

第 578 回：【1 年生向け】入学直後に気をつけたいこと（DM）

みなさんこんにちは。「LA」毎週月曜 12:00~15:00 担当、博士課程 2 年の DM です。前回に引き続き、どうぞよろしくお願いいたします。

今回のお題は、「【1 年生向け】入学直後に気をつけたいこと」です。

4 月になって、外大にも、新入生らしい学生たちを見かけるようになりました。「私にもあんな時期があったんだな……」と懐かしく思います。

私の思う、「入学直後に気をつけたいこと」は、「緊張や不安に備えること」です。具体的には、「物事の順序や優先順位を見失わないこと」です。

新しい生活が始まって、環境が変わると、不安や緊張を抱えるものです。私は九州の出身で、地元を出て、一人暮らしをはじめ、新しい人たちと交流するようになりました。何もかもが新しいことづくめに思えました。何から手をつけていいものやら、不安でした。

ただ、今になって思えば、そんなに緊張しなくてもよかったんじゃないかという気がします。地元を出て一人暮らしをしてみると言っても、外国に行くわけではないのだから、生活スタイルを変える必要もない。心配すべきは、むしろ、自分の健康状態や、自分の貯金残高。大学で新しい人たちと会うと言っても、同じ大学の似通った環境に所属しているのだから、無理に気構える必

要もない。

そう思うと、もう少し落ち着いて生活できたんじゃないかな、という気もするのです。

これは勉強でも同じことです。自分にとって難しい課題が、全体から見れば、実は、そんなに大事な課題ではないかもしれない。「できませんでした」のひとことで済むかもしれない。もっと大事な課題があるかもしれないのに、或るひとつの課題ができないという「不安」にばかり時間を費やしてしまうとすれば、それは勿体ないことです。「不安」が強くなると、優先順位が滅茶苦茶になってしまうのです。

大事なものは、物事の順序を見失わないことです。苦手であっても、訓練することで、その力を自覚的に身に着けることができます。自覚して身に着けた能力は、自分で制御することができるので、生来の能力よりも役に立つことがあります。

入学直後は物事の優先順位を掴むのが大変です。新しい環境に身を置くことになるからです。その不安を解消してくれるのは、ただ、日々の経験から学んでいくこと、それだけなのです。

つまり、入学直後で一番大事なものは、「毎日を楽しんで生活すること」、なのです……！

今回の「LA 通信」は以上です。次回もどうぞよろしくお願いいたします。