

無気力の原因と指導

松原達哉*¹

1. 無気力

無気力な子どもが増えてきて不登校、ひきこもり、NEET (Not in Education, Employment or Training) も増えて社会的問題になっている。子どもの中には勉強、生活、友人関係、スポーツなど何事に対しても感情が動かなくなってしまう者もあり、そのような状態を無気力 (apathy) とか無関心という。毎日、ブラブラして、日常生活に対しても不規則で、だらしがなく、何事に対しても興味や関心をもたずに、自分で問題解決する能力に乏しく意欲がない状態をいう。趣味、特技がなく、将来への生きる目標も持てない。食べて、排泄して、寝て起きる。友人との共通話題もなく学習意欲もなく、不登校である場合も多い。

2. 無気力になった原因

(1)少子化

子どもの数が少なくなり、一人っ子が多くなっている。一人っ子であることは、小さい時から大人の中で皇子のように大事に育てられて、兄弟姉妹と競い合うこともなく、のんびり生活している。けんかをしたり、競争したり、話し合っって協力しあったりする社会経験が乏しいまま成長している。なに不自由なく自由に、わがまま勝手に生きて大きくなっている。国際競争社会をどのようにたくましく支えていくか、大きな社会問題である。

- 中国の一人っ子政策 -

中国では、人口が多くなり1979年から憲法で「一人っ子政策」を規定し、原則として一人っ子を義務付けている。現在では人口13億人で、世界の人口の約五分の一である。しかし、20歳以下の子どもの大部分が一人っ子で、無気力、無関心の子が多く、教育上大きな問題となっている。一人っ子は、大人に囲まれて大事に過保護に、自分勝手な生活をし育てているので「わがまま」「自分勝手」「がまんできない」「協調性がない」「思いやりがない」「短気」「情緒不安定」「社会性がない」「衝動的」「本能的」「消極的」「活動的でない」...など幾つかの問題傾向がある。そこで中国では一人っ子の症状のことを「4 - 2 - 1 症候群」といっている。これは、一人の子が4人の祖父母と2人の両親とによって大事に、大事

* 1 立正大学教授・心理臨床センター長

に育てられているので、前述のような問題行動を起こしやすいというのである。中国では一人っ子の子どもを小皇子のように、チャホヤ育てられて、何もできない皇子様になっているというのである。今、中国では、一人っ子政策で育てられた子どもをどのように、たくましい意欲のある子に育てられるか幾つかの試みがなされて二人っ子政策に2003年から改革している。

(2)過保護、過干渉

少子化社会になり、一人っ子や二人っ子の少ない子どもを、大人たちは過保護に養育して、子どもを無気力な子に育て上げている。小さい時から、周囲の大人が、子どものできることまで先回りして手をかけすぎて世話してしまう。朝は寝巻きの着換えをさせてやったり、顔を洗ってやったり、食事を食べさせてやったりしている場合もある。夜は、入浴前に衣服を脱がせ、体を洗ってやったり、ふいてやる。子どもは自動車の洗車場に入ったように立っていれば、皆がきれいに身体を洗ってくれ、衣服の着換えもしてくれる。部屋の片づけも大人がし、子どもは散らかし役である。子どもがこの食べ物に嫌いだといえば、好物だけを料理したり、好きなインスタント食品を買い与えている。我慢すること、努力すること、テキパキ行動することをあまりしつけられていない傾向がある。

幼稚園、小学校に入れば勉強の手伝いをしたり、宿題なども親が喜んでやっている家庭もある。買い物から友人の選択まで親が干渉して決めているケースもある。危険な遊び、スポーツなどもさせない。スポーツも自分が努力し、実行するのではなく、テレビ観戦する子が多い。学校でも、水泳、林間学校、騎馬戦、鉄棒など危険なスポーツをさける傾向がある。また、子どもに事故があると、親が教師を批判したり、裁判にかけたりすることもあるので、無難な学校生活をさせようとしている。

親の方も、一人っ子だけであると、病気になったり亡くなられたりしたら大変と気遣い、小さい時から、過保護、過干渉に育てているので、子どもは無気力、無意欲になっている。

- 動物園の動物 -

動物園の動物は、冷暖房付きで、食べ物は苦労しなくても毎日与えられる。野山に生きている動物は、暑さにも寒さにも耐え、雨にも風にも日照りにも耐えて生きている。弱肉強食でいつ他の動物に殺されるか喰われるかわからないので、小さい時から強くたくましく意欲的に生きていかざるを得ない。いつも周囲の様子を窺いながら、自己防衛し、周囲に関心をもちながら強く生きているのである。

動物園の中の動物は、人間の暖かい保護の中で飼育されるので、種族保存の交尾さえ、人間の獣医の手助けを受けなければ子育てができない。こうして育った動物園の中の動物たちは、野山に放されても生きていけない。

