自信を持って生きるには

'08ミスユニバース美馬寛子さんとの交流会

工業っ子ミニ

第64号
2023 04 18
新聞部速報
編集
長崎工業新聞部

美馬寛子さんとの交流会号

三月二十九日、長崎県美術館にて、長崎の中高生と美馬寛子さんとの交流会(ワークショップ)が行われ、美馬さんのお話を通して「自信のつけ方」を学ぶことができました。

▲笑顔が素敵な美馬さんと写真撮影

自分を育てる四つの力

美馬さんは現在、ミスユニバースに出場する女性の育成に取り組まれています。今回の交流会では美馬さんが取り組みの中で身につけてほしいと考える四つの力と自信のつけ方について教えていただきました。

美馬さんが大切だと考える四つの力とは

○コミュニケーション力
○発信力
○個性の力
○考える力

の四つ。

これらの力をつけ、最終的には自信がある人、魅力がある人(遊びたい人、一緒にいたい人)になってほしいと話されました。

意志を伝えるには「want to」だけでも大丈夫

今回、参加者が一番気になっていた話題、「自信をつける方法」。美馬さんを中心にみんなで今の悩み事や意見を出し合いながら、会が進められました。自信をつける方法として、印象に残ったのは次に挙げる三つの方法です。

まず**「人と比べないこと」**。誰かと比べてしまいがちですが、他の人と違うことがあれば、それは自分の個性と捉えることでだんだんと自分を好きになれるとのこと。

次に**「短いスパンで目標をたてること」**。小さい目標であっても、達成すると、モチベーションの向上になります。大切なことだなと思いました。

最後に**「want to ~(~したい)の使い方を覚えること」**。海外での意志を伝えるためには、この言葉さえ覚えていればなんとかなるとのことでした。

新しい考え方を学べた参加者インタビュー

今回の交流会には中高生約二十名が参加、その中には六名ほどの男子生徒もいました。会終了後、参加した中高生に感想を聞いてみました。

中学生からは「部活動について悩みがあり、解決するには自信が必要だったので今回の話がとても参考になりました」と、

高校生からは「これからの進路決断に役立つと思いました。自分を認めてくれる場所を見つけるという、今までの自分になかった新しい考え方を知り、しっかり覚えておきたいと思いました」との感想が返ってきました。

会の中では私達新聞部に大切な発信力についての話もありました。

発信力をつけるためには、その時の自分の考えだけでなく、何回も考え直して発信することが大切であるとのこと。そのためにはSNS上ではなく、アナログな方法で話したり、書いたりして伝える方が良いということ、他人の考えもきちんと聞いて納得した上で、さらに自分に問い正してから自分の意志を伝えること、話をする時は攻撃的な発言や雰囲気を出さないようにすることが発信力の向上につながるとのことでした。自分の自信に繋がる会への参加でした。

後編記集

新年度が始まりました。今年度は前年度よりもたくさんの新聞をみなさんにお届けできるよう、がんばろうと思います。