

スーパーマンと バットマン

心のシンボル

あなたは、読書が好きですか？どんなジャンルの本を読みますか？それぞれ好みはあるかと思いますが、私は以前小説をよく読んでいました。作家の想像力が作り上げた世界で様々なファンタジーを経験していたことを今も覚えています。

しかし、小説だからといってすべてが面白いわけではありません。何一つ苦勞もせずに生まれながら恵まれた環境のおかげで成功に導かれた話や苦しい失敗談をただただ記述している話では、読者の心に感動を与えることができず、記憶からも消えてしまいます。人の心は、どんな話にときめくのでしょうか。魅力的な話になるためには、二つの条件が必要です。一つ目は、誰かを真似た話ではないこと(独創的で創造的なオリジナルの話)、二つ目は、話の展開が単

こころの
健康通信



調でなくジェットコースターのように山あり谷ありの波瀾万丈の話であること。人は、劇的な話の展開を通して自分の生き方を投影し、主人公の立場を共感しながら主人公になり替わっていくのです。

心理学では、人間が持つ欲求の一つに自己重要感があると言います。自己重要感とは、自分を認めてもらい、自分の存在価値を確かめたい欲求として説明できますが、この心理のおかげで人は主人公になること、有名になることを夢見ます。そして、その夢を手に入れるために力になれる形あるもの、目に見えて評価できるもの(ex、財産、人気、名誉、学歴など)を得ようと必死になります。しかし、主人公になるためには形あるものや条件よりもっと大切で本質的なものがが必要です。

人生の舞台で主人公として生きる、そのために必要なものは何でしょうか。それを知るヒントが、スーパーマン、バットマン、スパイダーマンのようなヒーロー物語の中に隠れています。映画の中で映る彼らの共通点、あなたはわかりますか。空を飛ぶ力？不思議な超能力？不死身な身体？いいえ、もっと大切なものです。

人からヒーローだと言われる彼らの共通点は、一般人にはない不思議な力ではなく、自分が自分だと言える胸のシンボル、心の証しを持っていることです。スーパーマンの胸の「S」、バットマンとスパイダーマンの胸の「コウモリ」と「クモ」、このようなシンボルは彼らのアイデンティティであり、他人と区別できる自分の物語なのです。

あなたの胸にはどんな心のシンボルがありますか。人生の舞台であなたと他人を区別してくれる自分の物語があなたにはありますか。

次号の「TELL A VISION -マイストーリー-」で、「心のシンボル」についてより詳しくお話します。



(公財)身体教育医学研究所(東御市) ほくさんじん
研究部長 朴相俊

1975年 韓国生まれ(1998年来日)

2010年 東京大学大学院教育学研究科修士・博士課程を経て
同年4月から公益財団法人身体教育医学研究所で勤務
(教育学修士)。

地域の心の健康づくり・自殺対策事業に取り組み、全国各地で自殺
予防のためのゲートキーパー教育やメンタルヘルス研修に関する
実践と研究活動、また、地域での精神保健相談支援などに携わって
いる。

