

「人間に後悔はつきものです。あなたの後悔は、どんなことですか？」  
そう問われたら、誰しもすぐに、1つや2つは思い浮かぶのではないのでしょうか。

ある米国の心理学者が、同じように大学生に後悔についてこのような質問をしてみたところ、「試験で不注意なミスをした」「酔っ払って羽目を外した」「車をぶつけてしまった」などの回答が・・・つまり、自分が過去にやってしまったお馬鹿なことや、失敗した経験などを挙げる傾向が強かったとのこと。

ところが、同じ質問を、今度は老人ホームのお年寄りにしてみたところ、「世界中を旅行したかった」「何か楽器を弾きたかった」「サルサダンスを習っておけばよかった」など、学生達とは対照的に、過去にやらなかったことを後悔したと言います。

「やった後悔よりやらなかった後悔」

それが、人生経験豊富なお年寄りの出した結論なのだそうです。

(『この脳の謎、説明してください!』アート・マークマン、  
ボブ・デューク著、浅野義輝訳 青土社)



私は、このような人生の先輩方の回答は、非常に興味深いものだと思います。なぜなら、この先、自分に新しいチャンスが訪れた時や、自分が何かに興味を抱いた時、あるいは、どうしたらいいか判断に迷う時など、どう行動したらいいのかを方向づけてくれる言葉ではないかと感じたのです。何しろ、私もこの先、年を重ねていくわけですから、「やった後悔よりやらなかった後悔」に行きつく前に・・・。とは言え、何かを始めることには不安も多くあります。しかし、前向きに取り組めば、人生は充実するということを改めて知ることができたことはありがたいことです。(\*^\_^\*)

さて、早いもので、今年も既に下半期に突入しました。来年度、進学や就職などを控えているお子さんもいることでしょう。自分自身を見つめ、自分の将来のことを真剣に考え悩んでいる子どもたちにも、「やらなかった後悔」とならないよう、挑戦する気持ちを応援できたらいいなと思いました。また、私たち大人も、自分の人生の最後に「やらなかった後悔」ばかりが残らないように、今からでも、前向きに行動する姿を子ども達に見せることで、子ども達への応援につなげていけるのではと感じました。【A】

〇メルマガで取り上げて欲しい内容やご感想など、下記アドレスにお寄せいただければ嬉しく思います。(アドレス登録又は配信停止もこちらからどうぞ(^\_^))

mailto:[kosodatem@pref.iwate.jp](mailto:kosodatem@pref.iwate.jp)

○メルマガのバックナンバーを当センターHPで閲覧することができます。

アドレスはこちら

「まなびネットいわて」 (<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/>) > 「発行物・刊行物」 > すこやかメルマガ

これからも、どうぞよろしく申し上げます(^\_^)/

\*\*\*\*\*

【発行】

岩手県立生涯学習推進センター

025-0301 花巻市北湯口2-82-13

TEL 0198-27-4555

URL:<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/> 「まなびネットいわて」で検索