

男の子四人の働く母ちゃんのつぶやき ～家族と仕事、抑えられない想いの狭間で～ (第5回／最終回)

～「自分らしくある」ということ～

(3年間の心の引きこもりと末っ子としての居場所が教えてくれたこと)

■ 3年間の心の引きこもり

《 キャリア支援に研究の軸足を移した私の当時の本当の状況 》

誰とも知らない外部資金審査員に自分の価値を決められることを受け入れている自分に気づき、自分は一体、本当は何がしたいんだ？と自分に問い続けた結果、「研究の幅を広げても軸足をふらつかせるな」と言われる研究業界で、研究の軸足を、今までの機械工学から、学問的に全く知識のない「キャリア開発・キャリア教育」に移したのは、2010年冬のことでした。研究補助金も取ったのだから、しっかり研究していけばいいんだ。そう思う一方で、もう私は中谷敬子個人ではなく、取り柄のない『中谷君の奥さん』になってしまった、研究仲間にももう恥ずかしくて会えない、そんな風に思い込んでしまっていました。専門替えのプロセスの中での「負い目」は、頭ではわかっているけど心では払拭できなかったのです。

今年で第10回を迎える「女子中高生のための関西科学塾(独立行政法人科学技術振興機構(JST)の「女子中高生の理系進路選択支援プログラム」委託事業)」というイベントがあります。これは、首都圏で開催されている「女子中高生夏の学校」の関西版です。立ち上げ検討に先立ち、現・神戸大学特別顧問の相馬芳江先生と二人、国立女性教育会館に子連れで視察に行った思い入れのあるイベントで、立ち上げ後は実行委員の一人として活動して来ましたが、専門を替えたというただそれだけで、気持ちがブレーキをかけてしまい、そこに行けなくなってしまったのです。それどころか、機械工学を軸としていた時の活動の場であった学会、研究会など全ての場所に行けなくなり、関係の人たちにも会いたくなくなってしまったのです。

専門を失った私は、海に投げ出されて浮き輪を求める海難者のように、キャリア支援の学びと実践への努力に明け暮れました。今思えば、欲しかったのは、知識ではなく居場所と自信だったのかもしれない。心の引きこもりは3年間、2014年春まで続きました。

■ キャリアカウンセリングとの出会い、仲間との出会い、そして、末っ子としての居場所

《 必然と偶然としてのキャリアカウンセラー養成講座との出会い 2010.10 》

2010年10月末に「キャリア開発」にかかる研究補助金研究を申請した後の私の動きは迅速でした。良くも悪くも、やると決めたら猪突猛進。採択されようがされなかりょうが、学ばねば！と思い、WEB上でカウンセリングを学ぶ場を探し続けました。臨床心理を修めていない私には、業

界の状況も文化も、組織ごとの特徴も、言葉さえもわからずどこがいいのかなど見当もつきませんでした。大阪、近畿開催から検索を始めて、さまよい続けて、とうとう、立教大学の渡辺三枝子先生の文書⁽¹⁾「自己と向かい合い、自己に気付き、たえず進歩しようとする態度がなければカウンセラーにはなれない」に出会い、「ここだ！」と思いました。その講座開催地は川崎。川崎がどこなのかもわからない、受講料も高い。3か月間も週末を留守にすることも勇気が要る。決められないけど決めたい気持ちで、何度も電話やメールで問い合わせる私に、事務局の伊良波さんは親身に対応してくれました。最終的には、渡辺先生の文章並みに私の心を動かした、伊良波さんのメール「弊社のキャリア・カウンセラー養成コースは、資格取得も目的の一つですが、自己理解を深める為のプロセスを踏んで講座が設計されておりますので、修了日のころには、自己のアイデンティティの認識が増している事をお約束できます。」が決定打となり、ここで学ぶことに決めました。決めたはいいが、お金がない。お金がないけど行きたいという気持ちを夫に面と向かって伝える勇気もなく、12月10日にメール。「大変わがままなことなのですが、やはり、キャリアカウンセラー養成講座(5/21-8/14)に行こうと思います。どうでしょうか？OKくれますか？資金については、私の払い済み保険を解約すると受講料相当の金額を受け取れます。これを使いたいと思います。今から節約してバス代と宿泊費を捻出します。」。返信は「了解！」の3文字。これで受講が決まりました。

