

世の中で努力しても成功するとは限らない。しかし、成功者は、例外なく必ず努力をしている。社会(世の中)は、厳しい。だが、学習(勉強)は、適切な努力をすれば、必ず成功します。さあ、一緒にがんばりましょう。(柳 善一)

入試は近い。自分の力を信じて、他人と比較することなく、目の前の問題に集中せよ。規則正しい生活を守り、睡眠をきちんと取り、毎日計画に沿って学習せよ。結果は後からついてくるものだ。(大場 健司)

やらなかった後悔からは何も学べないが、やった結果の後悔からは多くのことを学べる。この一年で学んだ多くのことを活かして、二〇一五年も共に頑張りましょう!!(長坂 浩之)

受験の選択肢に「合格」と「不合格」の二択はありません。「合格」か「諦めるか」の二択です。諦めない心があればあなたを合格に導きます。(村田 寛之)

入試までに残された時間は少なくなりましたが、やり方次第ではまだまだ得点力は上がります。決してあきらめず、最後の最後まで正しい努力を続けてください。(村上 静馬)

いよいよ本番が近づいてきました。あせらず毎日しっかりと取り組むこと。(松永 弘文)

人は歩みをとめた時に、そして挑戦をあきらめた時に年老いていくのだと思います。受験に向けて前進あるのみ!!(上條 純一)

受験生になったとき、きみは、どういう結果を望んだか?もう一度思い出せ。毎日思い出せ。三月をどういう気持ちで迎えるのか?よく考えろ。毎日考えろ。そして、残された日々を瞬間の無駄もなく大事に過ごせ。(小林 健輔)

これまでの努力を無駄にしないよう、最後まで気を抜かず!真剣に取り組むその姿は、何にもまして美しい!!(小池 寿幸)

体調にはくれぐれも気をつけて。一〇〇%の状態を挑みましょう。(上野 真宏)

悩んだ分だけ、手を動かした分だけ確実に実になっている。自分を信じて突き進め!みんな!!(森 清志)

受験はみなさんの未来を光り輝くものにするための一つの試練です。地に足をつけてコツコツと進んでください。(岡本 武)

「試験を受けるのは誰だ?自分という存在はちっぽけだから、世の中を変えられない。でも、自分のことならば変えられるのだ。さあ、ペンを握れ!」(関 憲吾)

この大変な日々も、試験当日には心強いお守りになります。(船木 政子)

このニュースを読んだらまたすぐ一問しっかり解くこと。決意も大切だが、実行はもっと重要。シャーペンの先から煙が出るくらいガリガリ解くこと!!(五日市 浩)

追い込まれている、このピンチを、成長するチャンスに変えるのだ!!(大久保 宏美)

友達、ライバル、家族、先生。受験は一人じゃない。最後まで一緒に頑張りよう!!(上田 悠介)

嬉し泣きをするか、悔し泣きをするか。今は辛いと思います。が、皆さんには仲間がいます。辛いときこそ声をかけ合って、残りの日々を大切に過ごしましょう。(池田 恵理)

最もつまらないと思うのは人との約束を破る人ではなく、自分との約束を破る人だと思えます。ただ、もし君に「合格するんだ」という強い気持ちを自分と約束ができるなら、合格は君の手の届く範囲にあるだろう。(松尾 裕史)

決戦の日が迫っています。過去問研究(傾向分析と対策)と基礎の確認(テキスト、問題集などの定着)を焦らず怠らず積み重ねること!あとは冬期講習を有意義に活用し、自分を信じて打ち込む気迫で勝負!!(高橋 力)

受験生への



メッセージ

「負けて悔いなし」「爽やかに散る」新聞等でよく見かける言葉だが、私の経験上そんな風には思いません。一度もない。激しい後悔が残るだけ。最後まで頑張った皆さんには必ず合格を勝ち取ってほしい。(瀬野 武士)

本当にその学校へ行きたいなら、ゴチャゴチャ言わずに、本気でやるしかない!自分で決めたなら、最後まで貫き通せ!!(高野 陽介)

誠心誠意をもって問題に取り組もう。入試まで残り短いですが、一問一問でいいいに。(本多 隆範)

「困難は分割し、一〇〇で割ったそのひとつを今実践する」のがうまくいくコツです。そして、いつも合格しよう。上機嫌な自分を保つことこそ、全力を注いでください。(大山 司)

半年ですが、今まで一緒に頑張ってきましたね。「あれだけ頑張ったのだから!!」と入試当日の自信につながるように毎日コツコツ積み重ねよう。そして結果は一緒に受けとめよう。「もう少し頑張れば良かった!」と後悔するような学習は積み重ねないように切に願います。(関野 光希子)

