自認の在り方とは

白井市立南山中学校　三年　荒木　優衣香

近年よく聞く、「自認〇〇」という言葉や性格タイプ診断などを使ったことはあるだろうか。私自身、性格タイプ診断を一度したことがある。しかしその結果は、少しずつ自己認識と異なっていて、違和感の残るものとなってしまった。またある日、クラスメイトが「自分が心掛けていることを、周りはできていなくて」と愚痴をこぼしている場面に遭遇したことがある。ただその時の私には、そのクラスメイトがその信念を心掛けて行動しているようには見えなかったため、「自己認識」は正しいとは限らないのではないか、という疑問を持つとともに、自己認識の在り方について考えるようになっていった。

「自己認識」が完全に正確でないのは、自己認識そのものが、「自分の理想形」と「自分にしか見えない内面」が混ざり合ってできたものだからだと私は考える。人間誰しも、「自分はこうありたい」という気持ちがあるだろう。しかし、それがいつの間にか自分のした行動を、自分の理想に沿うように解釈していたりはしないかと私は思う。極端に例えるともしあなたが「モラルや TPO を大切にしたい」という理想を持っていたとする。ある日公共の場で、一緒にいた友達が周りに聞こえそうな声量で近くにいた人の身体的特徴を話していた。その時に否定をせず、苦笑いで返してしまったら、あなたは周囲の人から「モラルのない人」という括りに入れられてしまうだろう。内心良くないと思っていたり、そう反応するしかなかったとしても、それは「自分にしか見えない内面」なので、周囲と自分との評価は異なってしまうのだ。このようにして、自己認識が周囲の認識と比べて正確でなくなってしまうのだと考える。

だからと言って、正確な認識を持って、それに基づいて行動するべきという訳ではない。私が伝えたいのは、「自己認識は正しいとは限らない」という自覚を

持つことだ。私は自己認識について、理想と見えない内面が混ざり合ったものと表現した。そのため、勿論自分自身にしかわからない気持ちやポリシーも含まれるだろうし、周囲の人々に分からない部分もあるだろう。また視点を変えると、自分が認識できていない行動も、周囲の人は見ているだろう。つまり、自己認識が周囲の評価とずれてしまうのは当然のことであるし、あくまでも「自己」の認識であるため、正しくある必要もないのだ。だから、正確かもわからない自己認識に縛られすぎないことを大切にして欲しい。自分で見えていない部分も、「私はこういう性格だから」という自己認識で片付けてしまうと、きっと自分が生きにくくなってしまうと思う。これは近年流行している性格や恋愛のタイプ診断の結果にも言えることだと思う。自分が入力した自分についての認識は上記のように正確とは限らず、また自分の見えている範囲のことしか入力出来ないため、出た結果も完全に自分という存在を捉えたものではなく、あくまで「こんな傾向があるよ」という指標にしかならないのだ。けれど私たちの中には、その結果を全てとして自分と合う人間や職業を選び、生きやすいと思しい道を進む人もきっといるだろう。決してそれは悪い事ではないと思う。けれど正確でない、傾向しか捉えていない指標を基に自分の人生を決める事は勿体無くはないか。これは私が体験した例だが、人の考え方というのは、１８０度変わることも起こり得る。一番変わりやすいのは、自分が傷付くようなことをされた時だ。例え過去に自分が良しとしていたり、やっていた事だとしても、それをきっかけに自分の行動を省みるようになる。すると今まで仲良くしていたり、一緒にいて一番楽しかった人でも言動や行動に嫌悪感をおぼえて、話さなくなることもあれば、「合っている」と思っていた空間が耐え難いものになってしまう事もある。本当に小さい出来事でも、案外簡単に人は変わってしまう。だからこそ私は、「自分はこうだ」という認識に縛られ過ぎないで欲しいと伝えたい。

　今の時期の私たちは、自分が何を大切にしているのか、何をしたいのかを見失うこともあるだろうし、例に挙げたようなタイプ診断などに頼りたくなる時も

あるだろう。ただその時、「自己認識」に囚われて選択肢を狭めるのではなく、自己認識が「正確なものではない」と頭の片隅に置いておくだけでも、きっと生きやすさは変わってくるだろう。あくまでも自己認識でしかないのだから、縛られる必要はない。軽く受け止めるくらいが良い「自己認識の在り方」ではないか。