

バーチャルとリアルを使い分ける技術と メディアリテラシー及び地域の人々の 自己覚知教育の必要性

秋山 博介

今、ご紹介にあずかりました、実践女子大学の秋山と申します。よろしくお願いいたします。

私は、情報ということに関しては、この学部のように進んでおらずどちらかというとアナログです。しかし時々にはコンピュータを使ったり携帯電話を使ったり、友人にいろいろなソフトを作ってもらって、それを運用することはやっております。ずっとそのような運用をしながらメディアに対して何を考えたかをお話したいと存じます。私の場合には、講演1、講演2のような高尚なお話はできないので臨床を中心にして現場の話と臨床社会学の立場からお話を進めていこうと思っています。

私は1960年生まれです。ちょうど社会も徐々に豊かになってきて、テレビ番組も活発に出てきた時代です。そういう意味では、メディアにかなり影響を受けて育ってきた世代だと言えます。そういう世代が大人になって、様々な問題点が現れてきたわけです。そこで、現代社会がどのような問題を抱えているのか理解するために、2002年の4月に、『現代のエスプリ』で「コミュニケーション学」を編集させていただきました。それまでコミュニケーション研究では、言語的なコミュニケーションが論じられることがとても多く、いわば英語学科、英文科の中での語学としてのコミュニケーション。そうでなければ、社会学



秋山 博介 氏

的にコミュニケーションを大きな枠組みで捉える議論が多かった。現代社会の中でのコミュニケーション研究は社会学的見地と語学的見地の両極をみていかなければならないと思いました。そのためには自分自身も現場から社会を見ていく必要があるだろうと考えました。たぶん理論的な構築はその次の課題になると思うのですが、私の場合、まだ理論的構築まで行き着いておりません。そこで今回は実践的なものから話をします。社会のつながりの中で、大切だと思っているのが「コーディネーター」です。今まで編集した『エスプリ』でもコーディネーターの重要性を中心に考えてます。例えば、コーディネーターの考え方の1つとして、日本社会の中でもかなりグローバルな見地が入ってきていてネット

ワークを広げている状況があります。また、海外から外国籍の方が多数入国してきてその外国の方が日本文化に対してショックを受けてしまい、ホームシックになったりすることがあります。周りの人がその人を支えなければ日本のイメージが悪くなる可能性があります。そこで文化庁が「日本語支援」を外国人に対して行う活動があります。グローバリゼーションになって日本文化や日本語が多文化によってすべて変化させられることはないにせよ、グローバル化の中で一部地域的に日本語が通じなくなる可能性はあると思います。アメリカではそのような状況が一部でしており、ある地域ではスペイン語しか通用しなかったりしている。だから英語以外にスペイン語を覚えなければいけない。スペイン語を話せるものは給料も英語だけの人に比べて高くなる。経済的な効果もあり、徐々に言語も多角化していく状況がある。日本でもこれからそうな可能性があるわけです。そういう社会の全体像を踏まえた上で、日本でも「日本語支援」のコーディネーターが今後必要になるだろうと考えました。支援の方法として、一方では、日本にいる外国人に対して伝統文化及び日本語を教え、ストレスコーピングや日本の認識をしっかりと伝える。もう一方はその地域にいる人たちのもとの言語を守る。その両極を考えながらやっていくことがお互いの相互理解に大切なことである。

しかし、日本語支援のコーディネーターの現場に行ってみると、このような基本が全然うまくいってないのです。実際の現場のコーディネーターといわれている人は、どのように日本語を教えるか、いわゆるノウハウをどう構築するかに視点がいつてしまっている。一方で、日本に来た外国人がいかに辛く苦労をしているとか、その心情が日本文化や日本語に対してどのような影響を与えているか、どういう相互作用があるかということは全く考えてない。ただコーディネーターとし

て単にハウツーだけでやってしまおうという姿がそこにあったわけです。コーディネーター自身が、まずその自分の規範を変えていかなければいけないと思います。しかし自身自身の価値観を変化させるためのタガがなかなか外れないのです。自分自身がずっとそこでやってきたという自負や価値観が邪魔するわけです。確かに自負や価値観は必要であるのだけれども、片方ではコーディネーターとしての柔軟性が必要になってくると思います。この二つをうまく生かせるのが、コーディネーターの資質だと思うのです。

世間では、子どもの教育の問題も議論になっています。最近の子は「勉強ができない」とよく言われる。実際はそうでもないのですが、メディアの中で流されるセオリーによって、もっともらしい決めつけがある。さらにはそのような問題に対して親が、特に母親が一喜一憂するわけです。あとの話にも出てきますけれども、情報化の時代で本当にいいスタンスは、ウィニコットが言っているような「グッド・イナフ (good enough)」という、ちょうどいいバランスをもった母親であることが求められます。しかしながら、それが出来ている母親は少数派で、大多数が「よりよい母親」になるということに対して試行錯誤しながら一喜一憂する。出来ないと母親自身が自己肯定感を持ってない、オールオワナッシング (all or nothing) な母親の価値観が子どもに対する教育を左右するということが起こっています。

そこで、母親たちが揺るがないように、昔の人の規範も必要になってくると思うのです。以前地域共同体の時代では、地域の人々がその子どもは勉強ができないのかもしれないけれども、「いつかは育つよ、誰でも育つよ」と気楽に地域の中に受け入れてくれる雰囲気があった。このような人間教育を進めたのがバイオリン教育の「スズキメソッド」です。育ってきた子どもに喜びを与え、繰り返して

り返し学習する「才能教育」という考え方で、アメリカではスズキメソッドを使って、バイオリンだけでなく、様々な教育方針にその理論を使い、どう子どもを育てるかということまで展開しています。しかし日本でうまく広がらなかったのはなぜか。そこには、鈴木鎮一先生が高校までしか出ていなかった、いわゆる学歴があるものが研究者という定説がそこにあったからである。鈴木先生は、「子どもは、いつでも育つし誰でも育つ」と言っている、可能性を信じてあげる、さらに言えばその裏側にあるのは「人間愛」だと思うのです。そこに鈴木先生独自の視点があると思います。人間愛教育をもとにしながらどう地域をつなげていくかという議論を展開しました。

また「パフォーマンス」では日本人は自分のことを言わないのが美德とされてきました。しかしグローバル化の社会ではもともとの奥ゆかしさだけではうまく人間関係がまとまりません。一方で自己呈示をきちんとしていかなければならないのではないのでしょうか。

