

J-SOL5に参加して本当によかったと心から思う。本大会は、私にとって非常に大きな意味をもつものとなった。最初は知り合いがほぼ皆無の状態であったにも関わらず、私が本大会において目標としていた「他職種の方のお話をたくさん聞きたい」という願いは、たった二日間で本当に実現していた。そして、様々な職種の方の思いを聞くことができ、それは私の世界観を想像以上に大きく広げてくれた。また、知識も経験も不足しているにも関わらず、そんな私の意見をも求め、真摯に聞いて下さったことがありがたかった。そして、自分もこの場を構成している一員なのだ実感することができ、気付けばこの大会に夢中になっていた。本大会で得られた学びとして以下の三点が挙げられる。

第一に、参加者の方が私と対等に向き合ってくれたこと、そして、自分に対してもどかしい気持ちを抱けたことが印象的である。これまで、学会で出会う方々は自分とは全く別の世界に住んでいる存在として捉えていた。そのために、そうした方々との違いを当たり前のように感じ、その違いに何の疑問も抱けなかった。だから、感銘を受けることはあっても、自分に対して何かを考えさせられることはほとんどなかった。しかし、ここでお話をさせて頂くなかで、ここにいる方々も様々な思いをもち、時には苦悩することもある、その点で自分と同じ一人の人間なのだ気づかされた。自分とはかけ離れた存在であるはずの方々が、一人の人間として対等に自分と向き合ってくれたことはとても有り難かった。しかし、参加者の方々が目標の実現のために生き生きとした顔で努力し、自分の役割を果たしておられる姿を見ると、感銘を受ける反面、自分に対するもどかしさも感じた。それは、ここにいる方々も自分と同じ一人の人間なのに、自分自身は本当にやりたいことを曖昧にしか持っていなかったと気づくことができたためである。

第二に、共鳴と増幅の体験が挙げられる。本大会に参加された方々の、その業績も、発表も、何気ないお話の中にも、各々の血が通っているのを感じた。研究法や論理としての美しさだけでなく、「自分はこうしたい!」という強い思いが伝わってくるため、そうしたお話を聞かせて頂くのは非常に楽しく、胸を打たれた。近頃、私は、他者からの要請に応えられているか否かによって、自分の役割を捉えようとする節があった。もちろんそれも大事だが、自分の目標を明確に持ち、自分の思いに応えられている人こそが、自分の役割を果たせるのではないだろうかとも思う。自分には何がどこまで提供できるのか、どういう状態を望んでいるのかを把握していれば、自分のすべきことが自ずと見えてくるからである。また、私が自分の目標をお話させて頂いた際には、周囲の方々に温かい言葉を頂けた。それに大変励まされたし、刺激を受けた。それぞれの思いが共鳴し合いそれらが増幅する過程を体験できたことは、本大会で得られた大きな財産であると思う。

第三に、自分の気付かなかった長所について、教えて頂いた点が挙げられる。自分の長所は、人に言われるまでは確信をもてず、うまく発揮できないことが多い。しかし、本大会で自分の良さをフィードバックして頂くことで、これでよかったのか、と少し安心することができた。そうして見出して頂いた、自分ならではの長所や思いを活かし、オリジナリティある、血の通った実践をしたいと思う。

以上、本大会で得られた学びについて述べた。この学びを活かし、前述したような実践を行うためには、目標を明確にすべく、自分に問うていく姿勢が必要だと考えられる。その問いとは、何故自分はこのことにこだわっているのか、それは何に価値を置いているためなのか、どうなることを望んでいるのか、といったものである。これまでは、自分の曖昧な気持ちが稚拙に思えて、それに向き合うことを避けていた。しかし回避し続けた結果、自分にとって重要性の低い引き出しの一つに過ぎない様なものばかりが積み重なっていき、私の日常は張り合いのないものとなってしまうていた。だから、これからは自分に粘り強く問い続けていきたい。そして、それに応答する声があれば、本大会参加者の皆様がそうして下さった様に、どんなにかすかな声であっても丁寧に聞き取り、実現という形で誠実に応えてあげたいと思う。

本大会を通して、自分の目標を見出し、それを実現したいと感じた。また、これからは人や出来事がもつ肯定的側面に目を向けて、どんなことにでも学びを得られるのだと前向きな気持ちで捉えていきたい。そうしていくなかで、張り合いがないと思っていたこの日常を、名に恥じぬ様、彩りあるものにしていこうと思う。

京都教育大学大学院，教育臨床心理学コース 1 回生 上田彩季