

# スクールカウンセラーだより

No.12



令和3年3月

スクールカウンセラー 中野隆治



「私には夢がある(I have a dream)」



夢がなければ人は生きて行けない……誰が言ったにせよ、誰もが理解できる言葉だと思います。実際、夢(希望)言い換えてもいいかも知れませんが)を失くした後の人生を、人は考えにくいのかもしれません。ただ、夢や希望をいつまでも大事そうに懐に抱いたまま、生きて行くことも難しいと思います。夢や希望の実現に向けて人は生きて行く……この言葉の方が、よりリアリティがあるのではないでしょうか。

かつて、アメリカで、人種差別と偏見に立ち上がった人がいました。その人は惜しくも凶弾に倒れてしまうのですが、その人が、抗議する20万人の人々に向かって呼びかけたこんな演説が残っています。

私には夢がある。それは、いつの日か、この国の国民が立ち上がり、「われわれは、すべての人間は平等につくられていることを自明の真理とみなす」というこの国の信条を、眞の意味で実現させるという夢である。

(マーチン・ルーサー・キング牧師)

有名なエイブラハム・リンカーン大統領のゲティスバーグでの演説(人民の人民による人民のための政治……)にもなぞらえられる、アメリカの平等思想を訴えるこの演説がきっかけで、人種差別撤廃の運動が大きく前進していったのです。

夢や希望を単に持つだけでなく、それを実現するために生きる……人生の究極の目的はそこにあるのかもしれません。夢や希望をどのようにして適えて行けばいいのでしょうか。

心理学では、過去や未来に対する見方のことを、時間的展望と言います。みなさんの年頃には、時間的展望が広がっていると考えられています。現在や近い未来だけでなく、遠い将来のことも考えるようになるのです。また、自分の現実を考え、自分がなれる可能性をも考えるようになります。

ここで、夢や希望が、みなさんの前に、現実的な姿となって現れてくるのではないかでしょうか。自分は夢に描いている自分になれるのか、夢を実現するにはどうすればいいのか、そもそも、今の自分に夢を実現させるだけの力があるのか……。

一つの方法は、遠い自分を見据えながら、そのために今の自分は何をしなければならないかを考えることではないでしょうか。長期的な展望に立って、今しなければならないことを考える、そして実行する……そうすれば、やがて夢の実現へ、一步近づいていくことになるのではないかと思います。目先のことに捉われず、長い目で将来を見据え、現在を大切に生きて行ってほしいと思います。