並木中等story

令和３年10月14日号

比べてしまう･･･

　人はいろいろなことで他人と比較します。脳科学者の話では、これは人間の本能に組み込まれていることなので“仕方がないこと”だそうです。しかし、人は比べることで自信を無くしたり、悩んだりして不幸になりやすいのです。兄弟姉妹は優秀なのに･･･、従兄弟は有名大学に入ったのに･･･、○○ちゃんの家はお金持ちなのに･･･と、悩みは際限なく広がり、尽きません。さらに、人には“○○のようになりたい”という欲もあり、それもいくらでも広がります。貯金が無い人は１万円を自由に使える人をうらやましく思います。その人が１万円を持つと２万円を、２万円を持つと３万円をと、どんどんふくれあがります。

　ではどのようにしたらよいか。“比べても気にしない”“自分は自分と開き直る”比べているといつまでたってもストレスがつきまといます。私は高校生の時、友達と成績の出来を比べ、テストの度ごとに落ち込み腹痛まで起こしていました。ある時、友達との比較を続けて体調を壊すより、自分で自分の得意な部分を磨いた方がいいと思うようになりました。それ以後、成績はかえって伸びました。比較して落ち込んでいる時間はもったいないです。比較せず自分の得意とする部分を磨くことをお薦めします。

《祝！We Support UNICEF 賞を受賞》

　本校国際教育部の有志団体が文化祭（かえで祭）において、フェアトレード等の商品を販売した収益金12,220円をユニセフ協会に寄付したところ、この賞をいただきました。本校には国際貢献に意識の高い生徒が多くいます。