インターネットの技術が進む中で、一般論として、だんだん人間関係が薄くなるといわれているのですけれども、そうではないと思います。一番大きな問題は何かのかというと、自己の領域が広がり、没個性化しやすいのではないか。自分自身では個性があると思っているのに社会の活動が自分のスタンスを超えて進んでしまうために、没個性化してしまうという問題がそこにあると思うのです。橋元先生が一番初めに言われたように、携帯電話を持っているからといってコミュニケーションがなくなるということはない。おそらく持っていない人、もしくは使えない人が噂を広めていっているのではないのでしょうか。マルチメディアを使える人、持っている人は「カオスアウト」して現代のコミュニケーションを再構築していると思うのです。使えない人、

持っていない人は、「カオスイン」して、ますます現状がわからない状態にもぐり込んでしまっていると思うのです。

それから尾関先生のお話と関連する部分もあると思うのですけれども、例えば現在なぜ僕はコーディネーターという領域を考えているかというと、新しいコミュニケーションの出現によって古いタイプのコミュニケーションの中に入っていく、従来のコミュニケーションの形態が徐々に分断している。知識のある人はマルチメディアをどんどん使いこなしていくのですが、僕も含めてあまりマルチメディアの知識がない人はなかなかマルチメディアに慣れることが難しい。そこでいろいろな格差が出てくるのです。また地域でいえば昔存在したおせっかい、お世話役の構築がこれからの社会の中では必要だと思います。地域福祉の立場からは、2000年以降、民生委員、児童委員がそういうお世話をしましようと言われているのです。しかし、すべての人にかかわることができません。昔のコミュニティ、古い世代の人同士だったら地域が限定されて人間関係を十分に行うことができるのですが、新たに地域の中で新しい世代の人をつないでいくのはなかなか難しい。だから現代社会にはどういう人間関係や地域教育が必要なのかを意図的に考えていく必要があると思うのです。

平成15年から法律化された「地域福祉コーディネーター」という制度は、地域の中で同業種、他業種、地域住民の意識・行動をつないでいく仕事です。もともと制度としての福祉が今までのスタンスなので、新たにコーディネーターになってもらうために、演習によって自分自身の意識を変えていくというものです。ロールプレイなどを通してどのように混沌とした状態からカオスアウトして社会を再構築するかという視点を、コーディネーターがつくっていかなければならないと思います。従来型の福祉職では複雑に絡み合った

社会に対する対応が困難な状況である。だからますます強い勢力に巻き込まれてストレスを感じたり、仕事をつなぐことが難しいのだと思います。行政の積極的なかわりがなく住民もどのように行動してよいかわからず戸惑っている昨今、住民主体の原則に基づいて新しい世代間交流協会を立ち上げました。今までの世代間交流というのはお年寄りと子どもという関わりしかない。しかも伝統的な文化を子どもたちに押し付けるようなものが多かったと思います。これからあと3年経ちますと、第1次ベビーブーマーが60歳を迎えます。現代の60歳は定年退職しても力がありあまっているし、自分も何か社会の役にたたいと思っている人が多い、その人たちの活力、その人たちの身体、精神、それから生き様をいかに異世代間に伝えるか。これもコミュニケーションだと思うのですけれども、それを意図的にどうやるかという計画を立てていく必要があると思うのです。日本で一番足りなかったのは「プログラム文化」だと思うのです。プログラムがなく、どちらかというと経験論によって行動したり企画したりすることが主だったのです。このような考え方から「コミュニケーション学」という特集をつくり、これからの地域の流れはどうすればよいのか、まず考えてみました。

それから2点目は臨床社会学の立場で地域分析をしていくということです。また「臨床」と名乗るからには自分自身も臨床がわからなければいけないので、医師などと一緒に見立てをたててきた。医師というのは専門性を持っているわけです。免許がないとやれないわけですから。それに対して福祉の免許は名称独占でしかありませんから、持っていても持っていなくてもいいものなのです。その場合に、福祉の立場としてできることは何なのか。医者の患者に対応する面で足りないものをどうカバーしていくか。これも職域の中でのコミュニケーションだと思うのですけれど

も、それをどのようにうまく伝えるのが重要になってくるのです。

今までは初めに医者ありきで、そこにいろいろな臨床家、臨床心理士とか精神保健福祉士という人々がいた。そうではなくて、同じ立場からものを見る。そして自分の立場はどのようなものなのか相手に説明する。医者の判断は直接的な判断で、まず薬を出すということなのです。分析されたところをいかに薬で治すかが第一義的な視点になっている。では私はどうなるかというところ、お医者さんと患者さんが話しをしているところに居ながら、「見立て」をする作業です。それによって医療とコラボレートするという考え方です。医師が何を欲しているのか、患者さんの要求はどのようなものなのかを考えながら進めていくことが重要です。初めのうちは、そのような見立てができるのか不安でしたが医者がまあやってみなさいということで一緒にやりました。医師は薬を出す。そこは救急病院でしたから即決が重要になってくる。それと同時に患者さんがどうしたいか分析し、私が判断をして全体的な流れを見ていくことが重要になる。それがコーディネーター的な側面だと思う。例えば、1回目は何をして2回目は何をして3回目は何をして4回目は何をして5回目は何をしてどのように終結するかシナリオをつくっていくことだと思います。患者さんとの信頼関係が十分に築ければ、お医者さんの薬もものすごく効いてくるわけです。任せられるという関係が必要なのではないか。

それからもう一つの関わりとして、家庭裁判所の調査官のスーパービジョンをやっています。家庭裁判所の調査官というのは、昔は社会学科とか心理学科出身の人たちが多かったのですが、ここのところ法学部とか経済学部が多いのです。ある意味、大学でも人付き合いの訓練や特に意図的な人付き合いという訓練、技術を身につけないで調査官になっている人が多いので、個別のケースを見ても子

どもたちの人間関係を分析できていないし、第三者的にその状況をみていることが多々ある。そういうときに、エスノメソドロジーみたいな、文章から判断しながらいろいろ見て指導しています。

本当は橋元先生みたいに数量的分析、そして尾関先生みたいに理論的な構築がきちんとやればいいと思うのですが現段階ではそこまでは行っていません。

続いて今回の問題提起なのですけれども、本当に多メディア時代のコミュニケーションというのは希薄なのか。先程も言いましたように、やはり結局使えない人の噂というのがすごく大きいと思うのです。それはなぜかというと、次第にそれが進んでいくうちに、特に使えない人は使っても時間がかかるとか、今までのやり方の方が合理的などステレオタイプのものごとを見ていく。結局最終的には新しいものに対して批判するわけです。しかしそのような批判も一般的になると徐々に噂が消えてしまうということがよくあります。私の結論というのは、総合してみると多メディア時代のコミュニケーションは希薄とは言えないのではないか。さらに言うとその中にある要素が大きな問題だと。その一つが今言った噂という問題だと思うのです。ただしその一方でやはり自分自身の生き方や目標を持ってない人間もいる。そこが一番大きな問題だと思うわけです。ある程度社会の中で生きがいを見出して行動している人間は大丈夫なのですけれども、僕が対象にしている社会病理現象でいうと、その少数派がメディアの中で暴れているという状況があるということなのです。ですから先程も言いましたように、メディアと人間の両極を考えながらやっていかなければいけないだろうと。消費資本社会の中では自由な振る舞い、自分は自分、人は人、そして即時欲求の追求などが片方であり、もう一方ではノーマライゼーションとか人間の尊厳とか人権ということが改めて問われて

