

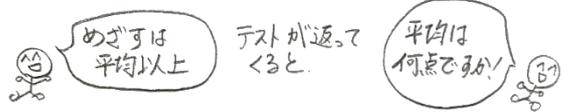


# ハシゴん桜



2021.6.14 (月) No.25 編集責任者 橋山直記

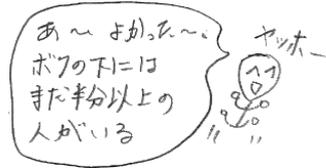
## ★平均点とは何か！？★



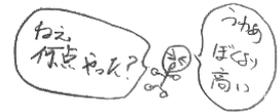
テストの目標を書くと

自分の得点が「平均点」を越えていると安心し、ギリギリでも越えているとホッとする。逆に自分の点が下回っていると、不安に包まれる。平均点は下を見て安心する数値という考え方がある。平均点にこだわっているうちは、成績は伸びない。

なぜなら、平均点をなんとか超えた人の気持ちの中に、と、安心するための数値になっていないだろう。



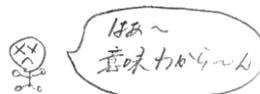
逆に平均を下回ると、周りの人に点数聞いて、自分より低い人を探したりしてないだろうか。



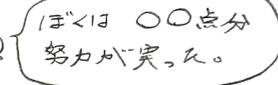
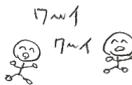
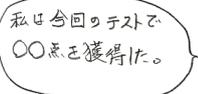
では、「平均点」をどのように考えればよいのだろうか。

ある書物によると、

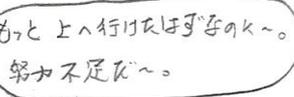
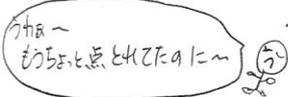
「平均点」は「得失点の見方を変える基準点」である。と



という声が聞こえてきそうだが、簡単に説明すると、自分の得点が「平均点」を下回った人はこう考えるとよいかもしいない。



これで「やればできるかもしれない」という気持ちになる。逆に「平均点」を上回った人は、安心するのではなく、



これで、次のテストのため復習に力を注ぐのだ。

つまり、平均点を越えたか、超えなかったかで、自分の点数を「得点」とみるのか「失点」とみるのかを切り替えるのだ。これだと安心感に浸ったり、油断したり、絶望感に襲われてやる気を失ったりすることがなくなるのである。かんたんに言うと、「もっとがんばらな！」というテスト終了後の理想的な気分させてくれるのである。

ほとんどの人間はほめることで伸びる。平均点を下回って、だれもほめてくれなくても、自分が努力した部分は自分でほめてあげればよい。

### 結論

絶望よりも希望の方が次のチャレンジに少しでも良い結果をもたらす

以上

## 6月の西日本新聞記事より

人生を変えたスラムの天使  
 (筑紫野市・50才)

「一人だけ尊敬する世界の偉人を挙げよ」と問われれば、迷うことなく「マザー・テレサ」の名を挙げます。最も貧しい人のために一生をささげたスラム街の天使。彼女の清貧を表すエピソードにノベル平和賞を受賞した際の言葉があります。「お祝いのパーティーはお断りします。頂いた賞金は貧しい人々のために使わせていただきます。」

私は40代の頃に重度のうつ病を患い、一日中暗い部屋に閉じこもり、死ぬことだけを考えるつらい毎日を過ごしていました。

出口の見えない真つ暗なトンネルの中で宗教に救いを求めた私はマザー・テレサの著書に出会ったのです。その中には「この世の中で一番大きな苦しみは独りぼっちでだから必要とされず、愛されていけない苦しみです」とありました。

私はこれをきっかけに徐々に立ち直りました。マザー・テレサの説く愛と奉仕を私の信条とし、遅ればせながら「利他の心」を私なりに実践しています。