

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、「第3回 自己理解を深め、他者理解・相互理解につなげる」をテーマに東北大学の中島平先生の講義を受けて、冒頭に先生がなぜ自己理解や自然な活動を知ることが重要なのか？という問いに対し、自分にとっての自然さを知ること何をするにせよいのか分かる、その先には「自己実現」につながるという今回の講義の本質を明示していただき、直感的に考えることより、「体験して、感じて、自然を知る」ことが大事だなと思いました。そもそも自然という言葉自体も辞書で調べると「おのずからある状態、あるがままの状態」とあり、やはりこれは日々、研究をしていると左脳偏重になり考える癖がついている多くの研究者にとって難しい、感じるということの重要性を改めて認識するきっかけになりました。

講義の内容ではユングの心理学的タイプ論からまずは自己理解をして、日常生活で対局にある人やタイプの違う人のコミュニケーションを円滑にする方法などを学べて非常に興味深かったです。本講義を受ける以前にMBTIの性格診断は実施したことはありましたが、また改めて別の視点から自己理解や他者との関係を見直すことができ面白かったです。MBTIの性格診断では、いくつかの問いに回答していくと自動的に自分のタイプが分類される。一方、今回のユングの心理学的タイプ論では内向的や外向的の定義や先生からの身近な事例をもとに自分自身でタイプを分類する必要がある、他の参加者の方からの質問にもあったらように、ここがなかなか難しく、話を聞いていくうちに、やはり自分は外向的だなと思うところもあるが、ある事例では内向的だな、というように個人の中に両者の性質が共存しているのは当然のように感じた。難しさのその他の原因として、先述したように「感じる」ことへの弊害として「考える」癖もあると思います。その前提を理解した上で、自分はより、どちらかの傾向が強いまたは状況（仕事なのかプライベートなのかなど）や対人関係で自分の在り方を少しずつ変えているのではないかとも思った。また、2つの性質が共存しているという事例では、外向タイプではエネルギーを得る、広げる。一方、内向タイプではエネルギーを得る、深める。という視点は潜在意識⇔顕在意識の双極性の関係にもつながると感じました。

個人的には、先生が教育にAIをどのように活用されているのかについても、今後お話を伺いたいと思っています。今回の講義を通じて、新たな視点で自己を見つめ直し、自己実現に向けた気づきを得られたことに感謝いたします。貴重な学びの機会をありがとうございました。

（上野藍・名古屋大学大学院工学研究科 講師）