

大学生という年代は、自分らしさについてあらためて考えたりする時期です。心理学の授業に出たことがある人は、アイデンティティなどという言葉聞いたことがあるかもしれません。これも自分らしさをめぐるテーマです。自分らしさについて迷いがあると、けっこう悩んだりもします。かといって何も考えないと、いつまでも「自分」ができてきません。なかなか悩ましいテーマです。

アイデンティティとは

アイデンティティとは、もとはエリク・エリクソンというアメリカの精神分析家が大事にした考えです。定義めいたことを言い始めると難しいのですが、要点をまとめると「自分らしさを自分でよくわかっていて、それを他の人と共有できていること」です。

自分で自分をわかっているつもりでも、人に受け入れてもらっていないければ、一人よがりになってしまいます。しかし、人に受け入れてもらうことばかり考えていると、人に合わせてばかりで自分がどうしたいのかわからなくなってしまいます。「これだけやっとならオッケー！」というわけにはいかないのが悩ましいところですね。

とはいえ、どんな状況でも土台となる「自分」がしっかりあって、その「自分」で人と協力できるというのは、やはり魅力的な成熟の姿ではないでしょうか



モラトリアムの大切さ

アイデンティティを模索するうえで、いろいろな「自分」を試してみることは大事な経験です。大学生というのはそういう試行錯誤がわりと許されている時期で、昔は猶予期間という意味で「モラトリアム」などと言ったものです。

学業も、バイトも、趣味も、頭で考えているだけでは本当にわかったことにはなりません。学業だってそうなのです。その道の先生と話してみても初めて魅力に気づくということがあります。バイトや趣味は言うに及ばず。

今はコロナで動きづらいですが、ネットを駆使したり、感染対策をしっかりして、大いに大学生活を楽しんでいただきたいと思っています。

