

## 挑戦すると決めるまで

B氏（10代男性）

僕は、受験を控えた高3の冬に不登校気味になりました。原因は受験です。僕は進学校に通っていて、どの大学に進学するかにとっても大きな価値が置かれていました。

具体的には、秋ごろに勉強を続けるのがきつくなってきて、段々ゲームなどに逃避する時間が長くなり、夜更かしが増えてしまったこと。そして、学校の志望調査で僕の意思表示がうやむやで、先生とトラブルになったこと。志望というものをないがしろにしていたのかもしれませんが。優等生キャラで通ってきた僕にはかなりきつい出来事でした。

家では全く勉強せずにゲームで現実逃避に走っていました。なげやりな気持ちでした。病院に来たのは1月中旬ごろ。親からカウンセリングを勧められたのがきっかけでした。健介先生や心理士さんに話を聞いてもらえて、少し楽になりました。

2月3月は少しだけ学校に行けて、行けなかった日も読書に充てて有意義にすごせました。ここで自分が将来何をしたいのかを考え始めることができたのだと思っています。

さて、この年度は、大事をとってレベルを落として受験し、合格できました。色々な人たちから祝福を受け、少し特別な気分でした。

大学入学後、一か月程度通いましたが、高校と比べて個人の自由度が高いことに適応しきれずに再び不登校になってしまいます。

家ではこの疲れを癒しつつ、将来の自分について考え始めました。旅行にいたり、本を読んだり、日記を書いたりしながら。

こうして生活するなかで、僕は大学受験に未練を感じていることに気づきました。レベルを落として受験した結果、自分の学力に見合う大学に挑戦できていなかったのです。そこで僕は東京大学を受験したいと思いました。現役のときに受験を考えていたからです。親とも相談して、病院に通いつつ予備校に通う生活が始まりました。

受験はやっぱりきついものですが、予備校に毎日通い、比較的安定して勉強できたと自負しています。ここで大事だったのは志望が固まっていたことだと思います。

現役のときは志望があやふやで、やるべきことがはっきりしませんでした。大学によって受験科目数や科目ごとの配点が異なり、勉強の優先順位が異なるからです。

一方今年は志望がはっきりひとつに定まっていました。これによって勉強すべき科目がわかりやすくなります。やることが決まっていれば、計画も決めやすく、この日はこれだけやればよいという目安も出しやすいです。この目安を満たすことができればその日は満足して終わることができる訳です。これは、志望だけでなく一般の目的にも当てはまることが多いと思います。また、志望が固まることはそう簡単なものではありません。

僕は東大受験にたどり着くまで、半年ほど読書などに費やす時間が必要でした。

これはきっとすごく贅沢なことなのだと思います。なかなかできることじゃないです。

2020年6月  
第22回 思春期の心の講演会、相談会  
回復体験発表②

だからと言って、無理やり気持ちを決めることも無理です。決まったと思っても実は決まっていなくて、あとでぐらぐら揺れちゃうと思います。大きな決断になればなるほど、ちゃんと時間をかけて悩みぬくことが大事なんだと思います。

最後に、受験は人生のゴールではありません。これからも、自分のやりたいことを考え続け、その達成に向けて努力できるようにしたいです。