

平成 29 年度 すこやかメールマガジン 第 585 号【選択肢の多さ】3月8日配信

先日、購入する財布を決め、レジに向かおうとした時でした。店員さんが来て言いました。「それ、素敵ですよ。実は、違う色もまだあるんですよ(^-^)」

私は、まだ違う色があるなら見たい！という気持ちと、せっかく決めたのに、また悩まなきゃならないのか。という気持ちとが混在しました。みなさんは、いかがでしょうか。

かつては、ランドセルと言えば赤か黒でした。選択の余地などありません。しかし、今は、水色、オレンジ、紫、ピンク等、カラフルなものが店頭に並ぶようになり、選択の幅はぐっと増えました。私は、好きな色を選んでいいなあと羨ましく思う一方で、そこから一つを選ぶとなると、かなり悩む羽目になるのではないかとも思いました。

ランドセルを買う時、娘の好きな色にしてあげようとは思いつつも、随分悩みました。6年間毎日使うことを考えると、パステルカラーでは、汚れが目立つのではないか。娘の色の好みが変わるのではないか。娘だけ奇抜な色を選んだらどうなるのだろう・・・等です。

心理学者のバリー・シュワルツ氏は、「選択肢の多さは、幸福度を下げる」と指摘しています。「別の選択をしていればよかった」という後悔の気持ちと、「あれだけ悩んで決めたのに」という残念な気持ちが起こるのだとのこと。確かに、選択の余地がなければ、期待値はそれほど高くないことでしょう。とは言え、選択肢の増加や、ネット上に情報が溢れる中で、「悩む」「選択」「決断」は、誰もが日々直面していることです。

ところで、米アップル社のスティーブ・ジョブズ氏は、生前、毎日同じ服を着ていました。理由は、服を選ぶ決断を減らすためです。トップに立つ人は、日々大きな決断を迫られるので、「決断疲れ」を防ぐねらいがあったようです。

今日は、県立高等学校の入試日です。娘に「自分で志望校を決めなさい」と言うと、「どうしたらいいか悩んでいる」と言われました。何をそんなに悩むことがあるのだろうかと思いましたが、情報が溢れすぎてかえって困っているということを知りました。何とか情報を入手したかった私の頃とは、世の中だいぶ違うようです。

今後、更に選択肢が多岐にわたっていくことでしょう。たまには、決断しなくて済むような思考停止の時間があってもいいのになあと、思ってしまうこともあります。いずれにせよ、自分で選択した高校に無事合格できることを親はただ祈るばかりです。【A】

※ 次回のメルマガ配信は、3月14日（水）になります。

○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

○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

○「すこやかメール相談」このアドレスに返信することで子育てに関わる相談が受けられます。乳児から小中学校での困り事などお気軽にご相談ください。

mailto:kosodatem@pref.iwate.jp

【転送からの登録手順】

「このメルマガを友人・知人に転送する」→「受け取った方が登録用アドレスを確認する」
→「『メルマガ配信希望』と入力し送信する」→「配信登録完了！」（次回から直接、メルマガを受信することができます）

【紹介からの登録手順】

アドレス kosodatem@pref.iwate.jp をご紹介していただき、「配信希望」とメールすれば登録できることをお伝え願います。

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