「できない」理由を考えるな!どうしても「できない」「かを考えなさい!」「できない」と思っても「できる」と思っても、描いた未来は現実になります。あなたがあなた自身の手で、描いた夢を掴み取れますように。(櫻村 公太)

入試は目前。今自分ができる一つ一つのこと集中して取り組もう。結果は必ずついてきます。(服部 恵治)

どうすれば志望校に合格できるのか。自ら考えて実践しよう。受け身の姿勢では何も得られませんよ。(高寺 大介)

この講習の成果で受験結果が決まってしまうことでしょう。人生が決まると言っても過言ではありません。だからこそ、「One more set!」です。このような努力の結果、君たちは合格発表の後にこう称賛されるはず。「Good job! You win! Victory!!」。(山崎 将之)

もうすぐ受験のシーズンがやってきますね。志望校合格、その目標達成に向けて日々努力を重ねていると思います。受験まで残された時間を大切に、全力でがんばってください。(比嘉 あかね)

受験まで残りわずか。ここでの頑張りが本番での自信に繋がります。試験中、解答に迷いたくなかったら、精一杯勉強を頑張ろう。(矢上 有一)

副教材・宿題・過去問:解いた分だけ必ず知識になっていきます。入試までの残りの期間、皆さんが笑顔で春を迎えられるように一緒に頑張りましょう。(浅岡 茜里)

努力をしても、結果が出るまでに時間がかかります。努力した自分を信じて、最後まで諦めてはいけません。もうすぐ扉が開きます。頑張れ!!(澤田 秀樹)

「今歩くのをやめれば、明日から走らなければいけない。」焦らずに、毎日一歩ずつ踏みしめていきましょう。(中野 桃花)

山高み 雲井に見ゆる 桜花心のゆきて 折らぬ日ぞなき 凡河内躬恒(古今和歌集より) 諸君が納得できる結果が出せますように!!(鮎澤 崇嗣)

入試に強くなる心の作り方 (大学入試で三日連続で白紙答案の人が立教合格)

●高三生との面談は、多い人で年に十回を超える。そのとき意外と多いのが、「チキンハート」の苦しみだ。模試という模試でもいつも頭の中が真っ白。今まで、模試でも入試でも力を発揮できたことはない。定期テストでも手がふるえる……。本当に残念だ。こういう人は、これからもずっとテストの度に失敗を重ねていくはず。少し可哀そうでもある。

●さて、ここでそういう人のために一つだけ事例を紹介しよう。もう十年以上経つ。二月のある日、高三女子が眼に涙をうかべて青白い顔で塾に来た。友人がつきそっている。「どうしたんだ?」「今日入試だった。」「今日で三回目。三回とも白紙で出した……。明日、立教……。もうだめだ……。」「友人が口を出す。「先生!知らなかったの!この人は人一倍心配性なんだから。定期テストでも手がふるえるんだから……。」「意外だった。しっかりと勉強していたし……。模試もまずまず。過去問もとれているし……。」「ごめん。本当にごめん……。とにかくこっちは来い。」「空き教室に入れて、それから……。」「ここからは長くなるので省略するが、結果は立教大学合格。本人は、後日、何事もなかったかの如く、顔を出した……。●本題に入ろう。どうやって彼女は入試に臨んだのか?二時間かけて気持ちを聞き、全て書き出して、仕分けをしそれを一個ずつ整理していったのである。そして、当日の気持ちの持ち方を一緒に作り、「セリフ」として何十回も言わせた。当日Aの状態になったらこうする、Bの状態になったらこうする……。彼女のような例は他にいくつもある。そこから、浮かび上がってくるのが、「心の作り方」だ。ここから、全身全霊をかたむけて読め。

●①不安で勉強できないというキミは本当にそれでいいのか?そんな過ごしかたをするためにこの一年を過ごしてきたのか?よく考える。

②不安で勉強できないというキミが本当に望んでいることは何か?キミはもう忘れてしまっている。全力を出して合格することではないのか?毎日全力を出して合格すると十回唱えろ。

③きみの不安は全て想像だ。不安に思うことは正しいが、それをひきずるのは自分の願望を裏切ることだ。

④終わったことを反省はしてよいが、それをひきずることは自分の願望を裏切ることだ。

⑤テストのとき「高得点をとろう。」「早く読もう。」「速く解こう。」「落ち着こう。」「と思うのは、自分の心の中で自分との戦いを始めることになる。

⑥「頭が真っ白。」「緊張して何も考えられない。」「とパニック。ここで決めゼリフがある。

⑦「落ち着こう。」「集中しよう。」「と思うのは逆効果。「頭が真っ白になるのも緊張するのも自分の性格だから仕方ない。とにかくやってみよう。そのうち集中できるだろう。」「といいきかせるのである。これは、自分で作ってもよい。そして何十回も毎日口に出して言うのである。そうすれば、当日そのように行動できる。

⑧「解けない問題があるとパニックで残りの問題もボロボロになるのは、受け方が下手だ。」

⑨「腕時計を忘れるな。」

⑩鉛筆、消しゴムはたくさん持っていけ。(中学生は定期・コンパスを忘れるな!)

