

TRAIL



大阪府教育センター附属高等学校 校長通信 No.5 令和8年8月発行

今日行われた2学期始業式では、悩みや迷いがあるときに、「一人で結論を急がないでほしい。AIに相談すると、“正しいように思える答え”を返してくれることがあります。でも、人の気持ちや人間関係は、それほど単純ではありません」というお話をしました。

みなさんは、「**ネガティブ・ケイパビリティ**」という言葉を知っていますか。少し難しい言葉ですが、negative は「否定的な」、capability は「能力」という意味。なので、直訳すると「否定的な能力」となるのですが、この言葉は「消極的でいること」ではなく、「**答えの出ない状況や不安、モヤモヤした気持ちを、急いで片づけずに抱え続ける力**」を表しています。

もちろん、素早く判断し、行動する力が必要な場面もあります。大切なのは、どちらか一方ではなく、その場に応じて使い分けることです。

悩んだときは、**周りの人の話を聞いてみる、自分の気持ちを言葉にしてみる**。そんなふうに、少し時間をかけて考えてみることも、大切な選択肢の1つです。

答えを急がない時間は、決して遠回りではありません。自分らしい答えに出会うための大切な時間です。

最後は、恒例の「私の本棚」です。

久しぶりに私の好きなジャンル（ミステリー）から
「2025年売れた本ランキング1位」の
この本を読んでみました。



～ 私の本棚 ～

本と向き合った時間・記録はあなただけの大切な財産です。

1冊1冊との出逢いを大切にしましょう。

冊数	出逢った日	本のタイトル	著者
5	7/4	方舟	夕木春央
		感じたこと・考えたこと・覚えていたいこと	
		この発言、行動の裏にあるのは、どのような心理なのか 読み終わったあと、誰かと語り合いたくなる本でした	