いると思うわけです。世代がかわると価値観や生き方が違うので自分の価値観にあうこととあわないことがはっきりしてくる。

新しいメディアが特に台頭してくるときには必ずこのような問題が出てくる。しかも問題がでてくると、たとえば事件のおきた場所が違って、住民が不安に慄く。また誰もそれに対してアドバイスしてくれない。メディアなどで何となくもっともなことを言われるのだけれども納得いかないことの方が多くなるという状況が出てくる。そこで住民は自分の権利や安全を守るために、リテラシーを身につけて本当の情報を手に入れるということが重要になってくると思うのです。よくリテラシー、リテラシーというのですけれども、言葉だけが先走って本当の地域の中でのリテラシーがなかなかできていない。それを実践できる人もあまりいないということもあるかもしれません。

情報が成熟しみんなが使えるようになると、ネットづくりが可能になるわけです。ネットづくりができるようになるとカオスの状態、いわゆるカオスインに対してカオスアウトして新たな先程もいったように社会が構築されるということがあられるわけです。

ちょっと元に戻りますけれども噂の部分で、なぜそういう話をしたかという、特に映像メディアは、最近では利益のことばかりを考えて毎回毎回強調しなるべく同じ映像を使って制作費をおさえようとしている傾向があると思うのです。1日に30回も40回も同じところがバツと映し出される。その影響というのはいろいろなところに出ているのではないかと。特に関東近県の都市部に出ている。一つの例として宇都宮での実体験があります。そのころテレビ番組の中で、数えてみたら、1日に20回ぐらい「渋谷の中で赤ギャングとか青ギャングとかいろいろなギャングがたくさんいると、危ないところだと、皆さんも気をつけてくださいよ」ということ

を流していたのです。そういう情報は忘れていたのですが、宇都宮に行ったときにある高校生に会ったのです。そうすると高校生が、「東京って怖いところやね」というわけです。「何で」とこちらが言ったら、渋谷は歩いているとものを盗られるでしょうというわけです。また「何で」と言ったらテレビでそのような情報を流していたからという理由でした。「ギャングもいるんでしょう、だから俺は行けない」と本気でいうような状況がある。そういう発想を持ってしまう。これはすごく困ったことで、情報を何らかの根拠とともに語られることが多くて、それで納得させられるという状態もそこにあるわけです。

その納得される問題というのは結構間違っていることが多くて、それを直す状況がない。またその情報に対して建設的な批判を加えて発言できる人たちがいないし、そういう土壤がないということもある。逆にメディアに対するバッシングもあると思うのです。よくあるのはテレビゲームで遊ぶ子どもは自分の世界を作ってしまう対人関係をうまく結べないといったようなものです。本当にそうだろうかと思い、小学校などに行って見てみますと、ゲームのを中心としながら結構うまく人間関係を持っている。上下関係がないといわれているのですけれども、実際に見てみると、確かに昔よりは少ないかもしれないですけれども、それでも例えば1年から6年まで顔を知っている場合が多いのです。なぜかという、昔に比べると子どもの数が減っている。一学年が1クラスとか2クラスですから必ず顔を合わせるわけです。新しいメディアというのは常にバッシングされる、反発が寄せられると言えるのではないかなと思うわけです。

一方でメディアとかジャーナリズムは、その噂を使って、もっともな意見を流して、まことしやかに囁し立てる部分もあると思うのです。最終的にカオスアウトして一般化が起

こってしまうとその問題はうやむやになってしまふ。そういった循環があるのではないかな。それが実体験として感じられるところです。

現代人は3つの部分を分けて考えていかなければいけないのではないかなと思うのです。一つは「バーチャル」というもの、一つは「リアル」というもの、それからもう一つが「バーチャルリアル」です。このバーチャルリアルというのは、ここのところものすごく進んでいるとおもいます。例えばナムコワンダーエッグとかにいくいろいろなバーチャルマシーンがあり、メディアのゴーグルをかけて実際に触っているかのように擬似体験をすることができる。使いわけができなくなると、いろいろな問題が起きてくるわけなのです。そこでバーチャル、リアル、そしてバーチャルリアルという3つを分けて考えていかなければいけないと思うのです。

それから、カオスアウトの後、新しい社会が構築されるというふうに先ほど述べたのですが、その先にまた問題があると思うのです。例えばメディアの影響というのは良いことも悪いこともたくさんあるわけですが、メディアがどう地域に役立つか、きちんと考えていかなければいけない。例えばパブリックアクセス・チャンネルというのがそうです。10年ぐらい前に島根ケーブルテレビに行きました。そこで本当に感銘を受けて社長にお話したら、アメリカではあたり前なんだよと言われ日本もこのようなメディアを進めていく必要があると思いました。島根は地域密着型で番組づくりをしていた。地域の人に関わっていろいろと自分たちの地域を見ていくということです。例えば番組づくり、どういうふうにして地域の人達に興味をもってもらうか、どういうふうにして自分自身の自己主張をするか、地域の主張をするかということを考えながらやっております感銘をうけました。自分とメディアの関わりによって地域の知識とかメディアの影響ということを考えながら進めて

いく。そうするとどんどん地域から意見が出てくるわけです。島根の過疎地にメディアがあるのですけれども、近年お年寄りが多くなって、インターネットを使ってその人の生存を確認しようかということまで考え始めた。そういうことで徐々にメディアが地域の中で一般化して使う方向性を考えるようになってきた。そのような考え方を持っている場所は他の地域では考えられていないし、やっているようでやられていない。地域の全体像を考えながら映像を伝えるのは今まで出てこなかったわけです。

1970年代以降、社会病理現象が多くなってきているということ。これもまことしやかに情報が流されていて、その情報が人を混乱させたのですけれども、実際どうなのかもまだ全然議論されないまま今日まできている。最近は変わってきた部分もあると思うのです。メディアもモバイル化しているわけですから、自分自身がいろいろなところにマルチメディアを運んでいける、さらに言えば自分自身と一体化しているという状況がそこにある。その辺にも大きな問題が出ているのではないかなと思うのです。

