

2023年6月報告書

呉 悠

もくじ

1. はじめに
2. 授業
3. 大学の好きなところ
4. 後悔と、罪悪感
5. さいごに

1. はじめに

大学生活の半分が終わり、最近大学愛が溢れて止まらない呉です。今回は2年春学期の様子をお届けします。

(時々 高校生の方から「報告書がモチベーションになってます！」と連絡いただけて嬉しいです。いやいやそんな恐縮です、もっと言ってください)

2. 授業

前の学期は必要以上に固定観念に囚われて自分を苦しめてしまっていたので、今学期は”No pressure, take it easy”を目標に掲げ、満点をとるための勉強ではなく理解するための勉強をするように心がけました。また、自分の理想に実力が追いつかない浮遊感を少しずつ減らしていくために、一般教養はお休みして専攻である心理学とCSの授業を中心に取りました。

- Physiological Psychology

今学期の推し授業はこちら！！生理心理学とって、人がものを感じている時や行動をする時に頭や身体の中でどのような変化が起こっているのかを学び、「人はなぜ眠るのか？」「どのようにして特定の精神症状が出るのか？」といった疑問に迫っていきます。中高では生物苦手キャラとして「シナプス？なにそれおいしいの？」と物化選択にした私ですが、教授の教え方が楽しすぎて、真剣にこっち方面の進路ありだなあと考えるくらい自分にとって変化を与えてくれた授業でした。

今書きながら授業中のわくわくを思い出して心臓がばくばくしてます。副腎からアドレナリン出ますかねえ。

- Psychopathology

精神病理学とって、うつ病やパーソナリティ障害などの精神疾患について、前職は数学教師で現在は実際にカウンセラーとして働いている教授(キャリアパスかっこよ！)から学びました。

受験のエッセイにも書いていたくらい楽しみにしていた授業で、実は最初自分の期待していた感じと違って居心地が悪かったりもしたのですが、最終的には日本よりもメンタルヘルスについての認識が進んでいるアメリカの現状を知ることができてとても良かったです。(食堂や道端で普通にADHDや双極性障害の話が聞こえてきます。日本でももうちょっとメンタルヘルスについて語りやすくなるといいなあ)

あとディスカッションで朝9時から激重トピックについて話せちゃう博識ギャルなクラスメイトたちもかっこよかったです。私も博識ギャルになりたい。

- Introduction to Computer Science 2

Javaのイントロです。週末に無心でコードを書く時間がチルくて良かったです。

- Computer Systems

アセンブリ言語やC言語を使いながらコンピュータの基本的な仕組みを学ぶ授業です。最初は分からないことだらけで(マイナス23℃の冬のボストンで)涙を流しながら課題に取り組んでいましたが、途中で教授がハリーポッターに出てきそうなビジュをしていることに気づいてから私は Hogwartz で呪文の解読法(プログラミング言語)を学んでいるという設定にしてモチベーションを上げました。このハリポタ勉強法を取り入れた結果(なのかは知りませんが)、わからないとすぐイラつくせっかち人間だった私が、学期末にはどこがわからないのか・どうやったら解決するかを粘り強く考えて自分で試行錯誤することができるようになった気がします。

一見嫌なことでも、じっくり取り組んでみると意外と成長していてちょっと好きになってくるのだなあという発見がありました。

- Probability in Computing

数学の確率の授業です。最初は「なんだこれ高校数学じゃーん」と油断していたら後半で急に難しくなり出してびびりました(アメリカの大学あるある)。オフィスアワー等と一緒に問題を考えてくれたクラスメイトや教授・TAの方々には大変お世話になりました。

- Global House: Exploring Cultures & Languages II

前学期に引き続き、同じ寮に住みながら文化というレンズを通して人々と関わっていくコミュニティのディスカッションの授業です。公式のイベントやディスカッションももちろんですが、夜中にたまたま廊下ですれ違ったメンバーとお互いの国の伝統と革新について話したり、部屋でルームメイトと国ごとの男女格差について語り合ったり、同じ寮に住んでいるからこそできるたわいのない会話が自分の価値観形成に大きな影響を与えているように感じます。

3. 大学の好きなところ

私事で恐縮ですが、ちょっとここで大学への愛と今学期の学びを語らせてください。

- ちゃんと自分ごととして学んでいるからこそできる会話

ご飯を食べながら私がCS関連でシステムの話をしたら、国際関係専攻の子が政治的な側面からサイバーセキュリティの重要性について語り、生物系専攻の子が遠隔手術ロボットについて語ってくれる、みたいな、それぞれが自分の興味がある分野を主体的に大学で学んでいるからこそ、会話を通して違う専攻の人から新しい視点を得られる時間がとても好きです。

