

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

本校中・高3年 ニック あかね

私は、自制心がない方です。でも、KJの

教えをしかり守り、コツコツ積み重ねていけば、

自制心をまたえられることができました。私は

塾にいれば、集中して取り組むことができます。でも、

家にいると、なぜか、ボーっとてしまい、がまんしなくて

はいけないことも、がまんできなくなってしまします。なので、

家では、姿勢を良くすることを、まず意識してやっていき

たいと思います。毎日コツコツ続けて、受験の時だけ、

最高の状態でするようにしたいです。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。

本校 中・高3年 ニック あすけ

本当に言つてるとおり
だなと思いました。私は
よく自分のしたいことはかなりを
してしまって自制心が子供な
どあります。そうすると、
すべてがうまくいかなくなってしま
います。だから 昨日、今日と
塾超が話していたことを思つた
ながら今度からは気をつけて
いきたいです。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての感想を教えてください。

(AB) 本校 中・高3年 ニック 掛上紗矢

これまでの勉強で、姿勢を良くしたり、学習記録をつけたりしていた事が、こんなふうにメンタルへ通じているとは思ってなかった。瞑想をしていても、つい他の事を考えてしまい、意識をもどすことを忘れては、ていたので、自制心のコントロールができないかかったのだな、と思った。日々の意識を少しずつ変えていくことが大切だと分かった。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

横浜校 中・高3年 ニック ひづる

今までずっと成績に影響していることはIQアビと
思っていました。けど、それは違う「自制力」の強さ
だということを学びました。

自分はまだ「我慢すること」があまりできていません。

ケータイにかんしてはよくにぎります。箱に入れておきたい
わけぢやうことがあります。今回我慢が大事だと
学べたので意識して頑張りたいと思いました

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

横浜校 中・高3年 ニック ジョーン

この塾で今まで言って来たことが全てあては
よったのは驚きました。説明を聞いているとおり
あてはまることがなかったので「自制力無
力だ?」と思つたけど、最後の対話の話を聞
いて、「彼、審査官が結構頑張ってる」と思ひ入り
う良い気分になりました。ありがとうございます。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。

本校AP校 ④・高3年 ニック (ほうけい)

僕は、自制力がとてもなく弱くて、集中力がなかったと思いまる。どちらか、今日の話を聞いて、自制力は、鍛えられることを知ったので、姿勢を良くして、ポジティブに、日記もつけてみようと思ひます。他にも使えることがあったのを、これから使っていきたいくてます。

**塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。**

本校①中・高三年 ニック ナギト

2回にわたる塾超講座で、今まで
塾超から受けたマイニードセットが何
だ、たのかふり返るとともに、さらに理
解できました。今や、これを続けて
ればいいと聞いしても安心しま
した。僕はあまり自制力が強
くなく、何も指示されずに目の前に
ケーキがあつたら食べてしまうと思いま
す。だから今日落んだことを生かして
これがも今まじどおり続けて
いきたくなります。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

本校 中・高 3年 ニック ひな

今日はあさんぽ°をした。あさんぽ°

めいそうをして、虫や風の音が"目立つて

聞こえた。自分も自然の一部だ"とい

うことを感じ"こことか"で"きた。

長時間勉強したけれど、そんな感じ

がしないで"あ"という間に終った。

明日が"ラスト1日"から良い気づきが

で"すればいいな"と思"う。

**塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。**

ナゴヤ校 中・高3年 ニック セイヤ

自制心が勉強に勝つと聞いて驚いた
が、例えば“ゲームがある状態で、我慢して勉
強する”というのは、我慢という自制心から勉強
しないといろので、確かに納得できた。

今、この塾で行っているのはまさに、自制心の
トレーニングだと感じた。

自制心をコントロール、本番に勝てる頭
にするのは、この KJ が一步目だったかも
れない。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。

本校中・高3年 ニック りっちゃん

私はこれまで自制心がなかった。

だから凡ミスなどもったい無いミスをよし

えほつていたのかなと思つて、このマイド

セットで学べたことを最大限生かして

ミスにすぐ気付けるようになりました。あとや

けりくじは最先端な感じを感じ

た。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

名古屋 校 中・高 3 年 ニック 柊

成績に1番影響するのは自制心"の強さと
いうことを知り、自分はすぐ"にスマホを触る。
はっきり、朝早くおまでもまで寝てしまった
總是自制心"や"もへす"弱いので、言川練
をして自制心"を強めていたいと思つました。
これから毎日、日記をつけたりして"す。
毎回1週間も統計す"す"日記を書かれて
たらしちゃう"して"。今回はナメ"らす"
毎日しっかりとして、自制心"を強
めて"す。

**塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。**

本校 中・高 3年 ニック ひたよ

気持ちをコントロールする方法を

たくさん学びましたが。

点数がどれ3人は勉強だけでは

なく、日常の態度が関係していると

いうことにびっくりした。 3つめ私は

は、自分にあまり3とか多いので、テス

トで点数がとれてなかった3とか1かかった。

だから、日常の態度を意識して生活して

いきた。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。

本校中・高3年 ニック 明日來

頭がいい悪いには、自制心が

関わってくるということに驚きました。

私は自分をなかなかコントロールする

ことができなく、続けようと思ったこと

も途中でやめてしまったりと自分に甘く

なってしまう場面がたくさんあります。

なので「自制心」をしっかり鍛え、超効率

勉強法を実戦していきたいと思います。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての

感想を教えてください。

校中高1年 ニック 田村伸一 Saito
Yasutaka

この講座を通じて、自分から

どうなづきなのか? どうするのがbestなのか?

なにがいけないのか? 何それをしておかないと

具体的なにをするのが良いのか?

などなどたくさんのことが出でました

自分はKJの中でモトツッフェルの

いやダントツトップの自制心の

無いと自負して3人間ですが

逆に無いからこのことをやれば上げるという

ことが分かりましたことが明確になりました

今度は

自制心のある人間のNo.1になりたい

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての感想を教えてください。

本校 中・高2年 ニック まゆ

昨日と今日の塾超講座を聴いて、自分の自制心などについて返すことができました。私は自制心や"リラックス"、我慢する力がないなと思いました。これからは、瞑想、食べ物、マイニト"セット"などに注意していきたいです。また、思い込みで"成績"が変わってしまうことを印象的でした。これからは明るい気持ちを持ち続け、ネガティブにではなくどういったかに注目です。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。

横浜校 中3年 ニック はやし

僕は自制心にはあまりぶりふるいはない
手せんすくわらし、物に当たることが
よくありそれでも塾超の語をきて、
「」の学習法を今チで通りや
て、塾超のコードワードやMSをひ
かり自分の物に出来れば、自分
でも自制心を鍛えられると思
ました。今日きてることを毎日意
識しながら日々生活していく
たいです。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。

校 中・高 3 年 ニック ゆうすけ

私は、ニヤトルランで、疲くても、我慢して走ったり。
するので、負けず嫌いといらのもあるのですが、
自制力が強かったと感じました。なので、これから、
程度が我慢を積みかねつけたりです。
一番印象に残ったのは、姿勢をよくしたり、
日常のことを意識するだけで、成績が上
がることを知り、とても得した気分になりました。
なので、これから、絶対にじっせんしてき
たと感じました。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。

名古屋校 ⑨・高3年 ニックUSB

不安は書くと落ち着くこと 分か

かた、また、成績に一番分か

るのは、自制心 = べまんする力だと言ふ

ことを分かた。この話を聞いて、

自分は自制心が弱いことが分かた。

なぜなら

自分の思ひ通りにならかくすねてくまで

いるからである。自制心を鍛えよために

姿勢や、食事を意識して変えてみようと

思う。

**塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。**

横浜校 中・高3年 ニック 117くん

今回の講座で、自分は「自制心」か「意志力」かどちらかでなく、いやなことはにげてしまっていました。でも、成績UP、入試などに必要なことは、結局「自制心」なんだと分かったことで、いやなことからは、逃げず、姿勢、明るさ、日記(記録)などを生活に取り入れてあと約180日を過ごそうと思いました。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。

本校 中・高 年 ニック Richard

今まで、聞いたことのない言葉など
たくさんあり、これから、塾超か
ら教わることを少しづつでも実
践してみたいと思います。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

東浦中学校 甲・高3年 ニック ゆま

自分はいつも、不安なことや感じ

ていることなどをあんまり書き出せないから、

思ったことをもと紙に書き出せればいいと

思った。あと、頭が真、白になった時とかで、

いき何か考えごとをしきしきたり、成績が

上がるか下へ下り色々と考えてしまおうから、

何か考えずに勉強でやつてしまうのがいいと思ふ。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての感想を教えてください。

