

甲府工業高校卓球部通信

目標：全国選抜大会出場（岡山県開催）

【今回の言葉】 【小さな一歩を積み重ねる】

引用文献『エッセンシャル思考』

(著) グレグ・マキューン

解 説

心理学の研究によると、人間のモチベーションに対してもっとも効果的なのは「前に進んでいる」という感覚である。小さくても前進しているという手応えがあれば、未来の成功を信じられる。そのまま進み続けようという力になる。ハーバード・ビジネス・レビューの有名な記事「モチベーションとは何か」の中で、心理学者のフレデリック・ハーズバーグは人の意欲を高める2つの主要因が「達成」と「達成が認められること」であると説いた。大人でも成長や結果が実感できると継続に繋がりますね。

静岡東部定期交流会（農林高校）

11月23日（土）



今後の予定

東京選手権予選（ジュニア）	12月7日（土）
全国選抜大会関東予選（横浜）	12月25日～27日
長野ジュニア冬季選抜卓球研修会（長野市）	12月28日～30日

編集後記

静岡東部定期交流会が農林高校体育館で行われました。山梨県上位の選手が選抜され試合を行いました。県外の選手と試合をするとお互い良い刺激になるので、これからもこの行事は続けていきたいと思います。昨年に引き続き農林高校が会場でしたが、この学校は敷地が広く探索してみると、動物が飼育され、植物が栽培されており、多様な勉強ができる魅力ある学校だと思いました。