

「自分らしさ」なんてない？
大好きな仕事を辞めた私の「自分らしさ」のを見つけ方



「自分らしさ」なんてない？大好きな仕事を辞めた私の「自分らしさ」のを見つけ方

「じゃあこれ“適当”にやっというて！」

私はこの言葉によく混乱することがあります。

“適当”のさじ加減は人によって違うし、何よりも私にとっての“適当”はいい加減なものに近いからです。

私は仕事が大好きな人間でした。

仕事の内容は、規則やルールに則った研究開発業務。

研究が好きなうえに、緻密性や正確性が必要な作業が得意だったため、仕事にのめり込んでいました。

好きなことと得意なことが掛け合わさった仕事に、やりがいや誇りを持っていました。

仕事に活かしていたような“適当にできない”性格が「自分らしさ」だと思っています。

ところが、私は大好きな仕事を辞めました。

今は専業主婦をしています。

「自分らしさ」を存分に感じられる場所を失いました。

虚無感を感じていました。



しかし、専業主婦になってから今までを振り返ると、重大な決断のときは「自分らしさ」とは真逆の、“適当”の連続で生きてきたことに気付いたのです。

失った「自分らしさ」探しに夢中になっていた私は、自分らしくない行動の末に、このように考えることで気が楽になりました。

「自分らしさ」は結果論にすぎないのかも？

数々の選択肢が折り重なって「自分らしさ」になるから、「自分らしさ」の見つけ方を気にする必要はないんだ...！

私は女性のライフイベントである、結婚や出産を考えたうえで、このような考えに辿り着きました。

それまでの経緯をお伝えすることで、私と同じように「自分らしさ」探しで困っている人にとって、ヒントになれば嬉しいです。

目次

[自分らしさとは真逆な行動を取っていた](#)

[【行動1】同居予定なしの別居婚](#)

[【行動2】突然の退職](#)

[【行動3】自分の気持ちに従ってみた自己投資](#)

[仕事を辞めた私の「自分らしさ」の見つけ方](#)

自分らしさとは真逆な行動を取っていた

私は“適当にできない”性格であり、くわえて現実主義です。

感情的になることが少なく、得られるメリットやデメリットを考えて行動するような性格です。

そのような私の自分らしくない行動は、主にこの3つでした。

【行動1】同居予定なしの別居婚



プライベートな話ですが、私は今の夫と遠距離恋愛のまま結婚しました。

お互いに仕事大好き人間だったため、どちらかが仕事を辞めるという選択肢はありません。

同棲することなく、同居する予定もなく結婚。

最初からいわゆる別居婚を選択しました。

正直な話、夫から結婚の話が出たときには、

「私は仕事を辞めるつもりはないし、同居しないのに結婚するメリットはあるん？」

と、思わず聞いてしまいました。

すると夫は、

「それやったらいつ結婚してもええんちゃう？」

私は夫の言葉に、このように思いました。

「まあそうやなあ、私がこんな心持ちやったら、来年も再来年もずっとおんなじこと言ってそうやなあ」

そして特に決め手もなく、そのまま結婚してしまいました。

今でも、結婚の決め手は？と聞かれたら、「なんとなく」と答えています。

人生に一度きりの重大な決断のときに、我ながら“適当”に選んでみたものだなあと思っています。

しかし、この選択に後悔したことはありません。

【行動2】突然の退職

夫はいわゆる転勤族です。

来年から1年間の夫の海外転勤が、今年の3月に決まりました。

しかも海外に一緒には行けないとのこと。

これからどうしよう？

別居婚を継続したまま夫を海外に見送るか？

海外に転勤するまでの間は同居するか？

現職続行？退職？転職？

なかなか決断できずにいたとき、ふと、父の言葉を思い出しました。

父は今まで20年ほど単身赴任をしています。

そのため、私は父と一緒に住んでいたときの記憶がほとんどないです。

私の夫が父にはじめて挨拶をしたときに聞いた話でした。

「仕事の都合上、転勤族になることは仕方ない。

でも、単身赴任してから、家族と一緒にいられる時間が少なくなったことを、今でも実は悔やんでいる。

だから、二人にはできるだけ一緒にいる方法を考えてほしい」

ふと思い出した父の言葉が刺さり、夫と同居することを決断。

今年の4月に、7月で退職する意向を上司に伝えました。



このタイミングで幸いなことに、妊娠が発覚。

仕事大好き人間だった私にとって、今後のキャリアを考えると、退職はデメリットだらけの選択肢だと思っていました。

しかし今では、家族との時間や安全性を考えるとメリットが大きい選択肢で、間違っていなかったと思っています。

父の言葉に突き動かされて、メリットやデメリット以前に“適当”に選んでみた結果でした。

【行動3】自分の気持ちに従ってみた自己投資



退職を決めてから、SNSでよく見かけていたSHElikesの広告に、ときめいていた自分がいました。

SHElikesは、Webデザインやライティング、マーケティングなどの32種類の講座が受け放題のオンラインスクールです。

私がSHElikesに特にときめていたのは、広告に載っていた「自分の好きな場所で好きなときに仕事をする」というワード。

また仕事ができるチャンスがあるかもしれない。

現実主義な私は半信半疑でしたが、なんとなく自分の気持ちに素直になってみようと思い、無料体験レッスンを予約。

SHElikesの体験レッスンで、私はWebデザインコースと、自分のキャリアを考えるカウンセリングを受けました。

カウンセリングでは自分が置かれている状況と気持ちを話し、SHElikesで叶えていけるのか、たくさんたくさん話を聞きました。

体験レッスン後はもやもやしていた気持ちが少し晴れ、自分にもできるかもしれない...！という気持ちに。

確信があったわけではないですが、自分のときめいていた気持ちに従い、SHElikesへの入会を決意。

[\(SHE likes様公式ホームページへのリンク挿入\)](#)

私は今、SHElikesでWebデザインとライティングを中心に勉強しています。

勉強したスキルでどのように働くか。

まだ明確にできていません。

けれども、入会前よりもできることが増えたおかげで、大好きな仕事を辞めたときの虚無感は無くなっていました。

メリットやデメリットの前に、自分の気持ちを優先した“適当”な選択肢によって、今の自分があります。

あのときの選択は間違いではありませんでした。

仕事を辞めた私の「自分らしさ」のを見つけ方

仕事大好き人間だった私は、別居婚の末、仕事を辞め、専業主婦になりました。

久しぶりに会う友達には「らしくない選択をしたよね〜！」とよく言われます。

しかし、退職後、自分と仕事の関係に改めて向き合い、自分が「自分らしく」いるためにも仕事をしたいと強く思いました。

夫がどこに転勤になっても家族で一緒にいられて、「私らしく」仕事ができるようになりたい。

いつしかそう思うようになっていました。

では、今の「自分らしさ」とは何か？

どんな選択肢でもなんとかなる。

後でその選択肢でよかったと言えるようにする。

大好きな仕事を辞めた私は新しい「自分らしさ」を身につけて、自分がより納得できる方向に進んでいたようでした。

今までの選択の連続で、いつしか「自分らしさ」は形成されていた。



女性のキャリアを考える際に、結婚と出産のタイミングを考える人はいると思います。

しかし、それらの選択肢を目の前にしても意外となんとかなるし、どんな選択をしても「自分らしさ」がなくなるわけではない。

そのようなことに気付きました。

「自分らしさ」の見つけ方はないのでは？

現実主義の私は、もっと気楽に、“適当”に生きるのもありだと思えたのでした。