

「とても成長できた海外研修」 Aさん

私はこの海外研修に参加して本当に良かったと思っている。はじめは応募するかどうか悩んでいた。海外は行ったことがなかったし、英語を使ってコミュニケーションをとれる自信がなかったから。でも、将来この経験が何かで役に立つかもしれないと思い応募した。校内選考があったためダメ元で挑戦してみたら参加出来ることになった。参加するからには本気で挑んで沢山のことを吸収して帰ろうと意気込んでいた。研修の前に何度か事前学習や集まる機会があり、そこで個人の目標を立てたり、グループで目標を立てたりした。そのため、研修では初日から目標を達成しようと頑張ることができ、とても密度の濃い日々を過ごすことが出来た。

SMUの大学生との観光では、最初は自分の英語が合っているのかと不安になり、大学生が言っていることに相槌を打つことしかできなかった。その日のフィードバックではグループで振り返りをした。その時に、「私は今日は全然だめだったな。もっと積極的に英語を話さないといけない」と思い、次の日の目標は積極的に自分の意見を言うことにした。また、その後、添乗員の方と引率の先生から話があった。添乗員の方からは、1分1秒も無駄にしないで欲しい、限られた時間の中で毎日目標を立て挑戦する。きっとこの研修も将来何らかの役に立つはずだ。そう言っていた。また、引率の先生からは、今日大学生の情報をどれだけ知ったか聞かれた。名前や、なぜその大学に入ったのか、なぜその学部に入ったのか、将来の夢は何なのかなど、あなたはどれくらい知ったのか？私は大学生の名前しかわからなかった。すごく後悔した。先生は、大学生の生の情報を聞いてほしい、大学生の生の情報はネットで調べても出てこないと言われた。その反省を生かして、次の日からは大学生の情報をできるだけ聞こうと言う目標も立てた。

3日目からはNUSの大学生とSDGsやグローバルリーダーについて考えを深めた。ただ、テーマが難しかったこともあり、なかなか自分の意見を言うことができなかった。そもそもの質問の意味がわからず、内容が難しく、自分の意見がうまくまとまらないことも多かった。わからない単語を現地の大学生に聞いても、とても早い英語でかえってくるので結局意味がわからなくて、そのままわかったことにしてしまうこともあった。その一方で、同じグループで積極的に意見を発表できている人もいて、焦ってしまっていた。個人的にこの日が一番しんどかった。英語を話そうとしても、返ってくる英語が分からなかったり、発表しようとしても、緊張してできずいたり、理想の自分とかけ離れていてその日のセッションが終わる頃には疲れて歩くのもしんどかったし、とても落ち込んでいた。でも、その日のフィードバックで、グループで振り返り、目標を立てて次の日はもっと頑張ろうと思えた。私の目標は変わらず、積極的に自分の意見を発表することだった。

4日目は前日の反省を活かして、積極的に発表しようと心がけた。わからない単語もわかるまで何度も聞いたし、初めて知った単語をノートにメモなどして記録することもできた。どんどん理想の自分に近づけていることを実感してワクワクしていた。その日の夜は高津高校の卒業生で、シンガポールで働いているOさんからのお話を聞くことができた。私はこのプログラムがこの海外研修の中で一番印象に残っている。特に印象的だったのは、Oさんの考え方。今までたくさんの仕事を経験された方だが、仕事を選ぶときに大事にしているのはその仕事に面白さがあるかだそう。私は一歩踏み出す前に、ぐるぐる考えてなかなか踏み出せないタイプなので、この考え方ができるような人になりたいと思った。また私は一歩踏み出したおかげでこの海外研修に参加できたので、挑戦することの大切さを身をもって実感す

