

## 行動する前に立ち止まって

聖マリア女学院中学校 2年

野口 真秀(のぐち まほ)

シンキングエラーという言葉を知っていますか？

シンキングエラーとは間違っただけの考えの事です。私はシンキングエラーを意識する事で口調が厳しくなる事が減ったり、人の気持ちを考えて行動できたり、みんながやっているからやっても良いと思わず、自分で考えて行動できるようになりました。

私がそう変わったきっかけは自分の経験にあります。私が小学生の時に父の転勤で数年間、海外に住んでいました。帰国後小学校で海外にいた私の英語の発音を笑われたり、違うイントネーションの日本語をからかわれたりしました。せっかく日本に帰ってきたのに人種も同じなのにどうして？と辛かったです。担任の先生に相談したところ、心理カウンセラーの先生と話してみない？と勧められました。私は思いの丈を話しました。なぜ発音で笑われるのか、相手と違う意見や行動はなぜ笑われて認められないのか？どうして？と。聞いてくれた先生は、「その子達はあなたがうらやましいのかもしれないね。自分の意見を言える環境、海外生活もなかなかできることではないから、ずるい!と思っただけの行動かもしれないよ。海外の事や自分の意見を主張するのをやめて、相手の気持ちが落ち着くのを待つのも良いかもしれない。」と話してくれました。私がうらやましい？英語もスペイン語も話せないのにいきなり現地校に通って、泣いてばかりの生活だった私を？と納得できませんでしたが、「飛行機には乗ったことのない小学生も多いよ。これだけでも、うらやましいと思われるかもしれないね。」と言われてハッとしました。飛行機に初めて乗ったのは記憶がないくらいの年齢でした。私は他の子より恵まれた生活をしている気がしました。しかし、海外での生活は辛い事も多かったです。週5日の家庭教師と現地の宿題、語学の勉強をしていました。そして日本の教科書で母と勉強もしていました。やりたくない!そう何度も思いました。英語やスペイン語が話せる日本人のお友達が楽しそうでうらやましい。でも生活のために努力するしか無い。みんな努力して話せるようになっているのだから私も頑張ろう、そう思って努力しました。私をうらやんだ人達に、その事を知ってもらいたかったです。

この経験で私は2つの事に気がつきました。

1つ目は、立場が変われば見えてくるものが違うという事です。自分からすれば当たり前だと思っていた私の生活も別の立場の人から見れば当たり前では無く、うらやましいと思われるような環境であったのだと初めて気がつきました。

2つ目は、一方的な考え方や判断で行動する事の恐ろしさです。私や私が海外で出会った日本人のお友達が外国語を話せる事は努力の結果です。しかし、その努力を想像する事無く、自分より優れた人に対して、相手を下げて優越感を得ようとする人が多くいる事、そして恵まれた環境をうらやましい、ずるいと思われるのは仕方ないし、みんなと同じようにして波風立てずに生活した方が良いと言われた事に恐怖を感じました。こうした一方的な物の見方や考え方がエスカレートすると相手の立場や事情を考えること無く、誰かを傷つける事になると思います。自分の考えだけが正しいと思ひ込む事はいじめや偏見、差別につながっていくと思います。

大人の世界も同じです。SNSでの炎上、差別や迫害、戦争など、一人一人が意見を言う前に、行動する前に、シンキングエラーを防ぐためほかの意見や考え方が無いかを考えて欲しいのです。

どうか、私たちに見本となる姿を見せてください。私たちが大人の正しい行動を見て、同じ行動ができるようになれば、社会はより健全になると思います。それはとても素晴らしい事です。

これからは行動する前に立ち止まって、これはシンキングエラーではないか？と自分に問いかけてみませんか？