



夏休みには悩まずにいい選択をする練習をしてみましよう。



## 自信を持って選択する!



ものづくりを改善したりバージョンアップするには視点を変えて見る必要があります。日常生活を心穏やかに過ごすためには、同じように不安な気持ちの時とは異なる見方をする、つまり別の選択ができるようにすることが効果を発揮します。

それには、先日の山口大学小川先生のお話の中にヒントがありました。小川先生の講演内容は難しく感じましたか。もしも難しかったと思う人は、小川先生のYouTube「小川仁志の哲学チャンネル」を見ると理解しやすいと思います。1テーマについて短時間でジョークを交えながらテンポの良いお話が聞けます。

また、夏休みは時間があるので、7月11日号で人権教育部が紹介している小川先生の著書『悩まず、いい選択ができる人の頭の使い方』を読んでみるのがとてもプラスになると思います。その本には、自信を持って選択できるようになり、悩んで時間を無駄にすることがなくなる具体的な方法が示されています。

誰もが正解を選択したいと思っていますが、選択したことが本当に正解かどうかは分かりません。それよりも、自分で考えて納得できる選択ができたときは、結果がどうであれ満足できるものです。

小川先生は、いい選択は「受け身」からは生まれないと述べられています。そして、いい選択をするための近道は、「こういう自分でいたい」と自分自身で思うことだとメッセージを送られています。哲学的思考を活用して、「考える⇒決める⇒次に進む」という繰り返しができればよいのです。

「考える」とは、悩むことではありません。悩むというのは、同じ思考をぐるぐる回すだけで答えが出ない状態です。考えるというのは、答えが出ると信じ、問題の本質に迫り、新たな視点を見出す生産的な行為です。

「決める」とは、人の意見に左右されず、自分の価値観で判断して決めることです。

「次に進む」とは、どんな選択にも学びがあり、次の一歩につながっていて、ファイナルアンサーではないということに気づき、結果に応じて次の選択を考えることです。

先生の本にはそのための具体的な7つのステップが示されています。さて、後は夏休みの宿題です。紙とペンを用意して、是非、家族で実践してみてください。みなさんの2学期が好転すること間違いありません。有意義な夏休みを過ごしてください。

校長 松川 明義



【行事予定】

7月22日(火)：終業式

7月25日(金)：中学生体験学習

8月6日(水)：トトリハイスクールアドベンチャー(イオン日吉津)

8月26日(火)：始業式・服装頭髪指導