世界にはまだまだ私の知らないことがたくさんあるのだなあと刺激を受けると同時に、私も自分の学んでいることをうまく説明できるくらい頑張りたいなとモチベーションが高まっていました。ありがとう。

- 一人で抱え込んでいた感情を外に出してもいいんだ、という安心感

私はアメリカに来る前の18年間日本人に囲まれて日本で育ってきたのですが、そこで我慢するのが当たり前だと思っていたことが実はそうではないのかもしれない、と思えるようになりました。例えば私は外国籍として生まれたから日本人のような権利がないのは当たり前で、この孤独感は一生涯一人で抱えていくものだと思っていたのですが、移民大国であるアメリカでは似たように所属感のない人たちが自分なりの落とし所を見つけて多様な生き方をしていることに気づきました。また、日本で自分が女性であることに対して無意識に覚えていた劣等感や違和感にも気づき、どうやったら現在の日本の素敵な文化を保ちつつも、社会から貼られるラベルによる生きづらさを減らしていくことができるのだろう、と考えるようになりました。

性別や国籍の話をするとうすぐ叩かれるし追い出されるので今までは大好きな日本のみんなに嫌われるのが怖くて言えなかったのですが、日常のどんな側面でも自分が抱いた違和感に対して「なぜ私は今嫌な気分になったのだろう？」「どうしたら良くしていけるだろう？」と一度立ち止まって向き合ってみることで、そしてできれば周りの人と共有し合っ互いにまずは受け入れてから一緒に考えていくことが、自分自身や周りの人がより生きやすくなるためにも大切なんじゃないかなあと思うようになりました。(←心理学の授業にめっちゃ影響された人。興味ある方は認知行動療法と調べてみてください。)違いを排除して結果的に損するのは排除した側なのかもしれません。

ちなみに私は自分のことを話すのがあまり得意ではないので、note(<https://note.com/foryourself>)に思ったことを書くようにしています。そこから「それ実は私も思ってた！」「これってあまり理解できなかったんだけどどういうこと？」と今まで知らなかった友人の新たな側面を知ったり、互いの価値観の更新につながったりするので、自分のやりやすい方法で自分のことを発信していくのはおすすめです。(もしこの報告書きっかけでnoteなど始めたら教えてください！読みに行きます 2eyecontact@gmail.com)

4. 後悔と、罪悪感

上に述べたように今学期は素敵な人たちに恵まれて人間関係は充実していたのですが、その分自分自身に関して嫌になることが多くありました。

- どんどん実世界と離れていく罪悪感

今の私は恵まれすぎている。奨学金をいただき、まだなにも成し遂げていない私に色々な方から物理的・精神的にサポートしていただき、世の中には目の前の生活で精一杯な人がほとんどな中で私は学業に集中することが許され、夢を語る事が許されている。

今学期は特にそういった罪悪感に苛まれ、罪償いとして勉強をしていた側面があったように思えます。運良く機会に恵まれた側の人間として、私は社会に何ができるのか。これからたとえどれだけ自分が幸せになったとしても、私はこのことについては考えて行動することをやめないようにしたいです。私の過去の苦しみは、今他の誰かの苦しみでもあるかもしれないので。

でも、恵まれているからといって罪悪感で自分を縛る必要はなくて、自分にできることを自分なりのやり方で一歩ずつやっていけば良いのだと思います。

- 道に迷いすぎている

考えすぎてしまうあまり、ただがむしゃらに本能で動くことがあまりできなくなってしまうました。まあそういう時期があってもいいかなとは思いますが、あまり迷いすぎると全てに対するモチベーションを失ってしまうので、とりあえず来学期は何に対して何のために頑張るかという大まかな方向性は決めておきたいです。そのために夏休みは一旦「将来のためにやっていた方が良さそうなこと」を捨てて、わくわくの原点を探しに色々試してみたいです。

過去に同じような悩みを抱えていた方がいらっしゃれば、アドバイスいただけると嬉しいです...

5. さいごに

アメリカに来てからの2年間でここまで自分が変わるとは思っていませんでした。今後も良い方向には変わることを恐れず、自分や世界と向き合い続けていきたいです。

いつも支えてくださり刺激をくださる財団の皆さま、一人じゃなんにもできない私をいつも言葉やその生き様を通して励ましてくれる家族や友人たち、この報告書を最後まで読んでくださったあなた、いつも本当にありがとうございます。