例えばバーチャルゾーンというのはメディアの発達によってリアリティーを増してきてしまったわけです。携帯電話などを見ても、メールをしないと落ち着かなかったり、いつも手にもっていて、いつも私たちがメディアの中の幻想空間に導いていってしまうわけです。またパーソナル化によって自己領域の拡大があり、すべての場所が携帯の使用場所になり、今までの規範を崩してしまい、従来の社会的なマナーがどんどん崩れていっているのも確かです。今までは家電や電話を家に置いているということだったので、問題はその家で起こった。しかし自分自身が持ち歩くパーソナルになってくることによってそのような社会的なマナーというものも徐々になくなってきている状況にあるわけです。た

とえば電話も家の感覚から個人へ移り、いつでも変えられる気軽なものになっている。だから例えば車内でも携帯電話を使用しないでくださいと言っているにも関わらず、使うのも領域が広がったために起こっているといえるのではないかな。そのためか「今電車だから」といって電話を切る人は少なくなってきた。みんな使う状況があるわけですから、電車だからあとにしてくださいという人はほとんどいない。そのまま使い続けるという状況があるのです。いわゆる情報通信の身軽さというものもその人の規範というものを変えつつあると思うのです。

それがいいとか悪いとかではなくて、その状況をどうとらえて新たな規範や社会のルールづくりを作っていくのか。これもこれからの大きなポイントだと思うのです。昔の規範の人からいえば、現代人はどちらかというと目の上のタンコブ、もっと言うと「やるな」という禁止命令をだしたいのだけれども、注意すると相手に切られて自分がやられてしまうことがないとはいえない。そのような社会の中でどういうふうにして共存するのかをやはり考えていかなければいけないと思うのです。特にバーチャルリアルに入り込んだ人間にとっては、見つからなければいいという感覚も出てくるわけです。これもカオスインであると思うわけです。しばらくしてるとこの状態が落ち着いて、マスメディアがそれに対して同調しない限りは落ち着く状況がたぶん出てくるだろうということなのです。

通信メディアの急激な発達によって実際上地図に載っていない擬似コミュニティを今体験している。実際の世界の中では地位とか役割というものがメインを占めるわけですが、オンライン上では解放された「私」というのが存在して、そのメディアの中では本当の私ではないもう一つの私が出てくると思うのです。これはメディア作品の中でも現れている。例えば私が小学校のときに好きだっ

た仮面ライダーは、正義の味方であって悪を蹴散らすヒーローであったのです。しかし現在の仮面ライダーは、デジタル化して正義の味方ではあるが、さまよえる自分と化しているのです。現在の仮面ライダーはこのバーチャルとリアルとの間をさまよう近年の人間像を浮き彫りにしているのではないかと思うわけです。

特にネットの中で一番大きな問題になるのは、自分の中に噴出する不安とか動揺などが自分の影として独立して動いていることです。これもカオスインという状況になっていると思うのです。自分の影が独立してネットの中で受けいられると現実の自分とは違った性格を表現することができます。そのためサイバースペースの中では他人を支配したり、滅茶苦茶にしてうさを晴らしてやろうという社会病理現象が起きることが多いのです。本当であればサイバースペースはアイデンティティーを融合して新しいアイデンティティーを創造することが可能になる場所であるとは思われるわけです。例えば小学生とか中学生が夢中になっている「遊戯王」とか「ポケモン」とかファミコンの中にはカードゲームもデジタル化して新しいアイデンティティーが創造されています。一方では子どもたちの脳も電腦化してゲーム脳になっているなんていう批判もあるけれども、実際にそれもどうなのか。これはやはり調査をしてみないとわからないと思うのです。ある学者によれば最近の子どもたちには、脳波に異常がある人が多いといわれているのですけれども、実際に調べてみるとLDとかADHDである場合が多いのです。では実際インターネットにかかわっている人たちはどうなのかを、やはりきちんと踏まえていかなければいけない。

サイバースペースの中にも、もう一つの私というのが生まれてくる。サイバースペースが拡大することによって、現在のモラトリア

ムを提供しているのではないか。その中ではバーチャルなペルソナとリアルなペルソナがあり、境界がわからなくなっている。その辺もいろいろ気をつけながら自己管理したり法規制したりすることも重要である。精神的な健康さも今日では必要でメンタルヘルスをやっていく必要があります。しかし今のメンタルヘルスはサイバーのメンタルヘルスではありません。どちらかという、生活習慣病に対するメンタルヘルス、もしくは心のメンタルヘルスです。いずれにしてもサイバーの問題を取り上げていないと思います。

例えばメール依存症のようにメールを打っている場合にどうなのか。メールを打つと、使い込んでいる人はストレスがだんだんなくなっていくという結果もでています。そして10分ぐらいたつと現実世界との反応がだんだんなくなっていく。だんだんメール上に安堵感が訪れる。無の世界に入って周りが見えなくなる。

そのメディアの中でのパフォーマンスと現実の中でのパフォーマンスに差があればあるほど現実の「私」が否定的になるということも出てくるわけです。だんだん自分とのギャップが大きくなっていく。携帯の出現によって、バーチャルなペルソナを持ち歩いているために本当の自分と幻想の中心での自分がフェードイン・フェードアウトするということもあると思う。実はこれはある症状に似ているのです。それは境界例と呼ばれる人格障害です。ジンメルは、距離感があるからこそ他人のものを欲しがるといようなことを言っていますが、距離感というのは自分に緊張があるときに出てきて、そして不安も出てくる。距離感があることによって自分自身も他者との関係を調整できるのです。また傷ついたり傷つけたりしながら徐々に人間関係の距離感を図っていくことができます。ただしメールの中では距離感というのはあるような、ないような状況になってしまうこともあ

る。

特に２ちゃんねるや掲示板では人々が無の世界に入ったときに相手が自分のことを脅したり、こだわりなどを入れてくると、今回のような長崎の問題とかそういうものに発展していく可能性があると思うのです。サイバーの中に障害があると、そのことにこだわりながら内性にその問題を持ち込んでいく可能性があるということです。サイバーをきちんと使いこなして、サイバーの中でも秩序が保たれていればよいのですが、実際的には、大きな権力関係ができたりします、そういうわけにはいかないです。あたかもその一大勢力に自分がすべてを変えられるかのごとく考える、片やその万能感みたいなものが出てきて欲望が強大化してしまうということも起こるのです。そのバーチャルな世界では、その中では問題を起こしていくということがあると思うのです。なぜかという一般のリアルな社会でも人間にはまず感情ということがあると思うのです。好きか嫌いとか、そういうものがあると、結局すべてのメディアが人間の感覚の拡張になっているのではないかと思うわけです。そのためにメディア、もしくはネットですけれども、「身体としての私」が傷つけられた状態に陥っている。一方メディアのパーソナル化によってますます大きくなってきているような気がします。逆にパーソナル化によって私の親しみやすさというのも携帯によってアピールしている状況もある。携帯とか携帯のメールを使う者にはコミュニケーションがないという一般論があるが実際はそのようなことはないのではないのか。徐々にパーソナルメディアによってユーザー自身が自己呈示しているという状況もあるのです。ただその呈示の仕方がどうなのか、規範に合っているのかいないのか、その世代の規範に合っているのか、それとも社会の地域の規範に合っているのかわからないところに問題があるのではないかと思うわけです。