(1) 立教大学大学院 特任教授 渡辺三枝子, “テクノファによるキャリア・カウンセラー養成コースについて” <http://www.technofer.co.jp/tfcareer/image/watanabe.pdf>

《キャリアカウンセラーのための学びの場での知識、友との出会いそして、末っ子としての居場所 2011.5》

「内的キャリア」。この言葉を聞いた時、「私が表現したい思いはこれだったんだ」と救われた思いがしました。講義で話される概念、理論、考え方を、自分の体験に当てはめながら理解していくという、目から鱗では足りないほどの感動体験でした。2回目講座の2泊3日のCDWは、初日がちょうど私の誕生日。個別カウンセリングは今野先生にご担当いただき、私がカウンセリングの時に使った「真の意味で誕生したと思います」といった表現を引用されて、懇親会(?)で「中谷さんは、今日『誕生日』なんだって！」と言ってくれたことが、とても嬉しかったです。ともに祝ってくれたCC養成講座15期同期(CC15)は、私を大きく変えてくれました。

研究の世界だけで生きていたような私は、研究に絡む友を失い(失ったと感じて)、独り戦闘態勢に入っていました。キャリアの領域で一定の研究成果を出せるような人間にならなければならぬと意気込んでいました。CC15のメンバーは、その肩をいからせた関西から来た私を受容してくれました。私の居たい方法でいさせてくれました。甘えさせてくれて、わがままも許してくれる。リーダーシップは取らなくていい。でも、やりたいことがある時は、やらせてくれる上に、助けてくれる。合宿をして夜遅くまで語り合い、東京に行けば都合をつけて会ってくれる。そんな夢のような立ち位置に私を居させてくれました。自分は、お姉ちゃん、お兄ちゃんに助けってもらえる末っ子でいたいのだということを初めて知りました。



■ 心の引きこもりからの脱却と統合

《 組織の中にもいた友 2013.4 》

養成講座修了後、(株)日本・精神技術研究所(日精研)でさらにキャリア支援・開発の学びの機会を得ました。女性技術者・研究者の支援、キャリア教育を目指している私は、職場での実践を希望しましたが、そのような場を得るという希望はなかなか叶いませんでした。2013年冬、日精研の講座の後、今野先生の「課外活動でやってみたら？」のアドバイスで、所属組織で女子学生有志チーム『ROSE』を学生が立ち上げることを支援しました。このプロセスで、組織の中に、私の思いを応援してくれる人や、相談にのってくれたり、共に活動してくれる人がいることを知りました。このことは、基本、緩やかな臨戦態勢の心持ちで居た私を変えました。同年夏、PCA 合宿での横山先生の「追い風の時はやりすぎぐらいやってみたらいい」という言葉を勇気にかえて、組織に申し出て、2013年夏に組織のイベントに ROSE 企画が加えられました。所属してきた複数の組織との関わりにおいて、信念を貫く場面でいい思い出がなかった私は、組織に対して抵抗感があり、自ら心を閉ざしていたのでしょう。それが、次第に、「組織との共生」を素直に考えてみようと思える自分に変化していきました。

《 機械工学研究領域の友との再会 2014.4 》

キャリア支援の友、組織内の友、と、心を開きつつあった私ではありましたが、機械工学領域へは依然、心も行動も閉ざしたままでした。そんな折、強制的に出向かざるを得ない機会がやってきました。2014年度に、所属組織と同じ法人の大学が関西科学塾の主幹校になり、実行委員会への参加要請が私にきたのでした。引きこもって以来、実行委員でありながら委員会にもイベントにも一度も出なくなっていました。断ることもできず、法人内キックオフ実行委員会に足を引きずるようにして出向きました。学内メンバーだけでなく、次年度主幹校の実行委員長もオブザーバーとして参加していました。第1回の主幹校実行委員であった彼女は、研究、人生を共に語り合った、私が深いレベルまで心を開いていた女性研究者の一人でした。2年前に彼女が在外研究員として渡欧していたことも、私にとっては気後れする理由の一つでした。想定外の対面に困惑する私に、彼女は会った瞬間「久しぶり～」と近づいてきてくれました。「こんな私でいいの？」そんな気持ちでした。他の実行委員の人たちも、何も変わらない様子で接してくれました。私の人としての部分を見ていてくれたんだと、泣きたいほどホッとしました。さらに、年度最後の科学塾は合宿形式だったため、実行委員4人が同じ部屋に泊まり、遅くまで語り合いもしました。このことで私は、この領域への完全復帰を果たしました。

