

時間配分

皆さん、こんばんは。今朝は6時30分に家を出ました。雪がうっすらと屋根にかぶっており、深夜に小雪が舞ったのかと思わせるような風景でした。本日は、救急救命士国家試験の模擬試験でした。実際の国家試験は3月12日ですが、その1か月前に実際の会場で模擬試験が行われました。



今日は「時間配分」についてメッセージを伝えたいと思います。先にも書きましたが、今日、救急救命士を目指す学生たちは、試験時間と言う制限と戦いました。救急救命士国家試験は午前中に200問を2時間40分で解かなければならず、時間制約がかなり厳しいのです。既に練習を重ねているため、さすがにこの時期に「時間が足りませんでした」と言う学生はいません。しかし、昨年末の模擬試験では、「時間が足りませんでした」と言う学生が少なからず発生しました。

模擬試験を受験した全ての学生が「時間が足りない」のであれば、模擬試験に何らかの問題がありそうですが、半数以上の学生は解き切っていました。と言うことは、時間が足りなかったと言うのは、準備不足であろうと考え、当該学生に接します。昨年末、私は、時間が足りなかったと言った学生に、「試験、突然終わられたの？違うよね。」と声をかけました。続けて、「時間が足りなかった訳ではなく、時間内で解く練習が足りなかったのでは無いか？」と聞きました。救急救命士を目指すのは生命健康科学部スポーツ保健医療学科の学生です。練習の大切さを自らの競技体験から理解しています。この学生に私は「練習でできない事が試合でできるの？」と聞きました。学生は、「そうだった」と言う顔をしました。そこから、時間内で問題を解く練習が始まりました。この練習を重ねた事により、時間内に見直しまでが完結する事ができました。練習の威力を再確認する事ができました。

時間に関しては皆さんも良く耳にする言葉があると思います。それは、「時間は平等」です。どの国でも、全員に平等に与えられています。今回取り上げている国家試験に限らず、大学入試においても、時間はどの受験生にとっても同じです。上手に使う事ができるか、無駄に使ってしまうのか、この点は極めて重要な事だと思っています。今日から1か月後に本番を迎えます。救急救命士に合格すべく、1か月という時間を管理し、練習を続けて欲しいと思います。

実は、国家試験勉強を通じ、時間との勝負を練習している事にもなります。時間配分(タイムマネジメント)も人間力の一つだと思います。国家試験勉強に限らず、全ての学生の皆さんが時間を管理し、自分の時間を支配できる人間力を身につけて、自信を得て欲しいと思います。

先日、コモンズである学生と面談しました。その学生も、「時間が無い」「忙しい」と口にしていました。半ば時間に追われ、パニックになりそうだと感じるほどでした。しかし、その学生の目的意識ははっきりしていたので、私は面談の中で、考え方を試してみてもどうかと提案しました。具体的には、「1時間しか練習できないから足りない」ではなく、「1時間しかできない練習にしてみてもどうか」と転換することで。要するに、1時間と1分はできない様な中身の濃い練習をすることです。制約が多いからこそ、自分たちなりの時間配分(タイムマネジメント)の工夫ができるのです。

しかし、どんなに練習や準備をしても、全て上手く行く訳ではありません。練習や準備をしても、思わしくない結果になってしまったら、自分の練習や準備に足りなかったものは無かったかと自問し、次に活かして欲しいと思います。

最後に、陽のあたる場所は暖かかったですが、日陰はまだまだ寒い一日でした。まだまだ北風も吹く事でしょう。どうぞ体調管理には十分気をつけて、春を迎える準備をしてください。