地域共同体の時代はコミュニケーションの型は上から下への一方通行であったと思うのです。それに対して現在は複雑に考えなければならなくなっています。「コミュニケーション学」でも書いたのですが、心理学は、精神と個人のところまで考えるのがやっと。コミュニティ心理学みたいな分野もありますが、一般的な問題としては精神・個人というところまでしか考えない。精神医学になりますと本当に精神という部分しか考えない。一方で福祉という分野では精神は考えない。個人・家族というところで考える。実際にこれだけ多角化してきた社会になってくると、核が精神であって個人・家族・地域・伝統文化というベクトル上からものごとを考えていかなければいけないのではないかと思うのです。

それとともに、いわゆるリアルな場面での精神・個人・家族・地域・伝統文化と、いわゆるバーチャルな部分での精神・個人・家族・地域・伝統文化を分けて考えなければいけない。その融合する部分が何なのか。たぶんそこが問題で、それをいかに分析するかが大切だと思うのです。まだ僕はそこまで研究できていませんけれども、そういう分析をしていただきたいなと思っております。ではなぜその２つを考えなければいけないか。パーソナルなメディアによって人間の二面性をその中に出している状況があるからです。

世代的な違いにも着目しなければいけません。上の世代はどちらかというとフェイス・トゥ・フェイスということを強いるけれども、下の世代は適当にフェイス・トゥ・フェイスをしながらその現状を見ているという所があるわけです。そのうんざりしたところを浮き彫りにしているのが現在までの世代間交流や地域活動ではないでしょうか。世代によっては上の世代にうんざりしている所もあるわけです。何かいろいろな会に出てこいとか、それから世代間交流をやるというときにも、一

方通行だったり、押し付けられて、うんざりしている状況があります。それからボランティアもそうです。ボランティアなども実際的にはやるのがあたり前だろうという世代にうんざりしている下の世代がいるわけです。コミュニケーションの中での世代間というのは、今までは上から下に教える、例えばよくあるコマ回しを教えるとか地域に伝わっている民謡を歌うとか、そういったことが世代間交流だったのですけれども、そうではなくて両側からいろいろと見ていくということが重要になっていくのではないかと。

現在コーチングが流行っているのは、その理論の中にある肯定観ではないでしょうか。現状は下の意見がどんどん出てくる。出てくるとどうすることもできない。どうなるかという、ではしょうがないから、シュドウイズム (shouldism) みたいに、すべき論を上からかざしてやらせる。そうなってくると結局、その組織自体が駄目になってしまう。組織の上の人は、なぜ駄目になったのだろうかと後悔する。そうではなくて結局一つひとつ積み上げてきて、その人の役割を瞬時にいろいろと分けて考えていく。それは上の人にとってもそうだし、下の人にとってもそうだとしたことだと思うのです。それが本当の連携であって、またその上下との知識、もしくは言葉、それから様々な人間関係の調整だと思うのです。最近、田舎の方に行ってみても大学生がインターネットをお年寄りに教えるといった活動も、あるところではやっているわけです。例えばそういった活動で相互交流をもつ。その代わりに例えばお年寄りは若者に田植えの仕方を教えるというギブアンドテイクの関係を作るといったことを進めていかなければいけないのではないかと。

全体的には、情報が一般化してしまうと個人が没個性化してしまう。ちょうど20年前に小此木啓吾先生がいていた「ジゾイド人間」、精神が分裂した状態にならないと社会的

に埋没してしまう。だから例えばネットの中ではどう自分を自己主張するか、実際の場面でもどちらかというところちょっとおかしなファッションをしてみるとか、自分自身をどう自己提示するかということがポイントになってくるわけです。そうしないと徐々に没個性化してしまうということがたぶんあるのだと思うのです。

それからもう一つ気をつけていかなければいけないものがあると思うのです。先ほど言ったような、現実よりバーチャルに入りやすいような人たちはどちらかというと「ハマる」状況があるわけです。現実が苦しくなるとバーチャルな世界に集中したり、没頭することによって自分を正当化したり癒したりするわけです。それがたまたまゲームにせよパソコンにせよ携帯にせよテレビにせよ、自分が嫌な気分だったときに癒しをくれたならば、その癒しを求めて・報酬を求めてよかったときの記憶をたどってメディアに進入することになる。そしてメディアに癒しを求める。そういうタイプは依存症になる可能性があるのです。携帯依存をはじめとしてメディア依存には、いわゆる依存症と同様の行動特性が出てくるわけです。ではそのような人たちが求めているのは何かというと、メディアに愛を求めているのではないかと。本当にメディアが愛をくれるとしたならばおそらくパニック状態にはならないのかもしれないのですけれども実際はその愛をくれるものではない。

全世代がものの豊かさから心の豊かさ、そしてその愛を創造する時代になっている。

では我々はどのようにメディアと付き合っていけばよいのか。時間もないので簡単にご説明しますと、あたり前のことなのですが、ネットの中での人間関係をいろいろと見ていくと、ネットにも約束があります。「ネチケット」です。しかしながら言葉だけが先行しており、実際的に何を具体的にやってはいけないか明確に提示しているものは少ない

