

図書館へ行こう！

教育実習が始まり、数名の実習生の先生方が2,3週間の日程で学院に来られています。せっかくの機会ですから、実習の先生方と本について話をしてみましょう。きっと、いろいろな読書体験について語ってくださることと思います。

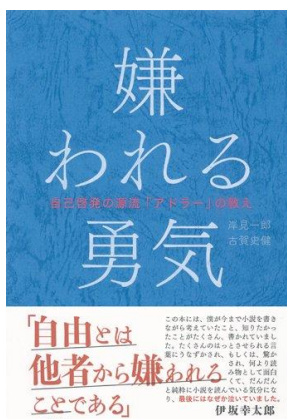
先生方のおすすめの1冊

英語科 朴 恩瑩先生のおすすめ

この世を生きていく間、私たちは様々な人間と遭遇する。同じような価値観の人がいれば、どうしても言動が理解できない人もいる。しかし、どんな人でもその言動にはその人なりの理由があるだろうと思ひ、私は数年前から心理学や哲学に関する本を読んでいる。その本を通じて得た知識を利用し、必要な時に自分なりに他人の言動を分析し理解しようとしている。しかし、いろいろな本を読んでも、まだまだ解明できない部分がたくさんあった。この「嫌われる勇氣」と出会う前までは。

この本はフロイト、ユングと並び「心理学の三大巨頭」と称されるアルフレッド・アドラーの思想(アドラー心理学)を、「青年と哲人の対話」という物語形式で紹介している。アドラーの心理学は彼が活動した時代から1世紀が過ぎた今、欧米で絶大な支持を受けている。また、本書は発売されて以来、100万部以上売れている。

『嫌われる勇氣』 岸見一郎・古賀史健著



体育科 小川隆三先生のおすすめ

「人間の悩みは、すべて対人関係の悩みである」と断言し、対人関係を改善していくための具体的な方策を提示していくアドラー心理学は、新しい感覚をもたらせてくれます。

本書では、哲学者と青年の対話形式によって展開されているので、読みやすくなっています。私は、この本を読んだ衝撃を受けました。自分が気にしていた事、気にし過ぎていた事を楽にとらえることが出来ました。どうしたら良いのか、そのヒントを得ることができました。

是非一度読んでみてください。

ではここで、本書に紹介されているアドラーの名言をいくつか紹介しよう。

「大切なのは何が与えられているかではなく、与えられたものをどう使うかである」

「健全な劣等感とは、他者との比較のなかで生まれるのではなく、「理想の自分」との比較から生まれるものだ。」

「われわれは他者の期待を満たすために生きているのではない。他者もまたあなたの期待を満たすために生きているのではない。」

「人が他者をほめるとき、その目的は「自分よりも能力の劣る相手を操作すること」なのです。そこには感謝も尊敬も存在しません。アドラー心理学ではあらゆる「縦の関係」を否定し、すべての対人関係を「横の関係」にすることを提唱しています。」

「誤りを認めること、謝罪の言葉を述べる事、権力争いから降りる事、これらはいずれも「負け」ではない。」

「自由とは他者から嫌われることである。他者の評価を気にせず、他者から嫌われることを怖れず、承認されないかもしれないというコストを支払わないかぎり、自分の生き方を貫くことはできない。」

いかがですか。本書の中には上に書いてある言葉以外に、心に刺さるようなたくさんの名言があります。特に対人関係で悩んでいる方にはぜひ読んでいただきたい。

今回は、お二人の先生が同じ本を「おすすめの1冊」として紹介してくださいました。皆さんも手にとってみてください。「おすすめ」で紹介した本は、すべて図書館で利用できます。