

木々や花々なども芽吹きはじめ、冬から春への変化を感じる3月。
また、卒業シーズンでもあり、区切りの時期でもありますね。
勝手ながら、新たなスタートを切る皆様へ、1つの言葉を贈ります。

『あなたは、あなたであればいい』

1996年、アトランタオリンピックで銅メダルを獲得した有森裕子さんが、自分で自分を褒めたいと語り、当時、自己肯定感という言葉はそれほど使われていなかったのも、とても感動を呼びました。

頑張った自分を、誰も認めてくれなくても自分で褒める。他人の評価は気にしない。
他人と比べない。

他の人とは、生まれ育ちも生活環境も何もかもが違います。それぞれの当たり前も違います。そんな状況で、全く同じ考え方や感じ方になることはないのではと思います。

自分の考えや意見を持つ。

よく不安な面があると、人に引き寄せられることがあります。トランプ現象などは、まさにそんな状況なのではと思います。

人がこう言っているからではなく、自分がどのように考えるのか。

ですが、実際の社会では人との関わりが多くあるので意見がぶつかる時もあるでしょう。そんなときは、相手を尊重して曲げてもいい。自分が納得できなければ突き進んでもいい。迷ったら誰かに相談してもいい。

自分が自分を認めながら決めてください。

そうすることにより、周りの人が頑張っていること、大切にしていることにも気付くことができるかもしれません。優しい世界に近づくかもしれません。

最後に

もし、お仕事のことでも迷いや悩むことがあったなら、ハロワに来てください。

是非、ご利用お待ちしております。