

希望や目標を追い求める予防焦点傾向の人

第20期生 新田 奈央

「なんでそんなに自分に自信がないの？」私が現状を過剰に悲観して1人であたふたする度に母から言われてきた言葉である。私は昔から極度の心配性だった。大きなイベントが近づくと、何も起きてないのに悪い想像を膨らませ、何か重大な選択を迫られると、失敗する可能性が低い選択肢を吟味して事なきを得ようとした。このままではダメだと頭では思っている、染み付いた思考傾向は簡単には変えられず、ただ時間だけが過ぎていた。

そんなときに出会ったのが小野ゼミだった。オープンゼミに参加し、模擬ディベートをしている先輩方の姿を見て、このゼミに入れば自分も変わるかもしれないと直観的に思った。「引っ込み思案で自信がない自分を変えたい。」これが、私が小野ゼミを志望した理由である。小野ゼミへの入ゼミは、当時の私にとって、一世一代の大勝負といっても過言ではないくらい大きな決断だった。

自分の中で相当の覚悟をもって入ゼミしたつもりだったが、小野ゼミの多忙さは想像を遥かに超えるものだった。活動開始直後から、コトラーやビジコンのアイデア出し、ディベートの準備など、次から次へと山のようにタスクが積み重なり、終わりの見えない作業に追われる日々が続いた。時間的余裕をもって物事に向きあってきた私は、あまりのタスク量に案の定キャパオーバーとなり、活動が始まって早々に数日ゼミから離れることを余儀なくされた。自分の無力さを痛感する気持ちの余裕もなく、何もしなくても涙が流れるほど精神的に追い詰められたのは、人生で初めての経験だった。

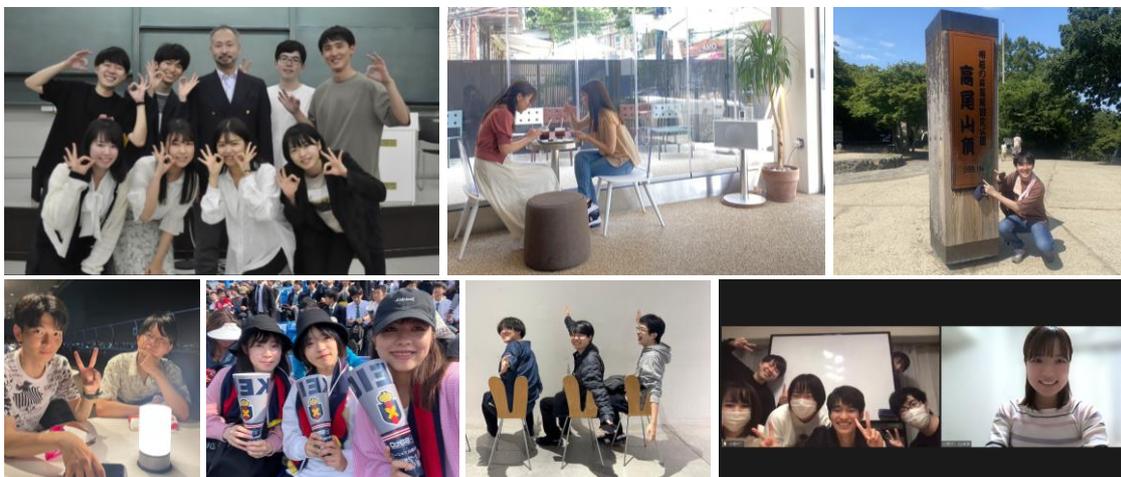
春学期後半には、入ゼミ前からお世話になっていた先輩の影響を受け、小野ゼミのメイン活動を主導する三田論代表に立候補した。春学期前半の反省を活かして自己管理をしつつ、活動全体のスケジュールを提示し、同期にタスクを割り振りながら活動を進めた。しかし、初めての研究活動は困難の連続であり、次々に発生する課題を迅速に対処できず、結果的に目標日までに論文を完成させることができなかった。先生や先輩方に昼夜問わず多大なご尽力をいただき、同期にも連日寝る間を惜しんで作業してもらったにも関わらず、期待に応えることができなかった自分の能力不足を痛感し、深く落ち込んだ。小野先生に「論文は間に合わないからマケ論のプレゼン準備に移りましょう。」と電話越しに言われたときの、申し訳なさや悔しさがぐちゃぐちゃになった感情を、私は一生忘れないだろう。

上記以外にも、小野ゼミでの2年間で、私は数えきれないくらいたくさん失敗をした。しかし、小野ゼミでの失敗は、入ゼミ前の自分が失敗に対して抱いていたネガティブなイメージとは全く異なるものだった。失敗の原因を考え、自分の足りない部分に向き合い、同じ失敗をしないように対処法を模索する過程は、間違いなく私を一回りも二回りも成長させてくれた。そして、失敗を重ね、試行錯誤を繰り返し

た先に辿り着いた成功体験は、これ以上ない大きな自信となった。それだけではない。小野ゼミで経験した様々な活動を通じて、私は、今まで気づかなかった自分の良さもたくさん知ることができた。細かい作業が得意で、書式チェックや資料の体裁を整えるのに向いていること。精神面は激弱だけど体力面は比較的丈夫で、寝不足や徹夜が続いても案外ピンピンしていること。苦手だと思っていたリーダー役やアドリブも、頑張ればそれなりにできること。やっぱり超がつくほどの慎重派だけど、だからこそ自分のことを頼ってくれる人がいること。などなど。小野ゼミに入ゼミする前は、自分に自信がなく、自分に対する評価も後ろ向きになることが多かったが、自分に対する理解が深まったことで、自分自身を前向きに捉えることができるようになった。良さも欠点も全部認めたくて、自分のことを受け入れることができるようになったのは、不必要に自分で自分を追い込む癖があった私にとって、本当に大きな変化であり、小野ゼミの活動を通じた一番の成長といえるだろう。

このような自己成長や成功体験は、私 1 人だけの力では決して成し得ず、私に関わる周囲の皆様の支えがあったからこそ成し遂げられた。最後になったが、2 年間お世話になった方々への感謝を綴りたい。まず、小野晃典先生。精神的にも能力的にも未熟な私のことをいつも温かく見守ってくださり、優しく、時には厳しく指導して下さったこと、本当に感謝しています。三田の2 年間で小野ゼミ生の 1 人として過ごすことができ、本当に良かったです。次に、大学院生と第 19 期の先輩方。全ての活動において、昼夜問わず何度も相談に乗って下さり、また、私が個人的に辛い状況にあったときにも心強い励ましの言葉をかけて下さり、本当にありがとうございました。そして、21 期のみんな。自分がどれだけ力になれたかはわからないけど、先輩として頼ってくれて嬉しかったです。来年以降のみんなのさらなる成長を楽しみにしています。最後に、20 期のみんな。みんながいたから私は最後まで頑張れたと思っています。みんなが同期で良かったです。疎遠になったら悲しいので卒業後も会ってください。笑

小野ゼミでの 2 年間は、間違いなく今後の人生において大きな糧となる密度の濃い時間となった。慎重さや計画性など、心配性な性格から生まれた元からの長所はさらに伸ばしつつ、小野ゼミで培った自信と挑戦心を新たな武器にして、卒業後の社会人生活も精進していきたい。



スマホのアルバムにあった思い出の写真たち