

燃えろ！受験生！

● ついに受験シーズンに突入。中学生は私立入試、高校生はセンター試験と、大半の受験生がすでに最初の受験を経験したはず。感想はどうですか？うまくいった人、失敗した人。頭が真っ白になった人。ケアレスミスを重ねた人…。様々でしょう。全てよし。まだこれからです。ようやくきみ達は本当の受験生になったばかりなのだから。

① 受験の苦しきから逃れる方法が二つだけある。

一つは受験しないこと。もう一つは、何の努力もしないで合格できる所に進学すること。どうだい？勉強がイヤだとか、受験が大変だとか言っているキミ。この二つのうちのどちらかを選べばいいじゃないか？

② 目標をもたないことは、自分への裏切りだ。

①のどちらかを選べと言っても、実は、きみ達は納得しないだろう。そうなんだ。きみ達はぼやきながらも、本当のところ「目標に向かって進む人間でありたい」と思っているのだ。そして、「楽をしたい」とか「さぼりたい」という気持ち(これを気分という)よりずっ

と深い所で、「目標を達成すること」を願っているのだ。これを願望とよぶ。

③ 気分ではなく、願望に従って行動する。

さぼるのは簡単である。しかし、さぼり続ける受験生はどんどん表情が悪くなる。さぼった後、いつも自己嫌悪におそわれる。「勉強したくない」という気分にならされて「目標を達成したい」という願望を裏切っているからである。気分は裏切つてよい。しかし、願望を裏切つてはいけない。

④ 不安は絶対に消えない。

目標高き時、必ず不安も共にある。例えば、部活の試合で、相手が明らかに弱小であると

★受験当日の注意★



- ① 腕時計を忘れるな。
- ② 鉛筆、消しゴムはたくさん持っていけ。
- ③ 定規、コンパスを忘れるな。(中3生)
- ④ トイレは早めに行く。テスト開始の直前は混みます。
- ⑤ あがってしまったら、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。
- ⑥ 傾向がかわったら、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。
- ⑦ 保冷剤は役に立ちます。頭がボーッとなったとき、休み時間に、首やほっぺにあてるとすっきりします。
- ⑧ 5教科あれば1教科や2教科失敗するのは当たり前。合否は、失敗したことをひきずらないで、他の教科をきちんと解けるかで決まります。

き、対戦することに何の不安もないだろう。

ところが、相手が強敵で勝てるかどうか分からない時は、不安になる。勝ちたいと思えば思うほど不安になる。目標に向かうということは、常にこういうことなのだ。不安は絶対に消えないのだ。では、不安に負けそうになつてしまっているキミ。もう負けてしまっているキミ。どうしたらいいのか？

⑤ 不安を大きくしなければ生きられる。

決して消えることのない不安であるが、付き合ひ方が一つだけある。それは、不安を大きくくしないようにすることだ。不安が、大きくならなければ、戦っていける。目標に向かつて今日を生きていける。

⑥ 不安を大きくしないためには、願望を大事にし、やるべきことをきちんと続ける。

これが、不安と付き合っていく唯一の方法だ。願望と不安は、表と裏の関係なので、表にあたる願望を毎日思い出し、「やるべきこと」という栄養を与え続けなければならないのだ。不安を消そうとしてはいけない。「不安を抱えつつやるべきことをやる」これが唯一の望ましい在り方だ。

⑦ 心配性のキミ、傷つきやすいキミは行動で自分を支えろ。

人間はやっかいな生き物で、ちょっとしたことで傷ついたりする。他人から言われた一言が耳から離れなかつたりする。大事な時に、パニックになったりもする。そういうことを何度か経験しているキミ。このままでは、一生繰り返していくことになる。で、提案。イヤ、命令である。心配になったとき、傷ついたとき、即行動しろ。毎日の生活でイヤな気持ちになったら、すぐシャワーを浴びる。そうすれば、イヤな気分はとんで、自分の願望と向き合えるようになる。弱気になったら、志望校を見に行く。家から近いときは、毎日行ってもよい。五分お祈りをして帰ってくるだけでよい。軟弱泣き虫高慢さぼり屋のA子さんは、毎日志望校を見に行つて、目標に向かう努力屋に変身した。毎日見に行くうちに、

「この学校に合格したい」が「自分はこの学校に入ることになっていく」に変わったらしい。大学受験生は、距離が遠いので、時間のロスが気になるかもしれないが、往復の電車の中は、暗記物がやれるわけだし、実質的なロスは一〜二時間で済む。週に一回見に行くだけでも随分と変わるものだ。但し、朝八時に家に出て、昼頃には帰宅して勉強に入れるようにすること。

