

## Broaden your horizons ～さあ、視野を広げて!～

気温がぐっと下がり、いっきに秋めいてきました。食欲の秋ですが、今年は3密を気にして少人数で噛み締めましょう。

新型コロナウイルス禍の中、大学の後期授業が始まりました。全て対面にする大学や、ウェブ中心の大学など、総合大学が薬科大学がでかなりばらつきが出ています。ただ、共通して感じていることは、大学内の成績の格差が広がったこと。真面目な学生はどんな環境でも勉強を継続しますが、やれない学生の場合は先生が目がさらに届かないようになり、授業を聞いていない学生が出てきて、成績の差の広がったように感じます。また、直接受講しなくても済むために地元が遠い学生は帰省してしまい、管理が大変とのことでした。

さらに心配なのがメンタルです。メンタルの強さは天性の才能ではなく、身に付けるスキルです。失敗しても「勉強になった」と思い、困った状況でも「面白いことになってきた」と無理矢理にでも思うことから得られるスキルなのです。そして、スキルは自分が得ようと思わないと身に付きません。

ただ言えることは、メンタルが強いほうが生きやすいはずですよ。自分のメンタルは自分で守らないといけません。「人間万事塞翁が馬」。幸せが不幸に、不幸が幸せに転じることがありますので、メンタルを鍛えるきっかけだと思って苦境を乗り越えていきましょう。

メディセレスクール ファウンダー 児島 恵美子