

今月は、池上彰さん監修の『なぜ僕らは働くのか』より、心が元気にそして前向きになるメッセージをご紹介します。



## 【自信を持つことが未来をきりひらく】

やりたいことがあっても自分には無理だ。失敗したくないと心にブレーキをかけていませんか？そんな人は、**まず自分の力や可能性を信じてみましょう。根拠のない自信だっていいのです。**

**自信こそが、人生を前向きに進める原動力になります。**（中略）

あなたはこれから成長します。今のあなたが自分の価値を低く見積もってしまうと、未来のあなたは輝けません。

今のあなたが自信を持って物事に取り組み、未来のあなたはものすごいことを成し遂げるかもしれませんよ。



## 【『ふつう』にしばられない！】

『ふつうが幸せ』と言う人がいます。多くの人と同じであれば安心できるかもしれません。しかし、この考え方が自分を苦しめることがあります。

『それなりの学校に進学』『収入は人並み』『〇〇歳くらいで結婚』。もし、こうしたことを『ふつう』としているのであれば、こうした無数にある『ふつう』を全て実現できるような人は、そんなに多くないでしょう。

ほとんどの人は、そうした『ふつう』とは違った部分が何かしらあるもので、それを気にする必要なんてないのです。

## 【ダメなところを見るより、できることに注目しよう】

学校ではいろいろな教科の勉強をします。それは幅広い知識を身に付けてもらうため。そして自分が興味を持てる学問や得意な分野に気づいてもらうためです。（中略）しかし、成績として評価されたり、人と比べられたりすることで、できない部分を見て落ち込んでしまう。これはとても悲しいことだと思います。

はっきり言いましょう。**できない教科があったとしても、苦手なことがたくさんあったとしても、それは生きてく上では大きな問題ではありません。**

できないことばかりに目をやって、『自分には能力や才能がない』と思わないでください。それよりも、自分が得意なこと、大好きなこと、興味のあることに力を注ぎましょう。それを伸ばしていくほうが楽しいし、自信がつきます。

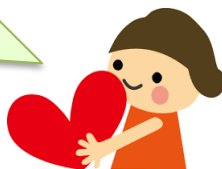
もちろん、**学校の勉強も大事ですが、あなたが自信を失わないことのほうがもっと大事です。**



引用：なぜ僕らは働くのか  
君が幸せになるために考えてほしい大切なこと  
監修 池上 彰  
(この本はカウンセリング室にもあります 😊)



カウンセリ  
ング室の  
御案内



### 相談時間（生徒）

- ・平常時の生徒の相談時間は、基本的に昼休みや放課後です。保護者等の方は概ね9：00～16：00です。
- ・予約は要りません。ただし、予約をすると確実です。電話などであらかじめ御確認ください。※行事や日課によって変更があります。