最近の子どもたちも、動物園の動物のように、過保護、過干渉に育てられているので、無気力の度合いが強くなっている。

(3)飽食社会

自然科学の進歩によって、物資は豊かになり、経済的にも成長して、人間が生きていくのに昔ほど困難ではなくなった。日本では、衣食住の欠乏によって死亡する子どもはほとんどいない。親の虐待で死亡する子どもは増えているが、物が不足して死亡することは殆んどない。特に、食べ物などは、すぐ手に入り、困ることはない。むしろ、食物は沢山あって、ぜいたくになり、残して捨てたりする場合が多い程である。家庭でも給食でも平気で食べ物を残す習慣がついて、捨てるのが当たり前になっている。開発途上国アフリカなどでは、飢えて死ぬ子どもが年間1千万人以上もいるといわれているが、日本で

は考えられない実状である。

人間が生きていく最低条件の衣食住は、現在満ちたりているのが日本の現状である。にもかかわらず、「ひきこもり」や「NEET」も増え、前者が約80万人、後者は約52万人もいると報告されている。飽食社会の中で育った子どもたちは、動物園の動物のように、無気力になり、生きる力も育たないように思う。そこで、文部科学省でも最近「生きる力を育てる教育」を強調しだした。

(4) 虐待

小さい時から、虐待されて育った子どもは無気力、無意欲になる傾向がある。親にほめられたり、認められたりしないで育った子、特に言語や身体的な虐待をされて育った子は、無意識に、自分は歓迎されないで生まれた子、必要でない子、生まれぬ方がよかった子だと思い、無気力になったり、無意欲、無関心な子になる。なかには、大きくなってキレて暴れる子になる。女子の場合は援助交際に走ったり、子育てがはじまると、自分の子どもを虐待してしまう悲惨なケースも珍しくない。

(5) いじめ

幼小中学校時代にいじめにあったりすると、気の小さい者は、自分は仲間からいじめられる子、無視される子などと考え、不登校になったり、無気力、無関心になったりする。そして不登校やひきこもりに発展するケースも多々ある。

(6) 厳格な親、厳格な教師

過度に厳格な親、厳格な教師は、子どもの長所をほめない。反対に子どもの短所や欠点ばかりを見て、叱ったり、怒ったり、軽蔑したりする。時には、お前は駄目な人間だなどといったりする。そうした親や教師に育てられると、自信をなくし、劣等感をもち、無気力、無関心、無意欲な子になりやすい。

(7) 失敗

運動会の団体競技でミスをし負けて大恥をかいしたり、試験で大失敗して、先生や友だちに会いたくないと思ったりする。人を避け、逃避的になり、無気力、無関心になりやすい。そして、内にこもりがちになりやすい。

(8) 学力偏重主義

数学（算数）、理科、国語、英語などの学力を重視し、できないと軽視したり、軽蔑したりする親や教師に育てられると、自分はダメな人間と考えて、劣等感をもち、無気力、無意欲、無関心の子になりやすい。学力は重要で尊重する必要はあるが、学力を偏重しすぎて、できない子を叱ったり軽視すると、子どもは親や先生を避けるようになる。

以上のほか、両親の不和、心的外傷後ストレス症候群、高学歴の親の子、病弱の子などの場合もやや無気力、無関心になりやすい傾向がある。

3. 無気力、無関心な子の指導

(1) 一人っ子には異きょうだい体験を

一人っ子政策を行なった中国では、幼児期から異きょうだい体験をさせている。一人っ子は幼児期から過保護、過干渉に育てられ、わがままになりやすい。そこで、幼児期から幼稚園内で異きょうだい体験をさせて、忍耐力、思いやり、協調性などを育成している。幼稚園で4歳児と6歳児、3歳児と5歳

児と一緒に保育し、兄姉や弟妹の体験をさせているのである。絵画制作、体操、給食など1歳以上違う年齢の子と一緒に保育する。下の子の世話をさせたり、上の子から生活習慣を学ばせたり、仲よく遊んだり、協調する体験をさせ、無気力、無関心などを脱出させるようにしている。

1歳違いだと、年齢が接近して成長が類似し、どっちが上か下かわからないことがある。2歳以上違うと、上の子は兄姉の役割を学習するし、下の子は弟妹の役割を演じて、学習する効果が大きいからである。

(2)自然の体験生活を

野外での登山、水泳、種々の遊びなどの生活をさせることは、たくましく意欲的に生きる力を育てることに繋がる。自然の中で、キャンプ生活をさせて、いかに人間が生活するのが大変であるかを体験させるのである。ガスも電気も車もない自然の中で、冒険キャンプをすることによって、人間がいかに生きるか、生きていくためには生活力、体力、知力が大切であるかを実体験させるのである。

