

#### [4] 連載 “Well-being” ことはじめ (三村和子)

##### 第 78 回 未来を想像する連載 “Well-being” ことはじめ

##### 第 78 回 未来を想像する

臨床心理士・公認心理師・カウンセラ

三村 和子

5月31日関西地区放送のNHK番組「かんさい熱視線『男社会を考える』」では、最近相次いで報道された自治体のトップや大手企業の経営幹部によるセクハラの告発が続く事態について、なぜこうした状況が続くのか問題提起がなされ、問題解決に向けて行われているある中学での実践や専門家による意見が紹介されました。

臨床心理士の西井開氏は、男性中心の価値観が残る「変わらない社会」について以下のよう

に語っています。

心理ではなく男性たちに走っている文化みたいなもの。強くいろんなところで耐えて他者に勝っていくみたいなね。そういう男性のイメージみたいなものがイメージを飛び越えて規範みたいなふうになっていく。自分とか周りの男性をしばりつけるものとしてなってしまうと、それはそれで誰かを傷つけてしまう。難しいかもしれないけど、そういう集団から離れることを自分たちが生きていくための集団はその1つじゃないということを、男性たちが逃走線みたいなものを確保しておく。そこだけが自分の生きられる社会じゃないと知っておくということが一つ重要。

企業組織で働く人の中には、あるきっかけから今いる集団に居づらいという感覚を持ってしまおうとその先の人生に希望がもてないと考えてしまう人が、今の40～50代前後の世代にある程度いると思います。この人たちの様子を見ている若手社員は違和感を持つことでしょう。このような人たちにとって職場ではなく、人生全体をみることや自分の価値観を安心して共有できる友人の存在が大切です。

番組の後半では、京都にある中高一貫校でミッションスクールの洛南中学・高校のジェンダー教育について紹介されました。これは中学3年生が半年間週1回授業として受けるもので、DVはなぜおこるのかについて講師からレクチャーを受けたり、話し合いをするものです。

中でも生徒2人と40代の男性教員（同校卒業生）1人の3人の男性に女性のファシリテーター1人が一緒に行う話し合いは興味深いものでした。男性同士のコミュニケーションにどんな問題があるのか、自分たちの経験から話し合うものです。この話し合いでは、男性の集団では、その場の空気を優先してしまう特徴があることが話題となっていました。例えば、あるできごとについて自分が深刻に捉えていても、他の人たちがそう感じていないと察

するとふざけた調子で合わせてしまうというものです。

レクチャーや話し合いでは一貫して「感情の言語化」が丁寧になされていました。自分の中にどういった感情が生じているのかを他の人に伝えて理解してもらい、そして言語化して改めて自分の中の感情に気づくことができるという経験は貴重なものです。男性社会では昔から強さが重んじられてきました。感情を表に出すこと、特に弱さを認めることにつながることは抑制されてきました。「自分が我慢すればどうにかなる」「仕事だから厳しくても当たり前だ」などと放置されてきました。「みんなが我慢しているのだから」と我慢する人が増えていくと、それぞれが自分のこと、それも目の前のことでいっぱいになり、他の人と支え合うことができなくなります。

番組ではなぜジェンダー教育を始めたのかについては触れられていませんでしたが、この取り組みは第 7 代で初めての女性・小田恵氏が校長になり始めたそうです。京都大学に毎年多数の合格者を出している男子校で、生徒が社会人になるプロセス、とりわけ多様性が求められる社会の中で必要なことと考えて始められたのではないかと思います。

カウンセリングの経験から、男性で高学歴の方の中には勝ち負けや数字へのこだわりが強く、思いやりや人生への意味といった抽象的な概念への興味を持ってこなかった人がいます。こういうタイプの上司は、部下が困った様子で仕事が滞っていると相談した場合に、進捗のみを考える話し合いをしてしまい、結果として部下との信頼関係を築くことが難しくなります。

男女に関係なく、一緒にいて安心でき、強さも弱さも認め合える人間関係を築くことが大切です。話をする人、聴く人の双方が「弱さもよし」とする文化が浸透しないと、企業の経済活動としての理想—右肩上がりのイメージの風潮が強くなり、強い者の理屈が優先されると思います。結果として弱い者の意見は軽んじられ、取り入れられなくなるでしょう。人手不足が深刻化する中で、企業では今いる人材が安心して働き続けられる環境を真剣に整えることが求められます。働く人それぞれが尊重されることが必要です。

上司と部下の対話では、普段の働きぶりについて振り返りながら労い、感謝を伝えましょう。そして落ち着いた状態になるようゆとりを持ちましょう。落ち着いた状態になれば、取り組んでみたいことや挑戦したいことにも思いをはせることができます。

番組では上智大学准教授で性暴力被害の専門家である斎藤梓氏が「見えない、見たくない」ではなく、「見えないものへの想像力が大事」と語っていました。想像力について臨床心理士の内田伸子氏は、「未来を意識したとき、現在から離れるような精神活動が活発になる」と述べています。職場で現在から離れるということは、今まで見ていなかったものや見えないものを見ることだと思います。頼れる上司や仲間がいると実感できる対話は未来への活力を持続的に生み続けると考えます。

“理想の実現” パターンは、IS 技術者の仕事に即した内容の対話を促し感情の言語化を

図ることを狙いとしています。自分の内面をみつめることにより、生命情報を喚起できる可能性があります。

IS 技術者の方々がやりがいを持って働くことができるよう、そして組織がよい方向に向かうために何がよいのかについて、本稿では今後も探って参ります。皆様からのご指摘やご意見をお待ちしています。