



# 並木中等story

令和3年10月13日号

## ピンチはチャンス

“ピンチはチャンス”と、よく言われることですが、実際にピンチである時に「チャンスとは思えない。」という人が多いと思います。「ピンチはピンチです。」しかし、その時のモチベーションによって早く立ち直れる人と引きずってしまう人がいるようです。

早く立ち直れる人は“ピンチはチャンス”と思える人、“まあ、何とかなる”と開き直ることができる人、助けてくれたり、話を聞いてくれる仲間がいる人のような気がします。引きずってしまう人は、そのマイナス点をとことん考えてしまう人が多いような気がします。私も気が滅入ってしまうことが何度もありました。カウンセラーに話を聞いて



てもらったこともあります。今、落ち込んでいる人にアドバイスです。今の自分の嫌な思いを一回横に置いて、散歩でもいいです。出かけてみてください。出かけるのが嫌な人は窓から外を眺めるだけでもいいです。外の世界のいろいろなことに目を向けてください。それが解決の一步につながります。無理なく、外の世界を見て、何かとつながることを試みてください。

## 《祝！粉川先生が優秀教員に！》

県教育委員会から連絡があり、粉川先生が令和3年度の優秀教員に選出されました。先生は科学研究部担当でSSH事業にも関わり、科学の甲子園などで大勢の生徒を受賞に導いています。おめでとうございます。