海辺の杜ホスピタル

【精神科・心療内科】

集団について考える ～みんなといること～

精神保健指定医 弘井 正 さん

みんなといるってどういうことだろう？引きこもっていなくて、行く所がある、そこに家族以外の3人以上の人たちがいる、職場や趣味の集まり、信仰の場など無数のものがあり、運営者や活動目標もさまざま。そんな場所を見つけるのは、もしかしたら難しいのかもしれません。学校教育の延長で就職したり、やりたいことを習う場所があれば、それもうれしいことです。

知らないみんなに出会うため、あいさつに始まりコミュニケーション能力や自己表現が必要です。むしろ、集団の中で役割を持つと、その役割が自分の性格のようになる場合もあります。適応の仕方で個性が現れ、引き付け合う仲間がサブグループをつくります。どこにも属せず孤立したり、仲間と認めてもらえないことがあるかもしれません。引きこもっていた方が安心という方もいるでしょう。

精神科医師は、1人でいること、2人でいること、みんなといることの難しさと味わいを外来で話題にしている気がします。

高知市長浜251　TEL 088-841-2288