こうした体験学習をするには、野外キャンプを経験した指導者が必要であり、また、子ども達も小学校高学年以上にならないと難しいであろう。筆者らは、かつて不登校の中学生を八泊九日間、山の中のキャンプ場でテントを張り、飯盒炊さん生活をし、自然の中で苦難を体験する生活をさせたことがある。無気力、無意欲な不登校中学生たちもいかに食事を炊き、雨風を凌ぎ、生きていくことが大変であるかを体験学習させた結果、生活意欲も旺盛になり、生きる力もつき、人間関係も改善されて、キャンプ後には7割近くが登校生活をするようになっていく。

現在の文化生活は、コイン1枚で食物も購入でき、スイッチ1つで電気もガスもつき、寒さ暑さも凌げることができるようになっていく。生活は便利になり、考える力もあまりいらぬ。しかし、停電になったり、ガスが止まったり、地震がおきて文化生活ができなくなる人も多いであろう。地震、津波、火事などの災害に対処できない人が多くでるかもしれない。

(3)不足気味の生活

人間は、満ち足りすぎ、飽食生活をしていると、無気力、無関心、無意欲な人になりやすい。食べ物はやや不足気味、冷暖房設備はなく、働かなければ収入がなく、いかに生きていくか真剣に考えなければならぬ。のんびりと無関心、無気力になっていくのは、生きていけない。特に、「ひきこもり」や「NEET」の若者達の指導には、必要な生活である。「不足は発明の母」であり、不足気味は人間に生きる力を与えてくれる。飽食生活に慣れて、豊かな生活をしている子どもたちは、本当に幸せなのか、将来幸せな生活を続けていけるのか疑問である。その意味で、子ども達には与えすぎない不足気味の生活に耐える体験をさせることが、気力や意欲や関心が高まることにつながると思われる。

(4)長所を認め伸ばす

人間は、短所や欠点を指摘され注意を受けたり批判ばかりされていると、無気力になってしまう。どんな子どもでもよい所はある。子どもの長所を見つけて、賞賛し、元気付け、やる気を起こすように指導することが望まれる。

短所を長所にする方法

子どもの中には、自分には何も長所がない、短所ばかりで取り得のない人間であると思っている子もいる。そんな子に、短所を長所に変換して、自信を持たせ意欲のある子に育てる方法があるので紹介す

る。

対 象 小学校高学年以上

方 法 1枚のA4の紙を4つ切りにして子どもたちに渡す。その紙の半分に「私の短所」を5～6個以上書かせる。それを回収して、指導者が全部長所に考え方を考えて列記して、次の日、本人に渡す。そして、短所を考えすぎないで、長所だけを机の上に張って、自己理解を深めるように指導する。

<p>例1. 私の短所</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 気が小さい 2. 行動力がない 3. 一つの失敗をいつまでも悔やむ 4. 時間にルーズ 5. 面倒くさがり 	<p> 私の長所</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ひかえめ 2. 物事を色々慎重に考えている 3. 反省する力が強い 4. こせこせしない 5. マイペース
<p>例2. 私の短所</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. にぶい 2. だらしがない 3. 物を片づけない 4. なまけもの 5. NO と言えない 6. 先を考えない 	<p> 私の長所</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. のんびり 2. 何事も気にせず生活している 3. 自由に生活している 4. むだな事はしない 5. 優しい 6. 今を大切に生きている

(参考図書 松原達哉 1999年 自分発見 東京図書)

人間もこのように考えを変えて生活したら生きる力も湧き、意欲も育ち、活動的な生活ができるようになると思う。

(5)ダメ人間と言わない

子どもに注意する時、決してダメな人間、取り得のない人間などと否定的にいわないで、「君もやればできる」「前よりできるようになったね」「君を見直したよ」・・・というように自信を持つよう、気力、意欲がでるように励ます。

(6)競争する

スポーツでも、ゲームでも、勉強でも、競争する機会を与え、勝った時には必ずすぐほめて自信を持たせる。そうすれば、自然と無気力や無関心から脱出できるようになる。

無気力、無関心、無意欲な子ども教育の仕方、しつけの仕方によって十分教育効果を上げることができ

る。

参考文献

- 市川 伸一 2001 「学ぶ意欲の心理学」 PHP 研究所
- 畑村洋太郎・和田 秀樹 2001 「失敗を絶対、成功に変える技術」 アスキー
- 松原 達哉 1999 自分発見 東京図書
- 松原 達哉 2001 「不登校・ひこもり」指導の手引き 教育開発研究所
- 松原 達哉 2003 「生活分析的カウンセリングの理論と方法」 培風館
- 宮田加久子 1991 「無気力のメカニズム - その予防と克服のために」 誠信書房