The way is open where there is a will

～意志あるところに道は開ける～

キャリア教育部通信　第７号

令和８年１１月２日

中学生の皆さんへ

キャリア教育部

人生の選択。選択するということは決断するということです。その決断が正しかった・良かったといえるようにするにはどうしたら良いのでしょうか。

心理学者や有識者は「正しい選択をすること」よりも、**「選んだ後に、それを正解にしていくこと」**が人生の幸福度を左右すると説いています。選んだ道を正解に変えていくための視点をＡＩに聞いてみました。(鵜呑みにはしないでください)

１.「正解にしていく努力」を楽しむ

最初から唯一の正解があるわけではなく、自分がその道で「精一杯やる」ことで後悔は消えていきます。

・自分の下した決断をいったん「正解」だと決めてしまい、その理由を後付けで見つけていくのが上手な人は幸せを感じやすい傾向にあります。

・今の行動によってその選択の「意味」をポジティブに書き換えることは可能です。

２.「後悔」を否定しすぎない

「正解にしなければ」というプレッシャーが強すぎると、自分の本音を押し殺してしまうこともあります。

・「あの時あっちにすればよかった」という後悔を一度しっかり受け止めることで、今の自分をフラットに見つめ直すことができます。

・過去の失敗や後悔から学び、今の道で軌道修正する勇気もまた、人生を正しく導く要素です。

３．人間関係を見直す

人生の質は「誰と過ごすか」で大きく変わります。

・自分を消耗させる関係からは距離を置き、自分を高めてくれる人との時間を増やす選択は、結果的に「あの時の決断は良かった」と思える土台になります。

４．未来の自分に誇れるか

死ぬ瞬間に多くの人が後悔するのは、行動したことよりも「自分に正直に生きなかったこと」だと言われています。

・今の選択が、「自分に正直か」「希望を持てるか」を基準にしてみるのも一つの方法です。

皆さんはまだまだ若いのですから、**正解にしていく努力を楽しみましょう！**

部活動をする、〇〇さんと友達になる、趣味を始める、やりたいこと・進学先を決める・・・・一つ一つ自分で決断し、生きていきましょう！

人生は失敗やミスをすることの方が多いです。しかし、それを経験値として活かし、自分が満足するように持っていけばよいのです。何回かの失敗でくじける必要はありません。成功→失敗→成功→失敗の繰り返しです。自分のものさしに従って、自分だけの人生を歩んでいきましょう。

エールとして送ります。

＊他人のものさし　自分のものさし　それぞれ寸法がちがうんだな（相田みつを）

＊「自分なりの物差しをもちなさい」というと、「わからない」と答える人がいます。
しかし、物差しは自分で作るのだから、勝手に決めさえすればいいのです。（瀬戸内寂聴）

＊他人の評価ではなく、自分が納得しているかどうかが一番大切だ。（イチロー）

＊独往邁進（どくおうまいしん）　意味を調べてみましょう。

本校における科目選択も同様で、生徒は科目選択が正しかったといえるように努力しています。