

二〇二〇年度 総合学力評価テスト 読解表現総合

最初に、以下の注意事項をよく読んでください。

1. 問題冊子は監督者かんとくしゃの指示があるまでは開いてはいけません。
2. 監督者の指示にしたがって、解答用紙に受験番号と氏名を記入してください。問題冊子は受験番号のみを記入してください。
3. 試験問題の内容に関する質問には答えられません。それ以外の用事があるときは手をあげてください。
4. 受験中気分が悪くなったときは、監督者に申し出てください。
5. 解答用紙は持ち帰らないでください。
6. 漢字で書くべきところは漢字で書いてください。

受験番号

次の文章を読んであとの問いに答えなさい。

プレッシャーに弱いというのは対人関係の問題です。失敗したらどうしようと、多かれ少なかれ他人の目を気にしているからこそ、プレッシャーを感じるのです。

例えば、人前で話すことになった時には緊張します。誰もいないところで練習する分には緊張しない人でも、人前で話す時は緊張してしまい、しどろもどろになってしまいます。誰もいないところでは緊張する必要がありません。それでも、今はたしかに一人で原稿を読む練習をしているけれども、明日はたくさんの人の前で読むのだと思った途端、まだ先のことなのに、しかも今は実際には他には誰もいないのに、次の日に人前で原稿を読むことを意識して緊張してしまいます。また、試験の時に緊張して普段の力を発揮できない人もいます。

なぜこんなふうになるのでしょうか。二つのことが考えられます。一つは、失敗した時のために予防線を張っておきたいということです。緊張していたのでいつもの力を発揮できなかったといえるからです。しかし、これは本当ではありません。普段の力を出さないようにするために緊張するので。さらに、なぜ普段どおりの力を出さず、出せなかったことを緊張のせいにするかといえば、普段の力というのが、自分でもそれほどのものではないと思っっているからです。力を出し惜しみしているのではなく、自分には力がないと思っっているのです。しかし、現実の自分から出発するしかありません。

このようなことは、サーカスの綱渡り芸人が、失敗した時に備えて、命綱をしてさらに下に綱を張っておくようなもので、事に着手する前に、失敗した時の衝撃を最小限に食い止めることばかり考えているのです。もちろん、綱渡りの時はそうすることは絶対必要ですが、試験や対人関係で失敗することは、できれば避けたいですが、失敗したからといって致命的ではありません。試験に落ちても再挑戦すればいいのであり、誰かを失言で怒らせてしまったら謝ればいいのです。謝っても関係を修復できるかどうかはわかりませんが、人とつきあう時にはこんなことも当然ありうるわけです。

失敗するくらいなら最初から挑戦しない人があることもわかると思います。何もしなければ評価を怖れる必要がないからです。「やればできるのに」といわれた人は、「やればできる」という可能性を決して現実のものにしようとはしません。

緊張することのもう一つのわけは、他者を「仲間」と見ていないということです。アドラーは他の人は必要があれば援助してくれる「仲間」だと考えました。緊張してうまく話せなくても、誰もその人のことをばかにしたり、軽蔑したりはしません。むしろ、心の中で声援を送りませんか。自分がそうなら、他の人も同じように思っっていると見ていいのです。こんなふうには思えれば、プレッシャーを感じて、緊張する必要はないことがわかります。

ところで、プレッシャーに打ち克つにはどうしたらいいかということですが、プレッシャーを感じてはいけないうわけではありません。たしかに試験の時にあまりに緊張すると、日頃の実力を出せないということではありますが、多少のプレッシャーがあるからこそ、普段以上の力を発揮できるのです。受験生が自分の部屋で一人で過去の入試問題を解こうとしてもたいていの場合、むずかしく思え難儀するものです。プレッシャーもない代わりに、試験

の時のように緊迫感がないので、時間内に何としても解いてやろうという気迫に欠けるからです。そのため、問題のむずかしさに圧倒されてしまいます。ところが、本番の試験では緊張はしますが、常より力が出せるといいうのも本当です。

私は教えている看護学生には厳しい話をします。看護師に失敗は許されないので、学校の試験であれば六十点をとれば及第ですが、満点をとってほしいですし、試験に出なくても、講義の時に聞き逃し知らなかったために致命的な失敗をしてほしくはないのです。そのためには、常に適度のプレッシャーを持っていることは必要だと思っております。

私は長く入院していたことがありますが、点滴の薬瓶をセットする時、フルネームで名前を確認したのは決まってベテランの看護師さんでした。仕事に慣れるとプレッシャーは減りますが、そのことがミス誘発するのでは困るのです。

このプレッシャーが長く続けばストレスになるかもしれませんが、人間はまったくストレスがないところでは長生きすることはむずかしいのではないかと私は考えています。過度のストレスは生きるエネルギーを奪うことになりませんが、ストレスがあればこそ、生きづらくはあっても、生きる喜びもあるのです。

(岸見一郎『困ったときのアドラー心理学』(中公新書ラクレ)より)

- *1 アドラー……オーストリア出身の精神科医、心理学者。
- *2 難儀する……苦しむこと。なやむこと。
- *3 及第……試験に合格すること。
- *4 講義……大学などで行われる授業のこと。

(1) —線部①「二つのこと」とあるが、この二つのこととはどのようなことですか、六十字以内で説明しましょう。

(2) —線部②「サーカスの綱渡り芸人」と③「ベテランの看護師さん」の例はどのような内容を表していますか。それぞれに適したものを選んで、記号で答えましょう。

②サーカスの綱渡り芸人

- 1 緊張してもいつもの力を発揮して成功していることの例。
- 2 失敗したときの衝撃を最小限に食い止めて成功することの例。
- 3 失敗しても致命傷ではなく、再度挑戦すればよいことの例。
- 4 物事を行う前から失敗に備えることを重視することの例。

③ベテランの看護師さん

- 1 日頃の実力がプレッシャーのために発揮できない例。
- 2 プレッシャーが減ることでもミスが誘発されてしまう例。
- 3 適度のプレッシャーを持つことが必要だという例。
- 4 プレッシャーが長く続くとストレスになりうる例。

(3) 筆者はこの文章の中で、緊張やプレッシャーはストレスとなって生きづらくなるが、喜びもあると書いています。あなたは、緊張やプレッシャーがあった方がよいと考えますか、ない方がよいと考えますか。その理由と自分の体験をあわせて、あなたの意見を書きましょう。

※次の内容ときまりにしたがって四百字以上五百字以内で書きましょう。

《内容》

- 1 緊張やプレッシャーはあった方がよいと考えるか、ない方がよいと考えるか、自分の意見を書くこと。
- 2 その理由をはっきりと書くこと。
- 3 自分の体験を書くこと。

《きまり》

- 1 題名は書きません。最初の行から書き始めます。
- 2 各段落の最初の字は一字下げて書きます。
- 3 段落を変えたときの残りのマス目は字数として数えます。
- 4 「、」や「。」や「かっこ」なども一字に数えます。ただし、「。」と終わりのかっこは同じマスに書き、一字と数えます。
- 5 最後の段落の残りのマス目は字数として数えません。

