

パネルディスカッション

東京福祉大学 学生

大学生が、今「なぜ」自分は生きているのか議論を行い、誰もが生きていくことを肯定的に考えられるような社会、自殺に追い込まれることのない社会の形成について考えます。

プロフィール

氏名：田口 真紀

学年：4学年

学部：心理学部



学部を専攻した理由：心理学の勉強を通して自分の心を知りたいと思ったことと、自分と似たような経験をした人を支援する仕事に就きたいと思ったから。

プロフィール

氏名：小俣 友佑

学年：4学年

学部：心理学部



学部を専攻した理由：将来ホテルマンになろうと思っていたのですが、まだ決めかねており、人が好きなことは変わらなかつたので心理学部を志望しました。

プロフィール

氏名：佐伯 騰樹

学年：3学年

学部：心理学部



学部を専攻した理由：高校生の頃にお世話になった心療内科のカウンセラーに影響を受けたため。

プロフィール

氏名：和田 萌

学年：3学年

学部：教育学部



学部を専攻した理由：小学校の教員を目指していることと、教師として子どもと関わる中で、子ども達の未来を切り開いていきたいと思ったため。

プロフィール

氏名：藤澤 慶之

学年：3学年

学部：心理学部



学部を専攻した理由：過去にいじめられた経験から、自分と同じ理由で相談できない子どもたちのために相談できるような環境を作りたいと思ったため。

プロフィール

氏名：久保 昂

学年：4学年

学部：心理学部



学部を専攻した理由：高校生の頃、友人の相談をよく受けており、実力不足で解決しなかった経験が悔しく、もっと上手く相談に乗りたいたと思ったから。

生きる理由について

生きる意味（恋愛、死の恐怖）

○恋愛場面で誰かに必要とされる

- ・役割としての自分の代わりはいる。しかし、恋人からの好きには自分の代わりはいないと感じるから

○死ぬことが怖い

- ・痛み、苦痛
- ・死ぬという行動はとても勇気のあること

人は誰かに必要とされて初めてそこに存在している。

生きる意味（居場所、向上心）

○必要とされる居場所

- ・精神的に安心できる居場所
- ・人の役に立つこと



○趣味に対しての向上心

- ・技術を向上させたい思い
- ・難しいことへの挑戦

生きる理由は与えられるものではなく作るもの

生きる意味(道徳心・承認欲求)

○今まで教えられてきたこと

- ・命は大事—家族、周りの大人、学校の授業
- ・自分が死ぬこと—周りの人への迷惑

小中学校
の道徳

○人に認めてもらうこと

- ・自分を頼りにしてくれること—自分の何かを認めてくれた嬉しさ、喜び



もっと誰かの役に立ちたい、そのために生き続けたい

自分の命を大切にできるからこそ、人のことも大切にできる。

生きる意味(欲求、幸せなとき)

欲求があれば頑張れる



欲求を満たせば幸せになる



つまり

欲求を満たすまでは死ねない！

生きてい
なければ
欲求は満
たせない

生きることは手段である。

生きる意味(悲しませたくない、責任感)

○悲しませたくない

- ・家族や、友人を悲しませたくない



○責任感

- ・自分の個人的な自殺に他人やペットを巻き込みたくない
- ・役割があることで認められていると実感できる

大切なもの、守りたいものがあるから死ねない。

各パネラーの生きる理由

小俣：恋愛場面で必要とされる・死の恐怖

佐伯：人に必要とされる・向上心

和田：道徳心、モラル・誰かに認めてもらおう

藤澤：欲求を満たすために生きる

久保：家族や友人の存在・命に対する責任感