

「自己啓発本」

国語科 濱田 笑吏奈

皆さんはどのような時に読書をしていますか？私は現在、仕事柄、娯楽というより知識を蓄えたい時に読書をする事が多くなっています。今回の『みなみ』の執筆にあたり、私が本を読みたくなっているタイミングっていつだろう？と考えてみると、「今のままの自分じゃ嫌だ」「今の自分から何かを変えたい」と思った時、自然と書店や図書館へ足を運んでいることに気が付きました。

これまでに勉強・部活動・人間性において「自分は何でこんなにだめなのか」とそう考えたことは数え切れないほどあり、学生時代はこのようなことを考え始めると止まらず、負のループに陥るだけでした。そんな自分を変えたかった時、『嫌われる勇気』という自己啓発本に出会いました。自己啓発本というのは、「個人の成長を目的とし、能力向上、成功のヒント、精神的な安定を学ぶことができる書籍」のことです。周りの人から嫌われたくなく、どう思われているのかが気になっていた私にとって、『嫌われる勇気』というタイトルは衝撃でした。読んでみると私が考え方を変えた方がいいところ、私が思ってもいなかった考え方などがあり、とても勉強になりました。社会人になった今でも役立っています。仕事上、優しさだけでなく厳しさが必要な場面も多々あります。できることなら嫌われたくないという気持ちはありますが、大切なのは、今目の前にいる生徒の成長には何が必要か、ということです。それを伝えて嫌われてもその子の成長につながるのであれば構わない、そう考えられるようになったのは、この本を読んでいたからだと思います。

こういった経験からその時の自分の気持ちに応じて本を探しに行くことが増えました。自分にはなかった新たな考え方を知ることで、自分が勝手に自分を追い込んでいたことに気付いたり、今の自分に足りない部分、もっと成長できる部分にも気付いたりすることができました。皆さんの中にも自分のこんな性格が嫌、こんなことに悩んでいてどうしたらいいか分からない、もっとレベルアップしたい、そういう悩みや思いを抱えた人もいると思います。新たな考え方を知ることで、知識を得るだけでなく自分の心の健康を保つこともできます。悩みがあってもしんどい人には、少し前に話題になった『多分そいつ、今ごろパフェとか食ってるよ。』という四コマ漫画付きの本もおすすめです。悩むことも必要ですが、自分が前向きに頑張れるような環境を自分自身で作ることもできます。是非一度、図書館や書店に足を運び、自分の支えになるような本を探してみてください。気軽に読める本もたくさんありますよ。

こころとあたまの、深呼吸。

上記は、今年の読書標語です。

この標語の作者のコメントを紹介します。「目まぐるしい日常に息が詰まるとき、私は本を開きます。心が震え、ため息をつく、ハッと気がつき、息をのむ。一息ついて、まためくる。そしてこころとあたまに酸素が満ちたら、どこまでも遠くへ泳いでいける気がします。」

☆宇和島南中等教育学校の読書標語を募集します☆

- 図書委員が中心となり、各クラスで真面目に標語をつくってください。
(詳しくは図書委員がクラスにて連絡します。)
- 文字数は自由です。
(五・七・五やキャッチコピー風など形式も自由です。)
- 提出締め切りは、10月24日(金)です。

～新刊紹介～(全部入荷しています。)

- 『マイクロパイ・アンサンブル』 伊坂幸太郎【著】
- 『海辺の犬。』 トシ【著】
- 『やなせたかし明日をひらく言葉』 やなせたかし【著】
- 『介護未満の父に起きたこと』 ジェーン・スー【著】
- 『スワイプ厳禁 変死した大学生のスマホ』 知念実希人【著】
- 『やなせたかし詩集手のひらを太陽に』 やなせたかし【著】

読書会(ビブリオバトル)のお知らせ

日時 10月29日(水)16:00～17:00 場所 図書館

- 1 オススメの本を持って集まり、順番に、一人3分間くらいその本がどんなに面白いか説明をする。
- 2 その発表の後に、グループの全員でディスカッション(感想や質問等)を2分～3分行う。
- 3 参加者全員で、投票を行い、『チャンプ本』を決める。

今年は、文化祭もないので、比較的時間がとりやすいと思います。参加賞もあります。

ぜひ、ぜひ、参加してみてください。(締め切りは、10月24日(金)です。)

今年度2回目(そして最後)の購入本の募集をします。

図書館で購入してほしい本がある人は、

各クラスの図書委員か図書館の赤松まで、連絡してください。

締め切りは、10月24日(金)です。

