの勉強時間 | 3. テレビ局の番組表 |
| 4. 起床・就寝時間 | 5. ライバルの学力 | 6. あなたのやる気 |

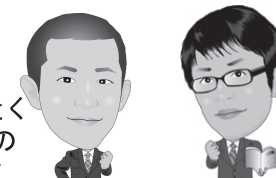
自分でコントロールできることとできないものに分ければ、世の中にはコントロールできないことが必ず存在するという事に気づくと思います。コントロールできないことはどうしようもないので、それらについてあれこれ悩むのをまずやめてみましょう。そうすると、心の落ち着きを少し取り戻すことができます。

そして、さらに大切なことは、自分がコントロールできないから受ける影響を最小限に食い止めるための対応策を考えて、準備をすることです。「倍率が高くなったらどうしよう？」という不安があるのなら、まず、それに対する自分にできる対応策を考えてみましょう。きっと「国語の漢字だけは全問正解できるように復習しよう」や「もう一度過去問を解き直して100点がとれる状態にしよう」などという対応策が浮かんでくると思います。浮かんできた対応策を実行すると、失いかけていた自信を取り戻すことができ、さらに落ち着いた気持ちで試験に臨むことができると思います。

受験シーズン真っ最中です。悔いが残らないように、最後まで全力で受験勉強に取り組んでください。最後まで「合格する！」と強く信じた人が栄冠を手にするものです。

最近のGUTS!!

2月23日に事務所を移転致します。2010年3月に名古屋駅近くの名古屋国鉄会館に引っ越して、約3年が過ぎました。その間、皆様の支持に支えられながら、少しずつ成長をさせていただきました。移転後は、事務所に塾を併設し、さらに皆様のお役に立てるようにコツコツと努力をつづけてまいります。そして、皆様と寄り添いながら、皆様に幸せを運ぶ支援者になりたいと考えておりますので、これからも何卒よろしくお願い申し上げます。



【移転先住所】

名古屋市千種区星が丘元町15番21号 第二ことひらビル4階
TEL: 0120-758-145 (052-734-4501) フリーダイヤルは変更はございません

■会員様の声 (いつもコメントありがとうございます!!)

先生のほんわかした雰囲気が、本人にとっても、家族にとっても助けになっていきます。この時期には、特に大事なことです。 (中学3年生)

→ コメントありがとうございます。受験まであとわずかですが、先生と共に最後まで精一杯サポートしていきます。

センター試験前には励ましのメールを下さり子供がたいへん喜んでおりました。勉強以外にも心を寄せて頂いて本当にありがたかったです。ここまで頑張ってくれたのは先生のおかげです。 (高校3年生)

→ 家庭教師冥利に尽きる言葉をありがとうございます。最後の最後まで諦めなかった者に勝利の女神はほほえみます。受験が終わるまで120%でいきましょう！

先月のGUTS通信、『努力なくして・・・』の言葉に感銘したらしく、切り抜き、机に貼って勉強しています。 (小学5年生)

→ 本当にありがとうございます。こう言ってもらえるとすごくうれしいです。

■各種検定試験のご案内

2013年度第1回英語検定： (受付期間) 03月08日～05月16日 (検定日) 13年06月09日
平成25年度第1回漢字検定： (受付期間) 04月01日～05月30日 (検定日) 13年06月30日
第235回数学検定(個人)： (受付期間) 02月01日～03月14日 (検定日) 13年04月14日

申込みは、インターネット、または、書店店頭にて行うことができます。

英検：<http://www.eiken.or.jp> 数検：<http://www.suken.net> 漢検：<http://www.kanken.or.jp>

定期テストなどがない時期に検定を利用すれば、勉強へのモチベーションを維持でき、目標に向かってがんばる力も育成できます。検定に申し込んで、更なる実力アップを目指しましょう。

■ガッツ家庭教師お問い合わせ先

名古屋市千種区星が丘元町15番21号 第二ことひらビル4階
TEL: 0120-758-145 (052-734-4501)

※質問の答え
2, 4, 6はコントロールできますが、
1, 3, 5はコントロールできません。