

進路に悩むこと、「自分」を作ること

大学に入ってから、進路について悩む人は多く見られます。なぜなら、どのような進路を選ぶのかということは、自分とは何かという「アイデンティティ」形成の課題と深く結び付いているからです。

進路を決めたつもり だったけれども……

皆さんはいつごろから、自分がどんな職業に将来つきたいのか、どんな人生を歩みたいのかを考え始めましたか？早い人は、小学生の頃に「将来は担任の先生のような立派な教師になりたい!」と決めていたかもしれません。しかし、多くの人は高校時代にどこの大学を受験するかを考える時に、大学で何を勉強して、将来どんな職業につくのかということ初めて具体的に意識するのではないのでしょうか。

しかし、いざ大学に入学してみたものの、期待していたほど授業を面白く感じられない、あるいは教育実習に行ってみて、「自分は本当に教師に向いているのだろうか」と悩み始める人も実は少なくありません。そして、ここを特に強調しておきたいのですが、一度決めた進路について悩んだり、不安を感じて揺れ動くというのは決しておかしいことではないのです。なぜなら、そのような心の揺れ動きは、あなたが「自分」とは何かという問題に誠実に向き合っていることを示しているからです。

大学時代に「自分」を作る 準備をする

心理学では児童期と成人期の間、つまり中学生から大学生ぐらいまでの時期を「青年期」と呼んでいます。この時期の心の課題は「アイデンティティ（自己同一性）」を作ることであると考えられています。つまり、「自分とは何か」ということに悩み始めて、「これが自分だ」「自分はこれでいいのだ」と思えるようになることを指しています。

このために、大学時代は自分を作るための「モラトリアム（元々は支払い猶予期間という意味）」と考えられています。学生である間はいろいろな社会的義務から免除されますが、その代わりに大学4年間は、さまざまな経験を積んで、自分というものを作り上げていく準備をする時間になるのです。

親の影響を見直し、もう一度 進路について考え直そう

その際に、皆さんがぶつかるのは親や周囲からの「期待」ではないかと思います。

「親が教師だから自分も教師になることを期待されている」などの話はよく聞きます。また、どんな子どもも親の影響を受けて育つので、親の影響抜きに真っ白な自分を作り上げることはできません。

しかし、親から受けた影響について、自分の経験を基にして、大学在学中によく考えてみるのが「自分」を作る上で特に大切だと思われます。「親は～と言うけど、大学での授業（実習・サークル・ボランティアなど）の経験ではちょっと違うかな」などと考えていく中で、本当に自分がやりたいことは何か、自分に向いていることと向いていないことは何かが見えてくると思います。

その結果、親が期待する方向と同じ方向に進路選択する人もいるでしょうし、全く違う方向に考え直す人もいるでしょう。大学時代に親からの影響を含めて自分の進路についてもう一度考え直し、自分で進路を選び直してほしいと思います。再検討するための「根拠」を得るためにも、大学4年間にさまざまなことに挑戦して、経験を積むことをお勧めします。

(保健管理センター・カウンセラー・三上謙一 みかみけんいち)