⑪トイレは早めに行く。テスト直前に行くて混んでいたら?あきらめて我慢するのは最悪です。テスト開始に多少遅れても済ませるべき。我慢している状態では解けません。また、大学入試でトイレ休憩ペーパーがなかったという事態がありました。ポケットティッシュは多めにポケットに入れておくこと。

⑫あがつてしまったら、必ず作業する。言葉で自分を落ち着かせようとしてもムリ。手をさすったり、体操したり、手をふったり、深呼吸をしたり、文房具の手入れをしたり。作業に集中することで落ち着きます。

⑬はつたりと負けない。「できたぞ。」「やさしかったよな。」「おれ満点かも。」「と大きな声で周りを威圧する人がいます。無視。流されてはいけません。

⑭傾向が変わったら大チャンス。みんなビビります。当然、あなたもビビります。大事なのは、その先。みんなビビって頭の中が真っ白のはず。だから、「みんな点は伸びないぞ。自分はず。落ち着いて、とれる所を確実に解いて、合格に近づこう。」「と考えるのです。おぼえておいてね。

⑮保冷剤は役に立ちます。頭がポーンとなったとき、休み時間に、首やほっぺにあてるとすっきりします。

⑯3教科あれば1教科、5教科あれば1教科や2教科失敗するのは当たり前。

⑰昼食後、眠くなる人は、食べるものを工夫する。給食のあとの5時間目に眠くなる人は、テストのときも同じことになります。昼食をゼリー・プリン・みかんなどに代えると、かなりよくなります。これも模試のときから練習すること。

⑱会場は暑すぎたり寒すぎたりすることがある。暑いときは上着など脱げるように、また寒いときはカーデガンを着たりホッカイロを使ったりできるように準備していくこと。

⑳残された模試の回数は少ないと思いますが、模試のときも必ず右のことを読んで、覚え込んで行くこと。本番に備えての練習です。

★大学受験・高校受験の当日の注意★

①「頭が真っ白。」「緊張して何も考えられない。」「とパニック。ここで決めゼリフがある。

②「落ち着こう。」「集中しよう。」「と思うのは逆効果。「頭が真っ白になるのも緊張するのも自分の性格だから仕方ない。とにかくやってみよう。そのうち集中できるだろう。」「といいきかせるのである。これは、自分で作ってもよい。そして何十回も毎日口に出して言うのである。そうすれば、当日そのように行動できる。

③「解けない問題があるとパニックで残りの問題もボロボロになるのは、受け方が下手だ。」

④「腕時計を忘れるな。」

⑤鉛筆、消しゴムはたくさん持っていけ。(中学生は定期・コンパスを忘れるな!)

⑥トイレは早めに行く。テスト直前に行くて混んでいたら?あきらめて我慢するのは最悪です。テスト開始に多少遅れても済ませるべき。我慢している状態では解けません。また、大学入試でトイレ休憩ペーパーがなかったという事態がありました。ポケットティッシュは多めにポケットに入れておくこと。

⑦あがつてしまったら、必ず作業する。言葉で自分を落ち着かせようとしてもムリ。手をさすったり、体操したり、手をふったり、深呼吸をしたり、文房具の手入れをしたり。作業に集中することで落ち着きます。

⑧はつたりと負けない。「できたぞ。」「やさしかったよな。」「おれ満点かも。」「と大きな声で周りを威圧する人がいます。無視。流されてはいけません。

⑨傾向が変わったら大チャンス。みんなビビります。当然、あなたもビビります。大事なのは、その先。みんなビビって頭の中が真っ白のはず。だから、「みんな点は伸びないぞ。自分はず。落ち着いて、とれる所を確実に解いて、合格に近づこう。」「と考えるのです。おぼえておいてね。

⑩保冷剤は役に立ちます。頭がポーンとなったとき、休み時間に、首やほっぺにあてるとすっきりします。

⑪3教科あれば1教科、5教科あれば1教科や2教科失敗するのは当たり前。

⑫昼食後、眠くなる人は、食べるものを工夫する。給食のあとの5時間目に眠くなる人は、テストのときも同じことになります。昼食をゼリー・プリン・みかんなどに代えると、かなりよくなります。これも模試のときから練習すること。

⑬会場は暑すぎたり寒すぎたりすることがある。暑いときは上着など脱げるように、また寒いときはカーデガンを着たりホッカイロを使ったりできるように準備していくこと。

⑭残された模試の回数は少ないと思いますが、模試のときも必ず右のことを読んで、覚え込んで行くこと。本番に備えての練習です。

(小林(健))