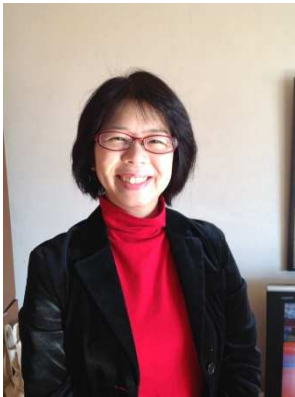


(東京女子大学文理学部心理学科 白百合女子大学大学院発達心理学専攻修士課程修了、博士課程中退／東京女子大学非常勤講師 青山学院高等部相談室 臨床心理士)

1984年3月 卒業

高木 紀子 (高36)

引いたくじを「当たり」にする人生を！



私はどんな仕事をしているか

私は臨床心理士として、さまざまな仕事をしています。ある時は、高校のスクールカウンセラー、またある時は小学校のスクールカウンセラー、ある時は中学校を巡回して見に行き、ある時は大学や専門学校で心理学の講義をしています。保育園を巡回し保育の助言や子どもの発達を見る仕事をしたり、保健所で両親学級のレクチャーをしたりすることもあります。また、カウンセリングセンターで大人相手のカウンセラーをしていることもあります。他には幼児向け雑誌の子育て相談の回答者などをしていることもありますし、教員や保育士向けの研修会講師をすることもあります。わずかながら本やコラムの原稿を書く仕事もあります。

まとめると、心の専門家として人の話を聴くこと、心理学的知識を発信することが私の仕事内容ということになりましょうか。

私の雇用主は、東京都、市区町村の教育委員会、保健所、子ども家庭課、民間の保育園や学校等です。毎年、自分で確定申告をしています。源泉徴収票を見ると、枚数が多い上に公のものが多く、堅い仕事ばかりに見えます。でも実際にはそんなに堅いことばかりではなく、型にはまらないような「人相手」の仕事で、うなったり考えたり、子どもに触れたり人と話したり笑ったりして毎日を過ごしています。

基本的に、私は毎日どこかに外勤をしています。曜日で決まっている仕事もあれば不定期の仕事もあります。心理士はみな私のような働き方をしているのかというとそうとも言えず、一般的には2、3か所程度を掛けもちで仕事している人が多いようです。心理士というのは、時間単価は高いですが、常勤の仕事が少ないのが現状ですね。

大学時代のこと

私は、立川高校卒業後に東京女子大学の心理学科で学びました。第一志望ではなく、しかも女子大学に入学した私は、立高とのギャップに大いにびっくりし、その結果、どうしたことか、猛烈に大学の勉強を頑張ってしまうました。世間では高校で頑張り大学で遊ぶものと言われますが、その逆をやってしまいました。時代はバブルのまだはじける前、ディスコに行くような華やかな女子大生が取り沙汰される時代でした。敗北感に満ち、ふてくされて入学した私が、なぜ授業をさぼる方向に行かなかったのかというと、立高時代に「授業をさぼって成績が悪くなる体験」を嫌というほどしていたからだと思います。大きな声では言えませんが、立高時代は、授業をさぼって友人と語らったり、文化祭や体育祭の準備をしたりして、勉学のほうはかなりおろそかだったのです。当然、志望校には入れず、希望の心理学

科ではあるものの、まさかの女子大学に入学することになったのでした。そんなこんなでふてくされながらも猛烈に勉強し、大学ではいつも「全優」という気持ちの悪い成績を取るような大学生活を過ごしました。立高時代の友人が見たらびっくりしただろうと思います。

因みに大学時代には、私は立高のことを封印するようにしていました。心地の良い高校の仲間と会うと高校時代に戻りたくなくなってしまい、前に進めない気持ちになりそうな不安がありました。そうなので、卒業アルバムも封印し、あまり高校の仲間の集まりにもいかないようにしていました。今振り返ると何をそんなに力んでいたのかと思ってしまいますが、当時の私には敢えて前を向かないとならないほど余裕がなかったということでしょう。

大学卒業後のこと

不思議なことに、好きではなかったはずの大学は私にとって次第に居心地の良い場所になり、卒業後は大学職員としてそのまま大学に就職しました。就職して2年目に結婚し、何もかもが平和に思えましたが、緻密な大学事務の仕事は私の性質とは合わなかったようで、4年目に体を壊して退職。その時に、すでに白百合女子大学に移っていた私の指導教官の女性教授が「研究室を手伝ってほしい」と呼んでくれました。その教授の私設秘書をする6年の間に第一子、第二子を産み、第三子がお腹にいる頃、また心理学を学び直そうと白百合女子大学の大学院を受験しました。なぜほかの大学の大学院を受けなかったかと言うと、内容的に学びたい専攻があったのももちろんですが、子どもたちの保育園が白百合女子大学の近くだったというのも大きな理由でした。

学部を卒業して10年後、32歳でママさん学生として院生時代がスタートし、修士課程、博士課程と進みました。大変でなかったと言われると確かに大変ではありました。でも、立高時代の文化祭、体育祭の忙しさ——朝早く学校に行けばひと仕事できる、時間は作り出せるという感覚——が、私を支えてくれたように感じます。家族が寝ている間に起きて勉強したり、ちょっとした隙間時間に家事をやったりの毎日でした。

一番つらかったのはいつかと言うと、「受験するかどうか迷った時」です。ゼミの発表の時でもなく、修論で徹夜した時でもありません。人は、迷った時がつらいこと、腹をくくるとパワフルになれることを身を以て学びました。そしてその時に、私の背中を押してくれたのは、「やらないで後悔するな、やって後悔せよ」という立高時代によく聞いたフレーズでした。

博士課程に進んだころからは、沢山の心理臨床の仕事が人づてに入ってくるようになり、研究どころではなくなりました。人と会い、カウンセリングをしたりコンサルテーションをしたりすることに、私はやりがいと喜びを感じ、博士課程を1年残して中退をしました。ありがたいことに、今では、いくつかのお仕事をお断りしながら、仕事の量を調整するほどになっています。その内容は冒頭に述べたように多岐にわたってします。

立高生の皆さんへのメッセージ

カウンセリングにおいて、〇〇と△△のどちらを選んだらいいでしょうか？というような相談を持ってくるクライアントさんが少なからずいます。でも、カウンセラーにその答えはありません。その人はどちらを選びたいのか、何を躊躇しているのかを拾っていき、一緒に考えるのがカウンセラーの仕事です。人生に当たりくじはありません。こちらを選んだら正解、こちらはハズレということではないのです。

では、よりよく生きるためにどうしたらよいのでしょうか。そもそも当たりくじは無いので、当たりくじを引くことはできませんが、選んだくじを当たりにするように生きていくことはできます。自分の選んだもの、あるいは選んだわけではなくて与えられてしまった今の状況を「当たり」にするように生きていくこと、これなら誰でもできることではないでしょうか。その際には、自分軸を持ってぶれずに生きることも大切です。人から見たらどうかということに囚われていると、どんな当たりくじもハズレに思えてしまうものです。

あの時こうすればよかった等々、「歩まなかった道」は誰にでもたくさんあります。きっとこれからもあるでしょう。無いものを数えるのではなくあるものを数え、選んでいる今の人生を「当たり」にしていくような歩みをしていってください。

立高での3年間は「当りに余りあるもの」と信じています。