■ 支えてくれたキャリアカウンセリング、そして、自身の中の統合

《 キャリア支援に軸足を移すプロセスに伴奏してくれた育児カウンセリング 2009-2012 》

大学から高専に移って5年目。小6、小4、小2、そして、4歳の子供を抱えて、機械工学領域でがむしゃらに頑張るも、これはまずいんじゃないか？と思っていた2009年、興味本位で、三男の小学校の育児カウンセリングルームに行ってみました。最初に私が発した言葉は「私から、子ども達を守ってください」でした。子供たちがいるのに仕事に向かってしまう自分が、自分も子供も苦しめる。私が思いっきり仕事をしながらも、子ども達とも幸せにやっていける、そんなやり方を教えてほしい。そんなことを話したように思います。かなりまずいですよね(笑)。運が良かったのは、このカウンセラーが家族療法を軸とする方だったこと。「研究って、中谷さんにとって

何なのですか?」。永らく考えていなかった問いでした。研究者しかいない世界では誰も問わない質問だったのです。夫婦の間でさえも「研究」は錦の御旗。相手も自分も封じ込めてしまう魔法の呪文。問われて初めて、明確に答えられない自分に気づいたのです。

あのカウンセリングは、もはや何が入っているかも忘れてしまった大切なものが入っているはずの「研究」という名の箱を、力を入れて両手で長い間抱え続けてしまって、筋肉がこわばり硬くなって、もう動かすこともできなくなった腕や指を、少しずつ引きはがして、柔らかくして、他にも使えるようにしてくれたのだと思います。私が機械工学からキャリア支援へ専門替えできたのは、あの育児カウンセリングが伴走してくれたからだだと思います。

《 キャリアを支援する者としての覚悟の楔 》

カウンセリング実習の出来が悪かった私は、2013年6月から今野先生にスーパービジョン(SV)を継続的に受けていました。その後、先生の体調のご事情で一時中断となったのですが、同年夏のPCA合宿で「再開してもいいよ」と声をかけて下さいました。この時期すでに体調の芳しくなかった今野先生のこの言葉と眼差しに、凄まじい気力、気迫、そして、親身な気持ちを心と身体感覚として感じました。2014年2月に亡くなられた今野先生との一連の事柄は、キャリアの支援は生半可な気持ちで臨まぬことという覚悟の楔を私に打ち込みました。

《 心と行動が統合しつつある私 》

今回で連載は終わります。この原稿執筆を通じて、自分が様々な人たちからキャリア開発支援を受けながら成長してきているのだと改めて感じました。私自身が理解する先に行動に変化が表れ始めています。一度は研究の軸から離れた機械工学領域の研究を、初めて学生提案テーマの卒研の形で再スタートし、他の先生方に教えてもらいながら学生と一緒に悪戦苦闘しています。組織内キャリア支援活動である女子学生有志チーム ROSE3期生は今年度から学校認定の組織となりました。仕組みにJCCのプロジェクト方法を取り入れ、「教えて！先輩プロジェクト」では、メンバーが興味あるOGを訪ねてヒアリングレポートなど、学生の提案・実践のチャレンジの場になりそうな予感です。家庭内でも、物理的にも上から視線な高3と高1、この夏初めて公式戦に出場できた水泳部の中2、多様性受容のスパルタ教育を施してくれる小4の四人の息子達との付き合い方にも変化が出てきました。そして、今、機械工学の専門を積極的に活かした新たな支援の形が見え始めています。心と行動と頭そして環境が、意味の上で統合されて行くプロセスにあるとポジティブに感じています。思えば、この原稿も家族に話すような気持ちで書かせて頂きました。この機会を頂けたことを心から感謝します。ありがとうございました。