し管理しているものも少ない。きちんとそのへんを呈示していく必要があると思うのです。そのような規範がないといつでもメールの中で破壊や衝動性が起こる可能性が高いのです。インターネットをして人間関係をつくっても、その中でのネームは単なる物体にすぎないわけです。いま言いましたように他人にとってはただのネーム・文章ですがその書いた人にとっては「影の私」なわけです。そのネームや文章が自分の化身と化しているわけです。そのためにメールを傷つけられるとどこへ訴えかけたい衝動がでてくるのですが、どこへその攻撃の矢を向ければよいかわからないということがあって、何がなんだかわからなくなってしまうわけです。中傷メールというのは他から見れば単なる否定的なメールなのかもしれないけれども、しかし中傷された「私」にとっては想像で自由に考えられる分ごちゃごちゃ考えてしまい大きな傷になる。心的な現実性がそこには現れてくるということです。特に問題を起こす人は、対象を愛すると、その対象をすべて呑み込んでしまいがちになってしまうのです。そして対象が自分の言うなりに、言う通りにできないと気が済まなくなってしまうわけです。けれども手紙や電話、直接的なコミュニケーションと違って、メールでは匿名、そしていつでも逃げ出せる状況があるために、常に愛が壊れていく状況になるわけです。方やメールが戻ってこなかったり、中傷されることによってストレスをどんどん溜め込み、思いどおりにならないとその人を支配したいという気持ちが衝動となって、うまくいかなくなってしまうわけです。自分の考え方が受け入れられないと破壊的な心が生まれてトラブルを起こすということも最近議論されています。特に精神医学の中ではそういうことが議論されています。

インターネットを中心とするメディアの中では、例えばウィニコットが言っているよう

な「イリュージョン」の世界をつくり出してその中にはまっていけないとやっていけないのではないかと思います。幻想の世界の中で現実と解離して自分の価値観や自分の将来的な夢を育む。イリュージョンというのは良いイメージなのです。その良いイメージをどんどん作っていった実際にはネットの中で役割を作っていく。子どもでいえば「ごっこ遊び」みたいな状況になるのでしょうか、そういうものを作っていかなければいけない。最終的には現実の世界・厳しい世界でいかに肯定観をつくっていくか。夢を達成するか。イリュージョンの中でうまくない状態が出てくると、今度は「ファンタジー」という状態になって、空想したりして自分を納得させる。だんだん現実も考えていって、悪いことは悪いと考えて、元来の人間の健康な精神の姿に戻していく状態があると思うのです。例えばフロイトなどが言っているように、悩んだり苦しみを感じて初めて人間と人間の間の決まりというものを考えていくことがあると思うのです。前にもあげたように結局いろいろと悩んで、苦しんで、感じて初めてきまりとか倫理ということを学んでいくということです。もっと言うと、「現実原則」がその人間に身につくかが重要だと思います。これはカウンセリングではあたり前の言葉で、例えば来たクライアントの人に対して最終的に感じてもらうのが現実原則なのです。実際にはじめのうちは考えがまとまらなかったり、わけのわからないことを言ったりするのだけれども、あなたは何故そうってしまったのか。まとまらない考え方や不安・不満がその人の心を支配する。それはあなた自身が現実原則を踏まえないからだと最終的に伝えることが多い。カウンセリングの中でも現実原則が重要な課題となる。難しいのはネットの中ではなかなかこの現実原則は育たないのではないということなのです。これもやはり調べていかなければならないことだと思います。

そういうことで、やはり、全体像として一般的な人と、それから実際にメールで問題を起こす人ということを分けて議論していかねばいけないのではないかと、社会の中では全て同じ土壌で議論されていますが……。確かに予防対策はやらねばならないと思います。予防的な措置として、ネットに出入りしている人々のメンタルヘルスはどのように考えていったらいいのか、どのようにすれば問題を起こさないかとか、そういう議論することはすごく重要なことだと思うのですけれども、やはり実際に人を分けて両極から見ていかなければいけないというふうに考えています。

では、そのリアルとバーチャルの境界線で彷徨っている人たちに対する意図的な関わりはどうしたらいいのか、それが「メールカウンセリング」だと思うのです。私のやっているメールカウンセリングはお金を取っていません。本当は取ったほうが良いのかもしれませんが、取ったほうが早く治るといえるのか、早く問題が解決するということもあるのです。通常のカウンセリングでは料金が結構高い。高いことによって、自分自身がお金を払っているという意識が芽生え、こんなにお金を使っているのだから治らないといけないというふうに意識が働く。ですから安いお金を取っているところは、どちらかというと荒れているクライアントが多い傾向にあります。

メールカウンセリングではだいたいカウンセリングを3回に絞っています。何で3回に絞っているかということ、ずっとやっていると、距離感がつかめないものですから、向こうが反乱を起こしてしまう可能性があるのです。きちんと意図的にどうメールをするかを考えて、カウンセリングをやっているわけです。意図的な設定によってメールを使うということなのです。そしてその相手の声にならない声を言語に直そうと努力するのがメールカウンセリングだと思います。仕事のことである

とか、何か理論を構築する場合にはきちんとした文章になるのですけれども、ちょっと悩みを書いてみてと言われると、ウワーッと、ズラーッと書いてしまう。ただメールをする場合と違って、感情論とか思いついたことをそのまま書きがちなのです。チャットなどでも自分勝手に文章を書くためににながなんだかわからないことがよくあります。対面カウンセリングと違って、メールカウンセリングはすごく簡単のように思われるのですけれども、そこには意図的なプログラミング化が必要になって来るわけです。お互いにどんな話をしたいのかということも考えなくてはいけないし、その人が本当に分かって欲しいのかも考えなくてはいけない。こちらとしてもきちんとした文章で受け答えをする、いわゆる文章によって距離感を作るということも必要なのです。

そのようにするとメールの中でもお互いに気づきが深まって、他者や思想の気づきというものがしやすくなる作用があるわけです。どういう段階でメールに来るかという、友人とか近隣に話したのだけれども、メールをしてみたのだけれども、話し足りないとか、そこでは満足しきれないというパターンが多い。また友だちに話してみたのだけれど解決できなかったというような理由もあります。もっと問題や悩みを軽くして匿名で聞いてもらえるのだったら良いのではないかという発想です。匿名性になると自分が自由に対人関係をつくるかどうかを選択できるために都合のよいものには対応し、都合が悪くなるとその関係を絶つという方法も可能になる。そのためでしょうか。メールカウンセリング協会で言うカウンセリングでもお金だけを振り込んで全くメールしないという人もいます。

なかなか難しいのは、確かに現代の時代にはメールカウンセリングというのはピッタリ合っていると思われるのですけれども、対応がなかなか難しいです。通常の対面のカウ

セリングですと最後まで悩みが出てこない場合もあります。それからしばらくして「実は……」という主訴が出てくる場合も多いのですけれども、メールでは1回目から大きな主訴がドーンと出てくる場合もたいへん多い。それも2,3行で入ってくる。そうするとメールカウンセラー自身が「ブラックボックス」に入ってしまうのです。その3行の文章の一字一句を見て悩むのです。それに対してどういう受け答えをしたとしたらいいのかどのような受け答えをしたら問題が起こるのか悩んでしまうのです。あーなってこうなって、こうなってあーなってと考えているうちに、ブラックボックスの中に完全に閉じこめられてしまう。初心者のメールカウンセラーなどは3時間もかけて、やっと相手にメールを返す状況がある。ところが僕はそうではない。あまり大げさに考えないというか、わからないことはわからないと相手に出してしまう。そうすると、「こういうことです」と、きちんと対応してくれるクライアントというのがいるわけです。