⑧学力も得点力も入試当日の朝まで伸びる。

きちんとしたやり方で勉強を続ければ、学力は着実につく。だから、やり続けること。一方で、得点力は学力より分かりづらい。勉強しているのに、点が伸びないと悲しくなる。でも、あきらめる必要は全くない。つまり、得点をする力というのは、学力がついたあと模試や入試問題を前にして全力をあげて戦う中でゆっくと身についてくるものなのだ。

●以上だ。新しい自分に会うために、勇気を出せ。
(小林)

過去問の重要性

●過去問を解く第一の目的は出題形式と傾向をつかむことです。出題が記述式なのか選択式なのかによっても勉強のやり方は違ってくるのです。それぞれに対応できるように訓練をやっておかなければ合格点は望めません。

例えば、大学受験の数学においては、センター試験のような誘導型のマーク式、私大で見られるマーク式、それと記述式の三つの場合が考えられます。時間制限のある入試では、これらへの対応は当然変わってきます。数学的な言葉を用いるならば、マーク式の出題に対しては、必要条件で突っ走ればよいのです。図形問題ならば、特殊図形で処理すれば簡単に解ける問題も数多くあります。これなどは、出題形式の違いによる極端な例ですが、出題形式と傾向を知らずに受験するなどというのは論外です。

●第二の目的は、過去問を解くことによつて現在の自分の学力と合格ラインとの差を確かめ、残り期間でその差をうめていく作業を集中的にやることです。自分の受験校の出題に合わせて弱点・盲点を確実に補強していくのです。過去問で弱点・盲点が発見されたならば、これまで自分が解いてきた問題集等その部分は集中的に復習をやるべきです。ここまでの作業をして初めて過去問を解く価値が生まれてきます。受験において過去問に勝る参考書はないということを肝に命じましょう。
(村上)

冬来たりなば...



●明るい未来を描けないとき、人は苦しい。曇る。こもる。暗くなる。

●「この苦しさに耐えれば何かいいことがあるのか。」答えはないかもしれないに人は耐える。

●「冬来たりなば、春遠からじ」

耐えしのぶことの価値は世界共通らしく、日本のことわざだと思っていたこの言葉は、イギリスの詩人の詩の一部であった。冬が来たということは、やがては春が来るということ。寒く厳しい冬を耐えしのげば、そのあとには必ず暖かい春がやってくる。陽光あふれる春を想って、この目の前の苦しみに耐えよう、という意味であろう。

●しかし人の苦しさは様々だ。「本当に何かが変わるのか?」と思いつながら、「この忍耐は何かを建設しているのか? 未来につながるっているのか?」と不安を抱えながら耐える日々は、身も心もすり減っていくようで本当に苦しいものだ。

●学生時代、部室に飾ってあった「忍耐」という二文字の額(諸先輩の記念寄せ書き入りでした)を、新任の顧問の先生が、「忍耐には価値がある。そして美德だ。否定はしない。でも気に入らん。」と言って、部室の片隅に追いやったときは、少なからず驚いた。「特定の状況から抜け出さずにじっとしているのは建設的ではない。創造的ともいえない。環境に適応しすぎた種は淘汰される可能性も高まる(生物の先生でした。『赤の女王仮説』というらしいです)。動け。考えろ。耐えながらあが

け!」と語っていたのを思い出す。

●あまりにも当たり前だが、「冬」の後に「春」が来てくれるのは、地球が動いているからだ。公転平均速度29.78 km毎秒というダイナミズムで。もし動くのをやめたら(それは困るが)春は来てくれない。

●続けてもつと当たり前のことを書くが、君たちが挑む入試とは、「入学試験」のことだ。卒業のための試験ではない。出口でオロオロするのではなく、入り口に飛び込んでいくのだ。未来に飛び込んで行くための挑戦なのだ。今、君たちが苦しいとしたら、その苦しさは、きつと未来を切り開くためのものだ。だから、耐えながらも動いて欲しい。地球のようにダイナミックではなく、小さな我々は、小さなことをきちんと、手近なことをきちんと丁寧に、目の前の一題をしつかり丁寧に。

●冬来たりなば、春遠からじ。春の前には冬がある。見方を変えると、苦勞するからこそ、いいことが待っていてくれるのかもしれない。先人が言うには、チャンスはピンチの顔をしてやって来るもの、らしい。

●この春の桜は今までと違って見えるはずだ(たぶん、きっと)。桜のころにはいつも思う。

彼ら彼女らも(君たちのことだよ)この花を見ているだろうか、と。どんなふうにもその目に映っているのだろうか、と。
(五日市)

