

後輩たちへのエール！ その24

2020年5月15日

ピンチな状況乗り越えるコツ

◇今回は、田中まりんさん（大阪大学外国語学部卒）のエールです！



皆さま、初めまして。

私は関高校2011年度の卒業生で、田中まりんと申します。現在、転職するまでのブランク期間ということもあり、私自身は色んなことにチャレンジをしている途中です。

関高校を卒業後、大阪大学の英語学科へ進学し、社会人になってからは大手ITメーカーやリクルート系の会社で営業のお仕事をずっとしてきました。今回、コロナの状況下でみなさんにエールをお届けできればと思いメッセージを送ります。

1. 考え次第、ピンチをチャンスに！

現在コロナが流行っているので、みなさんは外に出て遊べなかったり、部活ができなくなったり、塾へ行けなくなったりなど、あらゆる行動が制限されている時かと思います。少し窮屈に感じている人や、自由がなくなってしまったように感じる人もいるかもしれません。では、この状況下は不利でしょうか？有利でしょうか？

良く「ピンチはチャンス」と言われたりしますが、この素晴らしい機会をぜひ掴む人になって欲しいです。それでは何が有利かという、みなさんは、いろいろなことにチャレンジができる“時間”を手に入れたからです！みなさんは今学校に行かなくてもいいですし、移動時間や遊んだりなどの時間が省かれて多くの人は時間に余裕ができていると思います。こういう時こそ色んなことにチャレンジしてみて、自分が好きなことや趣味を見つけるのには絶好の機会です。勉強や部活、それ以外でも何でもいいです。例えば、料理をしてみたり、運動、散歩、読書、将来について考えてみるなど、周りを見渡してみるとできることはたくさんあります。

色んなことに挑戦をしてみると、意外とこれまで知らなかった自分の好きなこと、得意なことが見えてくるのが良くあります。そういった発見が、みなさんの将来の夢ややりたいこ

とに繋がってくるかもしれません。

2. こういう時だから、いい言葉・ポジティブな言葉を！

みなさんは、日々どのような言葉を発信していますか？そして、どのような言葉を聞いていますか？

こういうご時世になると、どうしてもテレビをつけても暗いニュースばかり、そしてSNSも批判や悪口、不満などが飛び交いがちです。しかし、私は出来るだけいい言葉、ポジティブな言葉を発信すること、そしてそのような言葉に意識的に触れることを強くお勧めします。なぜかという、人は影響されやすい生き物なので、ずっとマイナス的な言葉を聞いていると、自分の気持ちや思考回路もそのようになってしまいます。

なので、できるだけポジティブに楽しく生きたいなら、そのようなマイナスな言葉には意識的に触れない工夫が必要です。例えば身近にできるところからだと、暗くなるようなニュースを必要以上に見過ぎない、SNSで不平不満が漂うメッセージ、度が過ぎた批判などの言葉はシャットダウンすることなどです。これは私自身も心がけていることですし、有名な起業家やインフルエンサーなどもそのように工夫しているケースを良く聞きます。実際、人や周りに左右されないような環境を自分自らで作ってみると、とても居心地が良いです。

3. 最後に一言・・・

ここまで読んでくださり、ありがとうございます！

最後になりますが、人生はいろいろなことがあります。それを楽しむか辛く思うかは全て自分の考え次第で、コロナを機にどんな環境でも楽しめるコツや有利に考えられるポジティブさを持って生きられるようになれば、もっと幸せな人生になると思います。私もまだその途中ですが、一緒に乗り越えていきましょう！(^) そして、みなさんの明るい未来を心から応援しています！！！！

編集者より。

田中まりんさんは、「活躍する卒業生」(第68号)にもメッセージを寄せていただいています。すでに転職先は内定。再びメッセージを書きいただきました。

<https://school.gifu-net.ed.jp/seki-hs/graduate/pdf01/H30sotsugyousei68.pdf>

また、昨年度は1年生対象の「職業別ガイダンス」にも来ていただきました。

https://school.gifu-net.ed.jp/seki-hs/sgh/html/pdf//2019/2019_sghjoho_100.pdf