

## 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

今回は中島先生から、自己理解を深めるためのユングのタイプ論に基づく講義がありました。ユングのタイプ論では外向・内向などの指標をもとに心理機能を分析します。自身の心理機能の傾向を理解することで、他者との関わる時や重要な判断に必要なときに指標とすべき心理的な機能に気付くことを学びました。私にとって参考になった点や考えたことのうち、主な3つの点をまとめます。

1つ目は、重大な決断を行う時に自分の主機能に重きを置いてみるということです。人生の重要な判断をする場面で考慮すべきことはたくさんありますが、自らの主機能に従った判断をすると間違えることが少ないことは参考になりました。また、「正しい」判断ができるかよりも、納得できる判断ができるということなのかもしれないとも感じました。悩んでいる時は最後まで正解が分からないこともあります。自身にとって心理的に自然な判断をしたという記憶は、納得して潔く前に進むために重要かもしれないと思いました。

2つ目は、身近な人のタイプの偏りについてです。私の身近には内向、思考、直観などの機能が主要機能の人が多く感じ、自分も同じような機能が主であると思いました。しかし、自分よりその傾向が強い人に囲まれていると、感じ方が偏ったり、また逆に、相対的に逆の方向の心理的傾向を強く感じて疲れたりするのではないかと、普段の場面を思い出しながら考えました。似たような傾向の人だけでなく、様々な人々に会うことで、自分の性格の自然な位置を見出すことは大切だと思いました。

3つ目は、タイプ論をどのように受け入れるということです。私にとって、根拠の乏しい性格判断や偏見を避けるため、心理機能のタイプ分類は理性的には否定されるものでした。しかし、今回の講義をよく聞いて、性格の分類指標そのものを放棄してしまうと、自分にとって中心となる評価軸でしか人を理解できなくなるのではないかと考え直しました。人によって何らかの性格的な違いはあるはずで、その性質を連続値として表現する多様な軸はあるはずです。カテゴリー化ではなく、グラフの軸としてユングのタイプ論を解釈してみると、とても納得できました。今回の講義によって、自分が意識していない心理機能を意識することができ、自分や他人の分析の幅が広がったことは良かったです。

(北尾晃一・名古屋大学大学院生命農学研究科 研究員(学振PD))