



# 羅針盤

2017年度 第4号  
都立豊多摩高等学校  
進路図書部

2017（平成29）年5月31日発行

## 『自信は「自分」で育てるもの』 養老孟司「自分の壁」より

『目の前に問題が発生し、何らかの壁に当たってしまったときに、そこから逃げてしまうほうが、効率的に思えるかもしれませんが。実際に、その時のことだけを考えれば、そのほうが「得」のようにも見えます。ところが、そうやって回避しても、結局はまたその手の問題にぶつかって、立ち往生してしまうものなのです。（中略）「自分は何も悪くないのに、厄介ごとが次々に襲ってくる」と本人は思っている、ということもあります。どこかで他人や社会との距離の取り方、かかわり方を間違えているのかもしれない。しかし、逃げてきた人には、そのことは見えない。（中略）他人とかかわり、ときには面倒を背負い込む。そういう状況を客観的に見て、楽しめるような心境になれば相当なものでしょう。どの程度の負担ならば「胃袋」が無事なのか、飲み込む前に明確にわかるわけではありません。なにかにぶつかり、迷い、挑戦し、失敗し、ということを繰り返すこととなります。

しかし、そうやって自分で育ててきた感覚のことを、「自信」というのです。』

**作者紹介**：養老孟司 1937年神奈川県鎌倉市生まれ。1962年東京大学医学部卒業後、解剖教室に入る。1995年東京大学医学部教授を退官する。著書に『バカの壁』、『死の壁』、『身体巡礼』など。専門の解剖学、科学哲学から社会時評まで多数。『バカの壁』で、話が通じない相手との間には何があるのか。「共同体」「無意識」「脳」「身体」など様々な角度から考えると見えてくる、私たちを取り囲む『壁』とは？に始まり、死に関する様々なテーマから生きるための知恵を考える『死の壁』、ニート・自分探し・少子化・男女の違い・生きがいの喪失等々、様々な問題の根本とは何か？の『超バカの壁』が三部作。このシリーズの最終章に当たるのが『自分の壁』（2014年発行）です。

### 『自分の胃袋を知る』

食べられればとても体にいいものであっても、胃袋がそれに耐えられなければ、かえって体調を崩してしまいます。勉強にしても、仕事にしても、身の丈にまったく釣り合わないような大きなものにまで手をつけると、結局は失敗してしまいます。特に、若い人は、そのあたりの加減がわからないので失敗するのもかもしれません。だから、自分の「胃袋」の強さを知る必要があるのです。

では、それを知るためにはどうすればよいのでしょうか？

やはり、絶えず挑戦していくしかないのです。

安全策を採り続けていては、「胃袋」の本当の強さもわからないし、より強くすることもできません。運動選手が体を鍛える際のことをイメージすればわかりやすいでしょう。あまりに筋肉に負担をかけ過ぎては、体が壊れてしまいますし、楽をし過ぎては成長しません。

常に他人とかかわり、状況を背負うということをしているうちに、なんとなく自分の「胃袋」の強さが見えてくるのではと述べています。

**『失敗を恐れず繰り返して、修正して、絶えることなく挑戦し続ける』**

挑戦し続けた過程(努力)の中で、自分の胃袋を理解し自分を信じるができるようになる。

その感覚や手応えが『自信』に繋がるということです。

### ☆『定期考査の結果』を振り返る

72期生は、入学して初めての定期考査でした。年間を5回に区分けして、平常授業の学習内容が どれだけ身についたのか、到達できているのかを測る（確認する）のが定期考査です。手ごたえのあった人も、うまくいかなかった人も自分なりの振り返り学習が、今後の学習に繋がる非常に重要なステップとなります。

テストを作成する先生方は、問題作成に当たり、基礎基本の習得を最も大切に、少し先の入試の基本に繋がる重要事項までを考慮して時間と労力を注ぎます。それぞれの教科・科目で、テスト範囲におけるベーシックとエッセンスが詰まった結晶が定期考査問題なのです。正解がわからなかった設問は、必ず解き直しをして正解が導けるように振り返りの努力をしてみてください。

模擬試験においても、この作業は、学力を定着させる上で重要なポイントとなります。この作業を自主的に意欲的に取り組んだ人が伸びていきます。

短時間で学習効果が絶大となるこの振り返り学習を徹底して行い、是非とも自主的に大事に取り組むことを期待します。