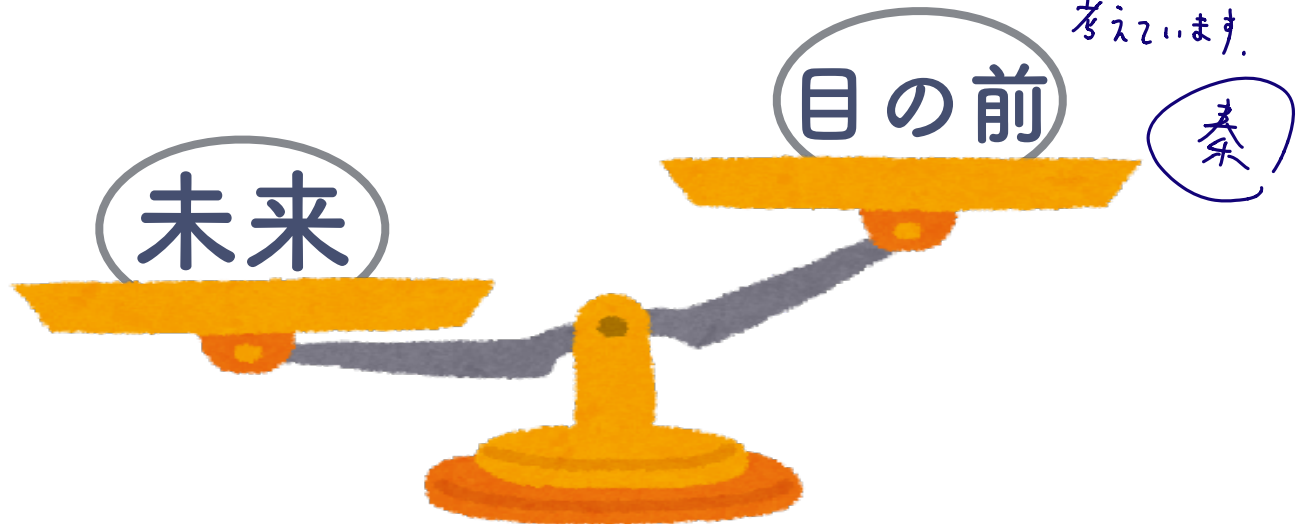


「今、ここ、自分」にとどまりがちな子供たちの視野を。

GWHR - 1 「未来」や「他人」へ広げる
手助けをすることが。

人生の成功を左右する力 ↓

HRの目的の1つだと
考えています。



「マシュマロテスト」って何？

Q:どんな実験ですか？

聞いたことはありませんか？

次ページに説明があります。

Q:この実験で、何がわかったのですか？

「将来成功するか」わかる実験！？

実験を行った ウォルター・ミシュルの

本が文庫で出ています、書名はそのまま「マシュマロテスト」

↓是非 ざらんとし。

- マシュマロテスト (https://www.youtube.com/watch?v=QX_oy9614HQ)
- 目の前のマシュマロを、15分間食わずに我慢できるか？

我慢できた4歳児



学校に入ると成績優秀



仕事でも収入が多い



我慢できなかった4歳児



成績が比較的劣る



収入も少ない



なぜ、マシュマロを我慢すると人生で成功するの？

「収入 = 人生の成功」として語るのは即物的ですが、「何事においても成功するために必要な事は何か」の一例のつもりです
(収入は人生の目的ではないので)

結果を左右したものは「意志力」

Q: どのような力か、説明できますか？

バウゼンとした
イメージでよいので、
一旦立ちどまって
言葉にしてみよう。

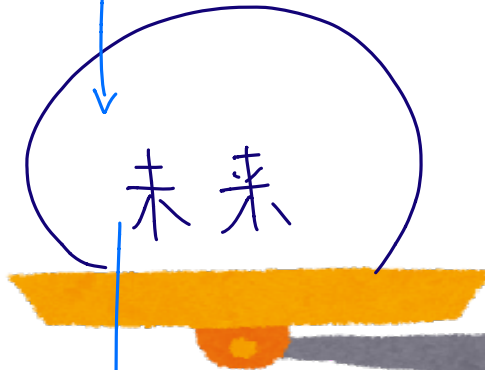
「意志力」とは

「スタンフォードの自分を変える教室」より。
読みやすい、良い本です。ぜひどうぞ。

②(後で後悔を生む行動を)

↑ やらない力

③(なりたい・叶えたい未来を)
望む力



①(-見面倒でも)やる力

未来と目の前を
比べて、

未来を取る力と
捉えています。

マシュマロテストの「コツ」

マシュマロテストに成功した子どもの工夫

- マシュマロに目を向けず、部屋の隅に隠す
- 気をそらす別の遊びをする カベのよう
見るとか
- 何度もルールを暗唱する（「我慢したら2個」）
- 絵に描かれたマシュマロだと考える

意志力は生まれつきの才能ではなく
技術を学ぶことで強くすることができる
今はダメでも諦めてはいけない！

これが重要です。

4才のときに
がまんできなかった
↓
人生オシマイだ

ではないのです。



マシュマロテストに失敗する子

マシュマロテストに失敗した子供は、何をしていたのか

- 失敗した子は、マシュマロを眺め続けた じーっと。



- 「なんで見ているの？」→「見ていたいから」「好きだから」

(マシュマロがないときに)

↳ 「お利口さんの子だったらどう思うと思う？」には答えられる

- 「隠すと思う」と言う
- でも、実際にマシュマロが目の前にあると... 「見ていたい」

「わかっていても、ついやってしまう」ものです

成功を最後に決めるのは「粘り強さ」

Q:チェスマスターのIQは高いか、低いか?

!!

Q:なぜそのような結果になるのだろうか?

高い人は最初強い。

→ 負けてやめる。

低い人は最初負けても続ける

→ ほとんど好きでないと続けられない

↓
(勝つ)

「うさぎとかめ」白。

↑
アンジェラ・ダ・マワースの
「ガリット」も
読みやすいです。
エネタの1つです。

↑
アンダーズ・エリクソンの
「超一流になるのは
才能か努力か？」も
勇気をくれます。



「誘惑に負けたとき」を思い出す

「×タ認知」の伸学会用語です
（生徒命名）

できるだけたくさん挙げましょう。 「心の監督」の出番です！



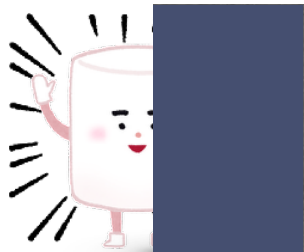
負けてしまった誘惑



やるべきだったこと

まとめ①

これまでのハローで
埋められるはずで



_____テスト...成功の鍵は_____力

Q:成功のコツは？

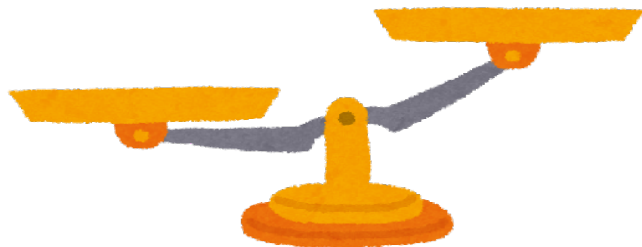
Q:どういう人が失敗する？

まとめ②

意志力とは...①_____力

②_____力

③_____力



_____と_____を天秤にかけるイメージ↑

成功を最後に決めるのは「_____」です！



「誘惑に負けたとき」に気付く「_____」を鍛えよう！

次回 GWHR - 2

一階の脳と二階の脳