ることもできた。だから一歩踏み出すことは、今後の人生においても大切にしていきたい。またこんな話もあった。自分の性格で嫌だなと思うところがあっても、見方を変えればそれが良いことになったりする。同じことも見る視点によって変わる。私はこの話を聞いて自分の短所だと思っていることも自分の強みに変えることができるのだと知って、少し自分に自信を持てた気がする。また、困難にぶつかったときどうやって乗り越えますかと言う質問に対して、Oさんは困難だと思ったことがないとおっしゃっていた。そんなに難しいことは起こらない。少しのトラブルがあっても何とかなる、そうおっしゃっていた。なんてかっこいい考え方なのだろうとびっくりしたことを覚えている。でも、考えてみれば確かにそうだなと思った。自分にとって乗り越えられないと思うようなことも結局は何とかなってきたなと思った。私はまだ16年しか生きていないから、この先まだ何かあるかわからないけど、この考え方を大切にしていきたいと思った。また、海外で働いていて大変なことはなんですか？という質問に対して、Oさんは無いとおっしゃっていた。何とかなると。しかし、Oさんの知り合いの海外で働いている日本人の方の意見としては、日本人と仕事をするのが一番大変なことであると話されていた。その理由として、日本人がいることにより、文化的な先入観や価値観が先行し、柔軟な発想や創造的な仕事が難しくなることがある。日本人はこうあるべきであると言う考え方は、時と場合によっては価値があるとも言えるが、その反面に、柔軟な思考力には影響することがあると感じた。また、最後におっしゃっていたことが、私はとても印象に残っている。「人はそんなに自分のことを見ていない。仕事をしている上で、悪意を向けられても、それは仕事をしている私に対してのことで、個人の1人の人間としての私に向けられているものではない。」この言葉が私がこれから大切にしていこうであろう言葉。この研修で最も印象に残っている言葉。このプログラムを終えた瞬間、私はこの研修に参加してよかったと心の底から思えた。

5日目は4日目よりさらに積極的に発表しようと心がけていた。誰が発表する？という質問に対して手を挙げてみんなの前で発表することができた。また、その日はSDGsについてのグループでのプレゼンと自分の目標についての個人のプレゼンがあった。とても緊張して、うまく発表できるか不安だったけど何とか頑張って発表することができた。その日のセッションを終えた後、一緒に参加していた、先輩から「めっちゃ発表してたやん」と言ってもらえてすごく嬉しかった。

6日目は、2日目に一緒に観光してくれた。SMUの大学生ともう一度会う機会があった。2日目よりもたくさん話すことができ本当に成長を実感した。その日は帰国する日だったので、自分の成長を実感した。嬉しさとシンガポールで出会った人たちとお別れで寂しい気持ちとが混ざっていた。

はじめての海外で慣れないこともたくさんあった。最初は早く帰りたいと思うこともあった。食べ物が口に合わなかったり、日本語が全然聞こえてこなくて不安になったりしたけど、海外の文化に実際に触れて感動することもたくさんあった。また夏休みの1週間をこの研修に使うことができ本当に良かったと思う。1週間日本にいなかった分、宿題が進んでおらず、日本に帰ってからは毎日焦っていたけど、1週間日本にいて宿題をするだけの日々とシンガポールで海外の文化に触れて英語を使って現地の人とたくさん話して、毎日目標を立ててそれを達成しようと努力した1週間では、シンガポールにいた1週間の方が何十倍も成長できたと思う。シンガポールではたくさんの人と出会ったすべての人が本当に良い人だった。みんな共通しておっしゃっていたのは挑戦することが大切だということ。私も実際にこの研修に参加して挑戦することの大切さを学んだので、今後悩んだときは挑戦する方を選んでいきたいと思う。また実際に海外の人と過ごしてみて感じたことがある。日本人は控えめで自分の主張を抑える傾向があるが、諸外国の学生さんたちは自分の考えを適切に表現するまたは主張する機会が多かったよう

に思えた。私も限られた単語でコミュニケーションをとっていたが、重要なことは言語のみならず伝えようとする意志やジェスチャーや身振り動作を含めた広い意味での言語を使うことにより、自分自身想像していたことよりも、コミュニケーションが図れたと感じている。こんなにも自分の成長を実感したことは無い。何度も言うがこの研修に参加できて本当によかった。

もし、海外研修に参加しようか迷っている人がいたら、一歩踏み出して、挑戦してほしいです。絶対にこの経験は役に立つと思うし、行かないと得られないものがあると思います。不安に思っても何とかなるから大丈夫です。経験は宝物です。