

## Topic 6. 卒業への準備段階

大学生も後半になると卒業に向けていろいろ考えることも多くなります。それらはすべて社会に出るためのこころの準備運動でもあります。ケガをしないように、また体力不足にならないよう柔軟な気持ちで自分の将来について考えていきましょう。

### 1. 社会人になるということ

大学に入学した時、あなたは自分の未来をどこまで想像できたでしょうか。入学することを考えるだけで精一杯だったかもしれません。卒業後の目標をすでに持ち、そこに向かって努力してきた人も、入学した時に持っていた夢とは違う夢を追いかけているかもしれません。

レヴィン(Lewin,K.)によれば、ある一定の時点において、個人が過去や未来をどのように受け止めて解釈しているかを時間的展望といい、過去や未来の出来事は現在の状況に対する認知に影響し、現在の状況が過去や未来の出来事に対する認知にも影響するとされています(白井、1997)。つまり、今までつらいことばかりだったと過去について認識していると、未来もつらいに違いないと思い、今までなんとか生きてきたのであればこれからはなんとかなるだろう、と思えるということです。

時間的展望を持つことは、私たちが過去—現在—未来をひとまとまりのものとしてとらえることであり、都築(1999)によると、青年期のアイデンティティと時間的展望は関連しているとしています。なぜならアイデンティティの形成とは、「自分が自分以外の何者でもなく、以前からもこれから自分であり続けるという自覚を持つこと」で、「さらにその自分が社会の中で受け入れられていくという確信を持った状態」をさすからです(安達・下村、2013)。

未来のことは誰にもわかりません。けれど将来どんな仕事をしてどこで生きていくかということを考える時、誰もが人生の主人公です。今まで学校という場で学生としてしか過ごしてこなかったみなさんにとっては社会に出ることはとても心細く、怖いことかもしれません。けれども、“自分の人生を生きる”自由を手にすることができるといのは素晴らしいことです。もちろん、今後も進学して学生を続ける人もいるでしょう。でも、それもあなたの主体的な選択である以上、あなたはすでに自分の人生を歩んでいるのです。

#### <文献>

安達智子・下村英雄 (2013). キャリア・コンストラクション ワークブック—不確かな時代を生き抜くためのキャリア心理学. 金子書房.

白井利明 (1997). 時間的展望の生涯発達心理学. 勁草書房.

都築学 (1999). 大学生の時間的展望 構造モデルの心理学的検討. 中央大学出版部.

レヴィン、K. 猪俣佐登留訳(1956). 社会科学における場の理論. 誠信書房. (Lewin,K.1951. *Field theory and social science*. New York:Herper)