

研究者リーダーシップ・プログラム

「第3回 自己理解を深め、他者理解・相互理解につなげる」参加レポート

研究者リーダーシップ・プログラムに参加させていただく機会をいただき、誠にありがとうございます。今年度より名古屋大学に URA として着任致しました。前職では研究者として仕事をしておりましたが、出産を機に考え方が変わり、研究の面白さを子供たちに伝えることや、若手研究者の育成に携わりたいと考え現職に就きました。今までのキャリアとこれからの自分を見つめ直すために、本プログラムへの参加を希望致しました。

今回は中島平先生（東北大学大学院教育学研究科 准教授）より「自己理解を深め、他者理解・相互理解につなげる」というテーマでのお話でした。「利き手と逆の手で自分の名前を書いてみましょう」と面白いワークから始まりました。普段書きなれている自分の名前も、書く手が異なるだけで感じ方が大きく異なります。その感じ方は皆異なり、「その認知の違いを学んでいくことが重要」という先生の言葉はとても印象に残りました。また、ユングのタイプ論では一般的態度（内向⇔外向）、と心理機能（感性⇔直観、思考⇔感情）から構成されることを学びました。自分の行動から自分がどのタイプかを読み解いてください、と先生は仰います。しかし、これはなかなか難しい…自分がどの主機能を持っているのかを考えるよいキッカケになりました。それが分かれば、消耗しやすい行動や充電にかかる時間など分かった先生が教えてくださいました。近年、他者と比較して焦ることが多かったですが、人それぞれが異なってよいことを改めて学ぶことができ、少し肩の力を抜くことができました。

今回の研修を通じて、自分自身の主機能について理解が深まりました。自分をより知ることによって他者も理解し、様々な人間関係の構築に活かしていきたいと思います。今後も自己理解を深め、若手研究者の「研究」の支援だけでなく「ココロ」の支援もできるよう、更に学びを続けて参ります。

（坪井知恵・名古屋大学学術研究・産学官連携推進本部研究支援・人材育成部門 URA）