私が主眼にしているのは、相手をクライアント扱いしないということです。クライアントとは呼んでいるけれども対「人間」として扱うということが重要なのです。それは何故かという、メールカウンセリングに入ってきた人々は、リアルな部分ではたいへん弱いところがあるのです。病気に位置づけられると、かえって相手にとっては都合が良かったりする。例えば自分を「引きこもり」だと認めてもらうことによって、その現象を正当化できる。そうした悪い状況もあるのです。一般の人達であればそれはない。ある程度わかったら終わってしまうのですけれども、病的と位置付けられる人はそうはいかない。だからそこもやはり両面で見えていかななくてはならない。一般の人たちと病的な人たちの両方を見ていかななくてはならないと思うのです。

先程も言ったように、メールには意図的な

使用とか匿名性といった利点がある。ただしデメリットは、すぐに反応できないとか、なかなか受容しづらい点です。それからメールでは慣れてしまうと関係がオープンになってしまって心の距離が取りづらい。オープンというのは向こうがだんだん馴れ馴れしくなってしまうということです。間合いが取れないということなのです。そして、素人がやると闇の世界が大きくなる。自分の世界が大きくなってわけがわからなくなってしまう。また、先ほど言いましたように、短い文章で相手のことを理解したり、相手に伝えることは難しい。そもそも、メールから「落ち」てしまったり、インターネットから落ちてしまったときはどうすることもできない。中でも心配なのは自殺企図です。特に鬱の人になると「死ぬ」と一言書いてある場合もあります。それに対して相手がメールしてくれるように接していかないとそれ以降かわってこないかもしれません。もし来なくてもこちらはすることもできないのです。対面カウンセリングだと何とか引き止めてお話できるのですけれども、メールではなかなか難しい。

相手に対して、意図的なメールを社会化の道具として使うということ、それからインターネットがどんどん普及しているわけですから、その中で「ピアグループ」、同じような問題を持つ人たちが集まってそこで話し合いをする場をもつことが望ましい。ただ、現在、管理者がいないのです。ピアグループを管理するコーディネーターといわれる人がいないわけですから、その管理者をきちんと付けてピアカウンセリングなりピアグループというのを作っていくことが重要だと思うのです。インターネットだけでなく、一般の地域の活動の中でもそういうピアグループによって問題を解決することができると思うのです。

インターネット以外に最終的にはやはりフェイス・トゥー・フェイスが重要になってくる。「オフラインミーティング」に繋げるこ

とが重要です。意識しないといけないのは、先ほど言いましたようにカウンセラー自身がブラックボックスにはまらないこと。わからないことはわからないと相手に伝える。相手の「大人」の部分に目を向ける。それから、知りたいという気持ちを抑えて、冷静に対応する。メールやっていると、相手のことをいろいろ知りたいなと思うのです。これも「ハマる」という現象の一つなのかもしれないのですが、ポーカーフェイスで君の言葉を聞いているよ、ということを相手にいかに伝えるか。これはとても難しいのです。

それから、カウンセラー自身に逃げ場を作っておかなくてはいけない。一番はじめの段階では「お返事は3日間ほどかかるかも知れませんが」という条件設定をしています。このようなタイムラグがあるとその間に会議もできるのです。こういう言葉で返信したけれども、果たしてそれが、その人の心を捉えているだろうかとか、そういうことも考えて、3日間というタイムラグを使う。電話ですと、録音していない場合には記録は残らないのです。対面カウンセリングでも映像を使っていない場合には残らない。しかしメールカウンセリングでは、記録が使えるという利点はあります。そして言語化させて認知を、やはり深めていかなくてはいけないだろうと思います。

日本トラウマ・サバイバーズ・ユニオンというアソシエーションがあるのですが、たとえば引きこもりの段階に以下のような段階があると言っています。一番目は「生きる」ということです。そして「語る」、そして「歌う」、「真似る」、「書く」、「囁く」、「つぶやく」、「こもる」、「引きこもる」という段階があり、対面、グループ、メールによってコミュニケーションをしています。またこの団体は、インターネットの中にピアグループを作っているのです。ではクライアントにどのようなことを求めているかということと自分の

辛さや不安や今までの人生などの自分自身の体験を物語ることを主眼にしています。臨床社会学でも最近物語ることに力点が置かれていて対象者の現在の「段階」を総合的に理解するのです。

「生きる」、まず死ぬか生きるかということがまずあるわけです。次には、こういう辛いことがあるのですよ、ということが語ること。ここらへんまではどちらかというとプラスの状況です。「書く」よりも上というのはどちらかというとマイナスの状況。はじめは、いろいろな辛さとか自分自身の問題というのを書くのですが、次は何があるかということと「囁く」、次は独り言を言い出す、「つぶやく」、つぶやいても何もしなかった時には、どんどん、こもっていく。そして、こもるのだけれども最終的に部屋の中とか家の中にいわる「引きこもり」になる。そのような段階を徐々に体験化して、プロセスを話してもらうということが重要なのです。メールカウンセリングというのは、この段階の中で、「生きる」から「書く」というところの間を生かしていくことなのです。

それで、書いてくれたとしたならば、書いた段階の中では、そのカウンセリングはうまくいく。上の段階でいくと、「対面カウンセリング」か「訪問カウンセリング」です。こちらが出向いていく、アウトリーチするような形を取らざるを得ない。アウトリーチというのは面白いテーマです。患者に対してアウトリーチすることもあるのですが、いまの一般地域社会のなかで、いかにコーディネーターがアウトリーチするかが重要になってくると思うのです。こういう問題がありますよ、こういう問題解決方法がありますよと、地域の人々に知識を伝達していく。いまの地域を考える会とか地域のなかでのさまざまなネットワークというのは、一般住民からも、引き込んでいって、そしてそれをKJ法みたいな形で、どんどんつき詰めて議論を重ねていく。

その後はインターネットでいろいろと話し合いをしてよい地域を構築していくことが、どんどん増えてくると思います。一般的な場面でもそれは増えると思うし、病的な場面でも、それをどう着実に順序立てて考えていくかということがポイントになっていくと思うのです。

カオスアウトの問題というのは、明日お話しすれば良いのかなと思います。

何かこうバラバラに出してしまったので、少しまとめてみたいと思います。専門家だけでなく、それから一般の人たちだけではなくて、両者をつないでいくジェネラリストが必要ですし、いろいろな活動がどう横に繋がっていくのか。必ず人によって進められているわけですから、いろいろな活動やつながりを考えていく。

