

1学年だより

夢の宅配便

1年学年主任

水野 喜代治

自我の確立 NO5

中学生は第二次成長の時期で小学生の時とは比較にならないスピードで体も心も大人に向かって成長します。この成長期の中で、「自我の確立」があります。自我とは自分自身の存在(個性)そのものです。「自我の確立」のために、今までは、あまり意識しなかった自分を強く意識して生活するようになります。そのため、自分と他人を常に比較して自分自身を確認したり、理想と現実の自分を対比させて見つめたりすることが多くなります。その中で、こうなりたい自分と現実の自分があまりにかけ離れていたり、他人と比較していく中で、他人よりも劣っているのではないかなどの不安に包まれて自分自身が嫌になってしまったりすることがあります。自分のことが嫌になることを「自己嫌悪」と言います。

他人との比較について言えば、必ず自分より優れている人は目の前に出現してきます。どの世界でも上には上がいます。あらゆるジャンルであなたよりも優れた人が存在します。ですから、他人と自分を比較して上か下かで自我を確認しようとする「自己嫌悪」に陥りやすいということになります。自分は頭が良いのか?と他人と比較してみると必ずあなたよりも能力が高い人が存在してきます。運動能力を他人と比較しても必ずあなたより運動能力が高い人が存在してきます。単純に他人と比較して自分が優れていることを確認したいとか、他人に勝ちたいとか優劣を比較すると挫折感を味わうことが多くなるわけです。

それよりも、自分は何が好きか、自分は何を頑張りたいか、自分の気持ちを自覚することが大事だと思います。他人と比較して優れているか劣っているかでなく、自分が興味のあるもの頑張りたいもの……。つまり何に自分の心が動くかを探ることが大事だと思います。その動く心こそが自我だと思います。私は歴史が好き、英語が好き、サッカーが好き、ダンスが好き、そういう気持ちこそがあなたの自我であり、個性だと思います。歴史のテストができる、英語のテストができる、サッカーの技術がすごい、ダンスが上手、とかでなくて、そのことが好きかどうかです。そして、自分の好きなことが自覚出来たらそれに向かって、自分なりに全力で取り組むことで充実感が得られると思います。いろいろなことに興味をもって、楽しんでほしいと思います。楽しむ心こそが自我の源です。決して、他人と比較してはいけません。比較したらあなたより優れた人は必ずいます。

中学時代、私は音楽が苦手教科で嫌いでした。リコーダーなども他の友達のように上手に演奏できませんでした。しかし、最近、あるCDを聞いてドラムのビートが素敵だなと感じました。そして自分もドラムを叩きたくって音楽教室に通い始めました。他の人より、上手には叩くことはできませんが、時々、音楽に合わせてリズムが刻めると嬉しくて、楽しくなります。毎週、日曜日のドラム教室が楽しみで待ち遠しい気持ちです。60歳を超えて、音楽が好きな自我を発見できました。まだまだ、自分探しをしたいと思っています。

みなさんも自分の頑張りたいこと、興味があること、挑戦したいこと、追い求めたいことを意識して「自我を確立」していきましょう。