

スクールカウンセラーだより

## マインド

令和2年1月16日  
御成門中学校  
校長 佐藤 太  
スクールカウンセラー  
柿岡文彦・山口雄介

### 【『自由』を自由にどうぞ(?)】

2020年が始まって、だいぶ日が経ちました。ことわざには、「一年の計は元旦にあり」とあります。先人たちの知恵には、物事の計画は早々に立て、実行せよとのこと。よいスタートダッシュをきれた人はそのままに継続してもらい、まだ一年の使い道を決めかねている人は、日々を無為に過ごさないようにしてください。とはいっても、一年は長く、まだ300と余日は手付かずのままです。ということは

ご自由に  
どうぞ

これから

だけでも「自由」が利きます。さて、皆さん、この「自由」をどうしますか。ということで、今回のテーマは「自由」、このことについて心理学の観点からお話をします。カウンセラーで、社会学者としても多彩な功績を残したE. フロム先生は「自由」な社会の中で人は、自分らしく生きる在り方を見つけられないと、その結果として、折角ある「自由」を放り出して、あなたは、〇〇しなさいと自分の在り方を決めてくれる「権威」にすぎると言っています。かつて、第二次世界大戦時、ドイツがヒトラー率いるナチスに傾倒したのは、そうした背景があったのだといいます。歴史の流れの中で、社会のシステムは、人を身分で縛り生まれながらに人の一生をある程度、型にはめ込んできました。対して、人は、それに反発して「自由」を求めました。しかし、いざ「自由」になってみると自らが自分の在り方を切り開いていくことに不慣れでした。そのため、社会システムの中で役割をみつけれないと孤独や無力感に陥ってしまうそうです。そこで、E. フロム先生は、人々に自発的な活動が、孤独の恐怖を克服する一つの道だと説いています。

ですので、「自由」な2020年、私はこうあるという自発性をもって、計画的に活動してみてもどうでしょうか。とはいっても、自発性の働かせる方向性がつかめない人は、相談室にどうぞ。スクールカウンセラーは〇〇しなさいとあなたに権威的な決め方はしません。あなたなりの進め方を一緒に考えます。

#### 【相談の申込み】

ご相談のお申込みは下記の番号までご連絡下さい。保護者の方のご相談もお受けしております。

御成門中学校（代表）03-3436-3559 保健室：佐藤先生  
相談室（直通）03-3436-3551（留守番電話にて対応）  
月曜日担当 柿岡 木曜日担当 山口