

教務だより

2016年1月号
茗溪塾

茗溪塾教務部 03-3659-8638

受験は心の勝負です。

茗溪塾塾長 宇野雅春

いよいよ受験が始まりました。中学受験はすでに12月から始まっていましたが、ここに来て埼玉県 全寮制 千葉県 東京都と受験が続きます。高校受験は、1月17日の千葉県私立から始まって都立 県立と3月頭まで続いていきます。大学受験も1月17日のセンター試験から3月国立後期まで、長い受験の日々が続きます。

ただ試験が続くというだけでなく、合格してさっさと決まってしまう人、なぜかなかなか実力が発揮できず、延々と受験が続いていく人…順調な人はごくわずかで、それなりに苦しい局面を経験する人も少なくありません。合格がポンポンと出るわけもなく、友達や家族も含めていろいろな状況が生まれるという点で「不合格」では、心が乱れます。不合格というのはどうしても自分が拒否されているもしくは否定されたように感じるものなので、このことでさらに不調になる人もいます。

実力が足りなかったのであれば、あきらめもつくけれど、うまく調子が出なかったということは悔しい限りです。わかっていたのに間違えたというようなことです。

極端な言い方かもしれませんが、受験はフィギアスケートに似ています。最近の大ニュースで羽生結弦選手の異次元得点がありました。いろいろなプレッシャーをより良い緊張に変えてマイペースを貫くというのは非常に難しいものです。そういう心の強さを支えているのが、厳しい練習量ということにもなるのですが、実際にはとても普通の人には無理なことだと思います。もっと頑張れたはずなのだと思う人は多いかと思いますが、受験が始まったら、過去のことにとらわれたり悔いたりすることも、有意義とは言えません。

とにかく最善を尽くすこと。気持ちを強く持ちこの受験の時期をやり抜くことが必要です。そのために以下のことをお勧めします。

- ① くよくよしない（どこかで吹っ切ること。考えてもどうしようもない）
- ② 予定している受験校はきちんとすべて受けていく（状況が悪い時は先生と相談も）
- ③ 引きこもらない（できるだけ教室にきて勉強すべし）
- ④ 最後まで受験をやりきる…繰り返し合格が来ることもある
- ⑤ 受験の時も力は伸びる（1つでも2つでも「わかった」を受験の最中でも追求）
- ⑥ 前日はあまり長く勉強はしない。早めにリラックス（やったことだけが印象に残り正確に文章を読まない勘違いにつながる。できたつもりでできていない。）
- ⑦ ミスをしないが基本（わかっていることをちゃんと得点する。）

自分の力が出し切れた時は、後悔はしない。フィギアスケートのジャンプミスのように、いつもはできているのについ…というのがなければいいということなのです。そもそも「受験は心の勝負」そしてそれが自立への第一歩です。困難が大きいほど乗り越えた時の価値は大きい…そしてそれが君たちの受験生活の集大成になります。