



キャリアじゃない。人生なのだ。

たちかわ ひろかず
太刀川 弘和 (保健管理センター 精神科)

今の時期になると、就職や卒業が決まった学生諸君の自信と明るさに満ちた話を聴く一方で、就職活動をしたけれど自分の希望する会社に入れず、あるいは卒論が間に合わず、相談にくる学生さんの話も多く聴きます。中には「自分は就職もできないダメ人間だ」とか、「自分だけが社会に取り残されてしまった」といってひどく落ち込み、うつ状態に陥ったり、ひきこもったり、自分を傷つける人もいます。なぜここまで思い詰める状況が生じるのでしょうか。

そこで今回は、キャリアと自己愛の関係から、理由を探ってみましょう。

キャリアの問題

日本の就職は、卒業とリンクしており、金銭を自ら得るだけでなく、社会的・職業的に自立し、あるいは社会の中で自分の役割を果たす、いわば「大人の切符」のように位置づけられていました。しかし現代では、職業の不安定化と職業意識の希薄化に伴う学卒無業者が急増しています。これには一旦就職したら同じ企業で生涯働く終身雇用が崩壊しているにも関わらず、大学卒業後の一斉就職にこだわる社会の古風な体制が影響しています。現代の就職活動は明らかに歪んでおり、学生はその犠牲者と言わざるを得ません。さらにその価値観の歪みは社会全体に息づいており、「なぜ大学を出たのにすぐに就職しないのか」というステレオタイプと社会的圧力が、親世代のみならず学生自身の価値観にも色濃く浸透しているのは、驚くべきことです。このような状況で、周りの友人たちを尻目に、就職支援サイトをくまなく眺め、エントリーシート何十枚も自分のアピールポイントを書かされ、何度も面接に落とされるのが、自己評価を低める強いストレスとなることは容易に想像されましょう。

自己愛の病理

一方、就職ストレスをタフに乗り越えることが難しい学生が増えている背景には、自己愛の問題も指摘されています。「自己愛 (ナルシズム)」とは、文字通り自己を愛することですが、精神医学的には、社会的地位や目標達成により自分の満足と周囲の注目を得ようとする、他者の感情や現実認識に鈍感であることを指します。自己愛は子どものころは誰もが持っていますが、成長によってある程度現実認識に置き換えられます。しかし本当は低い自己評価や傷つきやすい自己が成人になっても続いていた場合、これを防衛するために限りない理想にこだわり、現実との折り合いをつけられなくなるとうつ病となり、あるいは自己愛性パーソナリティ障害という性格の病に陥ります。

タフに生きること

現代の日本は、この過剰な自己愛を育みやすい環境にあります。少子化は親子の密着を促進し、子どもは大学に入るまで親の求める成績優秀な「いい子」を演じ続けなければなりません。そして一度就職すれば、グローバル社会で活躍するコミュニケーション能力の高いスーパーマンでいなければなりません。今や大学ですら、「求められる素晴らしい学生像」を毎年目標に掲げています。何のために私たちが生きるのか、ではなく、どのように生きることが模範的か、が教えられます。しかし、少なくとも精神医学的には、現実と折り合って食べていける程度の仕事をし、生きのびて、ほどほどに自分を愛することこそ、タフに生きるといえることです。

アップルの創業者のS.ジョブスは言いました。「キャリアではない。(問題は) 私の人生なんだ」と。うまくいかない皆さんを、私たちはキャリア支援室と一緒に応援していきます。



ひとりで悩まず 保健管理センターへ

保健管理センター受付 029(853)2410
学生相談室受付 029(853)2415