スクールカウンセラーだより　No.5

令和３年９月

SHONAN GAKUIN HIGH SCHOOL

スクールカウンセラー　中野隆治

「本当の幸せ」

暑い残暑の最中（さなか）、夏の思い出は遠くに過ぎ去り、高校生のみなさんにとっての日常が戻ってきました。お元気ですか。

みなさんは、こんな歌詞の歌を聞いたことがあるでしょうか。

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

思春期に少年から大人に変わる

道を探していた　汚れのないままに

飾られた行きばのない

押し寄せる人並みに

本当の幸せ教えてよ

壊れかけのradio

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　（徳永英明（とくながひであき）「壊れかけのradio」）

自分とは何か、どこへ向かって生きて行けばいいのか、将来に何が待っているのか・・・・・・そんなことを日々悩む少年の鬱屈（うっくつ）した心情が、訴えかけるような、すすり泣くような哀切（あいせつ）なメロディとともに、心に迫ってきます。壊れかけのいつも聞いているラジオに訴える少年の心情は、全ての同世代の人達へのメッセージを持っているのではないでしょうか。

友人や家族や恋人や先生達に取り巻かれながら、本当の自分を探そうとしているのが、高校生のみなさんの日常ではないでしょうか。本当の幸せ・・・・・・・それはどこにあり、どのように見つければいいのでしょうか。

心理学者は、人はそれぞれ、自分のアイデンティティの確立のために生きていると言います。アイデンティティとは、一言で言えば、自分が望んでいる自分と、世の中や自分の周囲が思っている自分が一致した状態を言います。そのアイデンティティを達成した時、人は真の大人になったと言える、と言うのです。幸福は、手に入れた時は、もう幸福ではなくなっていると言います。むしろ手に入れようと必死にあがくように生きている今が、幸福なのかもしれません。日々、あれこれと生き方を工夫して、試行錯誤を繰り返している今こそが、実は振り返って幸福の時代だったと言えるのではないでしょうか。

いずれにしても、今の自分を変えることは、本当の自分に向かっていることになると思います。大いに悩み、苦しみ、考えて下さい。その先に見える本当の姿にたどり着くまで。