

経験から築いた人間関係に対する私の考え

柏市立柏高等学校 福島亜細亜

私の名前は、福島亜細亜です。今は、市立柏高校に通っている高校1年生です。母はフィリピン人で、父は日本人です。そのため、今まで日本とフィリピンの間を行き来し、いろんな人間関係や環境の中で育ちました。私は日本生まれで、国籍も日本です。自分自身、フィリピンで暮らしている間も、私は自分を「日本人」として意識してきました。好きなものや、好きな食べ物も、日本のものばかりでした。

小学校と中学校はフィリピンで通いましたが、日本とフィリピンとを行き来していた関係で、フィリピンに入ったクラスでは、私は、同級生より2歳年上になりました。その時は、同級生よりも年上ということもあり、また、言葉の問題もクリアして学校の成績も良かったので、私のことを見下す人はいませんでした。

中学校3年生の時、私は日本に帰ってきました。先ほどもお話したように、私は日本が好きでしたし、日本の生活に、ある種の憧れのようなものを抱いていましたから、「これから、どのような生活になるんだろう」と期待しワクワクしていました。ですが、物事は期待どおりにはいかないものです。

特に、私が傷ついたのは、自分の能力が低くなった感覚です。元々、私はある程度日本語ができたのですが、日本の学校に通うのは初めてで、成績も相当下がってしまいました。また、スポーツでも邪魔もの扱いされることもあって、周りから見下されているように感じるようになりました。友達はできましたが、それ以外の人とトラブルが起きることもありました。ここでは詳しく言うことができませんが、私は争いが嫌いなので、それは本当につらいことでした。

フィリピンでは、私は優越感のようなものを感じていたのかもしれませんが、ところが、日本に来たら、劣等感のようなものを感じるようになったのです。そう感じ方が変わったのは、環境が異なるからです。同じ自分であるはずなのに、フィリピンと日本という違う環境で、自分は自分について全く違う感じ方を抱くようになったのです。

私は、とても悩みました。誰かに相談すれば相談にのってもらえることはできたかもしれませんが、自分の問題なので相談しませんでした。私はインターネットで色々調べました。ちょうどそんな時、アドラーという人の心理学が出てきました。最近話題になっているアドラーですが、フロイトと同じ時代、19世紀から第二次世界大戦中にかけて活躍し、現代の心理学理論確立に貢献した人です。フロイトが無意識が意識を支配すると言ったのに対して、アドラーは人間を分割して観察するのではなく人間の全体性を大切にしながら、人間の意識の力を重視します。

アドラー心理学は、個人心理学とも呼ばれますが、感情は自分でコントロールできるものだと思います。その心理学について勉強しているうちに、少し気持ちが楽になってきて、

自分に自信が持てるようになりました。その後も、アドラー心理学から学んだことが、自分の人間関係に対しての考えの骨組みになっています。

人の事を上に見ず、また、下にも見ずに対等に見て、互いを尊重して平等であるということを忘れないように、私は心がけています。そして、お互いの違いや、それぞれの価値観が違うということを分かち合っこそ、良い人間関係が築けると考えています。