

スクールカウンセラーだより 夜間部 No.5

令和7年1月22日

Q 自分のキャラが分からない

高校に入って、自分のキャラが分からなくなっていました。中学の時には、けっこう「いじめられキャラ」で周りを明るくしていたのですが、いじってくれる人がいなくて、自分の存在感が消えてしまって、どう振舞っていいのかわかりません。でも内心ホッとしている自分もいます。これから友達とどう付き合ったらいいかわかりなくなっています。

A 「キャラ」は重要？

今は中学校や高校で「いじめられキャラ」「おたくキャラ」「天然キャラ」などのキャラが自然発生的に割り振られ、キャラがかぶらないように調整されていると聞きます。今の中学校社会、高校社会では「キャラ」は当たり前のことで、そのことの重要性が高まっているのでしょう。

一方、最近では「キャラを演じ疲れた」という生徒も多くなっているとも聞きます。

「キャラ」は一時的なもの

もともと、この「キャラ」生成の母体となっているものは、「場の空気を読む能力」や「笑いを取る能力」や「コミュ力」です。しかも自然発生的に割り振られることが多く、本人の意図を超えて決定づけられてしまうことも多いことも指摘されています。本人の自己イメージとは微妙にずれていることもあり、そのギャップを埋めるべく、演技が要請されることもあるということです。

つまり、高校に進学して「キャラ」がなくなってしまうと戸惑っている人もいれば、「キャラ」を演じなくて済むようになりホッとしている人もいます。

あくまでも「キャラ」は普遍的なものではなく、その場しのぎの一時的なものだからです。

「キャラ」より「アイデンティティ」

思春期で大切なことは、「キャラ」を演じることよりも「アイデンティティ」を作っていくことです。子どもから大人へ的人格構造を変えていくこと、自分の人生を主体的に選択し、社会参加の力を育てていくこと、と言えるでしょう。

アイデンティティを作っていくことは、5～10年というふうに時間をかけていくものです。「キャラ」を演じることも、そのプロセスだととらえてみたらどうでしょう。

「キャラ」より「アイデンティティ」と自分に言い聞かせてください。(もっと詳しいことを知りたい人はSCの所にきてください)