西茨城校 中・高3年 ニック セキユ一

いままで私は、食事のこととか勉強には

関係ないことを思っていなければならぬ。

この話を聞いて、食事の事を日記に書くとか、

姿勢をよくする、明るい気持ちを持つなど、

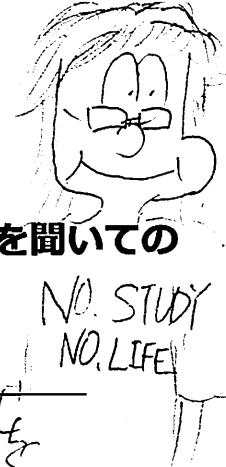
勉強に必要なことを取り入れ、成績を

上げるためにには、IQだけではなく、「自制心」

が超効率勉強法なので、自制心をコントロール

できよう、やんぱりです。

今日の
塾超走アト



塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての

感想を教えてください。

本校 中・高2年 ニック 大けし

NO STUDY
NO LIFE

この河原塾でやっていることを
くり返しやり続けて自制心を鍛え
入試で最強の授験生になつて
人生を成功したいです。

**塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。**

本校由・高2年 ニック 乙人さん

今回の塾超講座でたくさん発見がありました。

そこで成績に一番影響するのは、「自制心の強さ」という

ことについてありました。また、自制心は筋トレと同じ

くらいで鍛えられるところまでおこなうことです。

これがなければいつも岔道を気にして、自制心で走

りこえます！

私が"ランニング"しました。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

本校 中・高3年 ニック やうか

昨日に引き続き、塾超講座を学んで、たくさん知ることができた。私は前に、ライバルがいる方がいいと自分で思って仕事をやったときに成功したことがあるので、共感した。

3つの自制心訓練をすることで、自制心が強くなることは驚いた。その3つを取り入れているこの河原塾は本当にすごいと思った。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

本校 中・高 2年 ニック 遠田 脩真

このことを聞いて、初めて聞くことで驚くことが

たくさんある。特に、先延ばしのところでは、

印象に残った、自分はつかない、時間がつながらない

るので、自分で先延ばしの期間を決めるとして、

良くなるで分かったので、取り入れていまし。

自分は、自制心はそこそこあると思う。

自制心を鍛えることで、自分のためになら良い

からこそ思って、自制心を強くしていきたい。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

本校 中・高 3年 ニック はるひ

私は 全く がまん強 くて。

勉強 しないといけない 時に つい 他の事

を つくしまう。 こういう事が あります。

テストで 成績が のびない 時も、 その事で

や、こいつら が いって いるのに 「私は

全く 無 か良くながら…」 となる方向に

考へ、 結局 色々 なことを がまん出来て いました。

今日、 改めて 自制心が 必要な ということが

分かったので、 小さな ことで いつも 2~3日

や、これだけ が つい ました。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

本校 中・高 3年 ニック つうき

自転車が大好きなを聞いてとても驚きました。(かもこの
トレーニング方法がKJでやっていたいと思った。今までの
が「あるべきもしからなくて生きが、自分でやりたい」と思ってた。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

本校 中・高三年 ニック シュンキチ

僕は成績があまりよくなくどうして上がうたいいのかと思つていました。けれどこの話を聞いた一番影響するのはIQではなく「自制心の強さ」ということが分かりました。
自制心はより長くがんばることができます人がよいということなので僕はあまりがんばらなくて済んでしまし自制心は筋肉のようなものというふうで今KでやっているPMSとまったく同じことを分かったのでこれからもやり続けてトレーニングするようになります。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

本校中・高3年 ニック 梶本 正輝

今回の塾超のお話は、また、驚きの連続でした。

昨日は、「思い込み」と成績が関係していたことを知った。

それが出来た、これが出来た...と思いつつ自分がバカらしく思え

ました。そして今日は、「自制心のコントロール」が最強の勉強

法だと知りました。自分は、自制心が弱いがため

(に、部活からの切り替えが遅いのか)とわかりました。

こんなに環境のいい塾に通っているのに、もったいなことです

と思いました。ありがとうございました。

塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての 感想を教えてください。

志校 中 高3 年 ニック名

勉強に重要なことが自制力のコントロール
だ"ということを知りました。一見関係ないに
してもすごく関係があることを知った。自分
はがまん強くないと思う。

**塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。**

横浜 校 中・高3年 ニック カルビン

すす、メンタルってすごいなと思いました。

いつも、テストなどでは緊張してしまうの
ですが、緊張している時としている
い時では全然違います。

今までのことを活かして、落書きで

テストにとりかねたら良いなと思いました。

**塾超講座「超効率勉強法メンタル編」を聞いての
感想を教えてください。**

片校 中・高3年 ニック 伊人

前にも聞いたことのある内容ですが、たぶん局員

片実験、アラカルトが重要なところでした。

高1のときのアシスタントを見ていた。今、自分の中では

優先順位ばかりに太体動いていたから高1のときほど

自制心がめぐらしく、姿勢についても音楽からも少し

変わった。アラカルトは