

「私」を表現できる社会に

岐阜市立長良中学校 3年
四方 里奈(しかた りな)

私は自己主張が苦手です。授業中に自分から発言ができなかったり、学級の組織をつくる時に、いつも一歩踏み出せなかったりしました。なぜなら、人前で話すとき、私はいつも周りの目を気にしすぎてしまうからです。しかし今、私はこの場に立って話しています。この場に立てたのは、仲間や先生からの「やってみたら?」「きっとできるよ。」などの温かい声かけに後押しされ、挑戦してみようと思えたからです。私だけでなく、日本人のほとんどが欧米人に比べ、自己主張が苦手なのです。どうして日本人は自己主張が苦手な人が多いのでしょうか。自分なりに調べていく中で、欧米人との決定的なちがいは、幼いころからの環境のちがいでした。日本と米国の発達期待を調べた調査研究によれば、欧米人は幼いころから自分に自信をもち、他人に負けないよう自己主張することを大切に育てられていることを知りました。対して日本人は、幼いころから協調性を身につけることを大切に育てられているため、意識していなくても無意識のうちに自己主張のブレーキがかかってしまうのだと思います。

また、日本人は自己肯定感が欧米人に比べ低いということが、内閣府が行った各種国際比較データを見ると分かります。これらの調査結果などから、日本人は自分に自信のない人が多いのだと思います。私もそうですが、自分に自信が持てないため、長所を聞かれても上手く答えられる人が少ないのだと感じます。しかし、それらは本当に悪いことばかりなののでしょうか。自己主張が苦手なのは、日本人の優しさに溢れた心なのではないでしょうか。相手や周りを思いやって協調性を保とうとする日本人の優しさなのでしょう。自分の考えや感じ方を人に押し付けようとしなくて、昔から日本人に根付く思いやりという文化なのです。

だから私は、そんな日本人の優しさに溢れた心を、否定したくないのです。自己主張が苦手でも、自己肯定感が低いことが、全て悪いことではないのだとみなさんに知ってもらいたいです。悪いことではないけれど、これからの社会では思ったことを素直に伝えられるのも大切になってきます。だから私は、みなさんにもっと自分を肯定してもらいたいです。生き方が違うだけで、1つの個性だと思えばいいのです。私は自己主張が苦手ですが、これを書いているうちに、短所かもしれないけれど、案外悪くないのかもしれないとも思えてきました。私は主張があまりできない分、人の話を誰よりも真剣に聞くことを意識しています。相手の話を真剣に聞くことで、相手にとって安心して話せる環境づくりができていると感じます。そんなふうに自分の短所にも良いところを見つけたら、自己肯定感だって知らぬ間に上がっているかもしれません。私はみなさんに、そんな考え方もあるのだと伝えたいです。だから私は、日本人の良さを磨きつつ、自己肯定感が上がるようにプラスな声かけをしていきたいです。否定ばかりでなく、誰かが認めるということが、1つの原動力になるのではないのでしょうか。私も仲間が温かい声をかけてくれたときに、自分に自信がついて、知らぬ間に原動力になっていました。そんな原動力に、私はなりたいです。そんな認め合いの輪がつながっていけば、みんなが自信をもって1日1日を踏み出せるのではないのでしょうか。

みんなが自分を表現できる社会にできるように、まずは自分にできることから始めていきたいと思います。