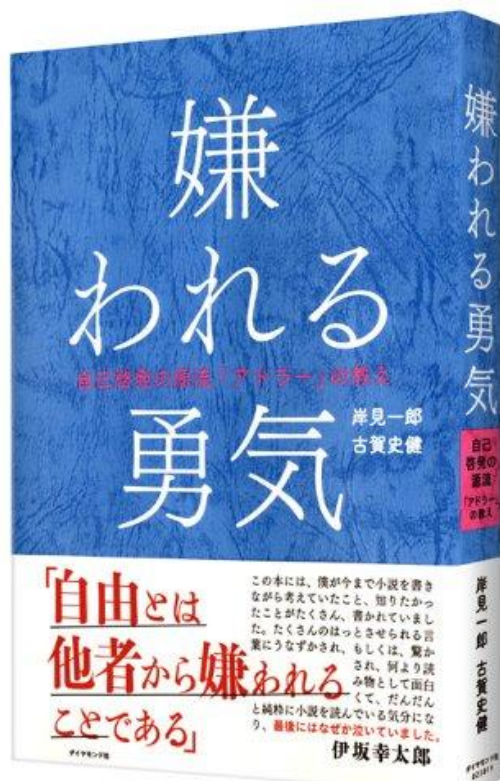


あなたに薦める『この一冊』10月

+ ChatGPT

『嫌われる勇気』 岸見一郎、
古賀史健（共著） ダイヤモンド社

理科教諭 伊藤佑樹
高校1年6・8組 副担任



私は書物を読まないのに、ChatGPT大先生のおすすめの一冊を紹介します。ChatGPTは、よく存在しない本を提示してきたりもするので、**実際に見てみてファクトチェックをしてみてください。**



以下、ChatGPT大先生の紹介文



私がおすすめする一冊は、岸見一郎さんと古賀史健さんによる『嫌われる勇気』です。この本はアドラー心理学をわかりやすく解説した対話形式の一冊で、「人はどうすれば幸せに生きられるのか」というテーマが描かれています。

特に印象に残ったのは、「他人の期待を生きるのではなく、自分の人生を生きることが大切だ」というメッセージです。周りの目を気にしてしまうことは誰にでもあります。この本を読むと「もっと自分らしく生きてもいい」と背中を押される気がしました。

読みやすい語り口ながら内容は深く、学生でも社会人でも気づきを得られる本だと思います。自己啓発書に抵抗がある人にもぜひ読んでほしい一冊です。

著者豆知識

岸見一郎——哲学者。1956年京都生まれ。京都大学大学院文学研究科博士課程満期退学。専門の西洋古代哲学、特にプラトン哲学と並行して、アドラー心理学を研究。日本アドラー心理学会認定カウンセラー・顧問。著書『アドラー心理学入門』など。

古賀史健——ライター/編集者。1973年福岡生まれ。1998年、出版社勤務を経てフリーに。これまでに80冊以上の書籍で構成・ライティングを担当し、数多くのベストセラーを手掛ける。20代の終わりに『アドラー心理学入門』（岸見一郎著）に大きな感銘を受け、10年越しで本企画を実現。

本書著者紹介より引用

さまざまな考えにふれてみよう

図書館所蔵同著者作品

岸見一郎著作

- 哲学人生問答 17歳の特別教室

「ありのままの自分を受け入れられません」、「自殺しようとしている人を止めるのは善でしょうか、悪でしょうか」……現役高校生と哲学者が熱くたわわせた、本気の人生問答。「生きていくこと」「幸福になること」についての高校生からの人生相談に、哲学者の岸見一郎さんが先人の知恵を生かして真摯に答えます。



- 高校生のためのアドラー心理学入門 なぜ自分らしく生きられないのか



若い人が自分で考え、自分らしく生きていくためにはどうすればいいのか？ 自分や世界について新しい見方を学ぶためのアドラー心理学入門。これまでの人生は、これからの人生をどう生きるかには何ら影響を与えない。過去や他者に生きづらさの責任を求めることなく、勇気をもってこの人生を生き抜くための方法を具体的に考察する。

★伊藤 佑樹(イトウ ユウキ) 先生の紹介★

- *担当科目・クラス
生物基礎(高1年4組)
生物(高2年1・4・5・10組、3年4・5・7組)
ガリレオⅡ(高2年1・4・10組)
- *星座 → うお座
- *趣味 → 旅
- *自分の中学・高校生活 → ごく一般的な学生
- *本校生の印象 → 特色豊か



古賀史健著作

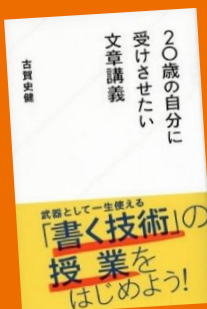
- 「さみしい夜にはペンを持て」
「さみしい夜のページをめくれ」

うみのなか中学校に通うタコジローは、学校にも居場所がなく、自分のことが大嫌い。ある日、不思議なヤドカリおじさんと出会ったタコジローは、その日から、どんどん変わっていく……。不確かな、広い世界との人間関係を築く本。著者がはじめて13歳に向けて書き下ろした、ベストセラーシリーズ。



- 20歳の自分に受けさせたい文章講義

どうすれば自分の気持ちや考えを「文章だけ」で伝えることができるのか？ この授業のスタート地点はそこにある。僕らは「話せるのに書けない！」のだ。学校では誰も教えてくれなかった「書く技術」の授業を始めよう！



編集後記：「アドラー心理学」とはオーストリアの精神分析学者、アルフレッド・アドラーの創始した理論体系です。長らく日本国内では無名だったこの理論ですが、今回紹介した本の大ベストセラー（国内311万部、世界1200万部突破）になったことにより、一躍注目を浴びる理論となりました。ChatGPTの推薦文には書かれていませんでしたが、対話形式がとても読み進めやすい一冊です。学生のみなさんにも一度手に取ってほしいと思います。