もう一つは、インターネット、特にパーソナルなインターネットです。たとえば携帯電話もメールやインターネットが見られる。それらの機器を使って、どういう風にしてボランティアグループを作るか、またどういうふうな可能性があるかということを、その地域の人たちと話しあいながら地域活動を進めていくことも重要だと思います。例えば地域の中で問題がある人がいるとしたら携帯電話でいろいろと伝えることもできるわけですね。だからこれからの時代というのはいろいろなものを地域や世代で取り入れながら、そして組み合わせながら見ていかなくてはならない。ただやはりメディアには使える人と使えない人のハードルがある。ただ、その辺は、おそらく徐々に変わっていくとは思っています。私のホームページなんかもだんだん変わって、以前はどのようにすればよいかわからなかったので文章も書いたものを打ち込んでくれと後輩にやってもらっていたのですが、いまは便利になり、ただそのまま書き込めば大丈夫なようになりました。

そういういろいろな技術を使いながら見て

いく必要があるだろう。少し中途半端で申し訳ありませんが、そういったようなことがポイントです。

司会(祐成)：ありがとうございます。質問はございませんか。

井上：井上です。興味深く聞かせていただきました。まず、カウンセリングと日常会話の違いをどのように考えているのですか。

秋山：まずその話をしなければならないと思っていたのですが日常会話は興味のあることに話が進みますし、相手のことを気遣いながら話をしていくところがあります。逆に自分の言い分ばかりを言う場合もありますが受け手がその文脈を意図的に考えて話を構成することはあまりないと思います。どちらかというとなり無意識的にその流れや雰囲気を感じる行為が多いのではないのでしょうか。それに対して、カウンセリングの場合には、まず意図的に攻略的に物事を考えていく。一番始めに「場面構成」というものがあります。何をやるかという、自分の紹介、それから時間。秘密保持です。その中でも時間はすごく重要なのです。例えば30分ですとか1時間ですとか、時間の構成を行います。

それから、「受容」ということ。まず聞く。僕の場合は話したがり屋ですから、カウンセリングの場面ですと、いろいろ言ってしまうようになるのですけれども、意図的に相手の部分の話を聞くということです。カウンセリングは人間関係ですから、なるべく早く信頼関係を持てるようにする。もう一つは、同じ場所で、同じ時間でそれを設定するというようなのです。

それによってその場の原理の中で徐々に人間関係が近づいていく。それにプラ

スアルファして、今度は「きちんと聞いてますよ」ということを含めて、「単純受容」を行う。「あーなるほどね」「あーそうですか」という風に日常会話ではあまり使わないあいづちを打つ行為をする。

ずっとうなずきながら人の話を聞く。特に友達関係になればなるほど、あいづちやアイ (eye) メッセージなどは使わなくなり、相手がわかっているものという前提条件で日常会話はするのではないのでしょうか。そのために友人や家族から「聞いているの」と言われたり、言ったりすると思うのです。カウンセリングは相手を理解しながら、相手も自分自身のことを気づくことが大切だと思います。意図的に相手の感情やフレーズを「繰り返し」したりすることによって、ある感情、例えば「もう苦しいのですよ」と言われた場合に、「苦しいのですか、うーん」と、その感情をもう一度相手にフィードバックする。そこからクライアントの話が促進されていくのです。

電話や一方的に話しをされると、どんどん感情論だけがバーッと出てきてしまっ、その後こちら相手は何を話したのかさっぱり分からない。そして話した人自身もなにが問題なのか分からないということも起こりうる。確かに人にしゃべることによってスッキリとする(浄化作用)かもしれませんが実際何をしゃべったのかさっぱり分からないという状況が出るわけです。それを抑えるために、例えば繰り返し、それからある程度まとまってくると「要約化」というのを使います。ある程度文脈が進んでいくと、何が問題なのかということが自分自身で分かってくるわけです。こちらもいろいろと聞きながら相手がいいたいこと悩んでいることの全体像を話す。ということは、「いままであった話というのは、

こういうことですね」という形で確認する。それを基にしながら、お互いの「明確化」を行う。カウンセリングに来た当事者の問題をどう捉えるのか。意図的に話し合いをすることでカウンセラーも問題の明確化をするし、相手にも明確化させる。そこで相互作用をもたらすということです。徐々に明確化していくうちに、その人は、その問題性というのにさらに気づいていく。

もっといろいろあるのですが、簡単に言うと以上ようになります。徐々に、そこに自分自身の問題性を当てていって、自己開示していくと。

井上: 今おっしゃったようなことは、対面型のカウンセリング、例えばロジャースの教科書なんかに書いてあるようなことですね。

秋山: それがベースですよね。

井上: ただ、メールの場合には、文字で打っていくわけですね。相手の反応を見ながらまた対応しなければならない。やりとりをしなくてはいけない。それと日常会話との違いが、僕にはよくわからなかったのです。

秋山: その辺にはフェルトセンス的なところがすごくあって、文章があって、それで、その文章を見ながら、どういうことをその人は訴えかけているのかということ、を、まず自分自身のなかで噛み砕かないといけません。

井上: では一旦相手から長文のものが来て、それを受け止めて、返事を出すまでのタイムラグができるわけですね。

秋山: そうなのです。タイムラグというのがあるわけなのですけれども、初めてのメールカウンセラーの方は、そこにおののくわけです。「ヤバイ」と、直ぐに出さないといけないということなのです。だけれど実際的にメールカウンセリングの

中でも、場面構成をしているわけです。何をやっているかという、三日間ぐらいいはメールを送らないかも知れませんが、というようなことは書いてあるのです。

井上：対面だと直ぐに対応しなければいけないですね。その時の相手の様子を見ながら。

秋山：ただ相手の反応が見えますから、いろいろな事が聞けるわけです。

井上：時間がゆっくり欲しい相手、少し時間をかけて考えたい相手には向いているというような意味で考えていいですか。

秋山：時間が空いているというよりも、2、3のポイントがあると思うのです。その一つのポイントは、先生が今おっしゃったことが一つあると思うのです。もう一つは、相手がやはりなかなか対面カウンセリングが不得意だという人やちょっと病的な人は世間とかかわりを避ける傾向がありますからメールで関わることによって徐々に、天の岩戸ではないですけど、岩から出して対面カウンセリングに繋げるという部分というのもあると思うのです。

井上：全然会わないのですか。例えば引きこもっていてメールでだけ交信が可能な条件の人などとおやりになっているのかと思ったのですが。

秋山：そういう人もいます。ただしそういう人は、最終的に、やはり中でカオスアウトして、徐々に自分自身の世界を作り始めるのです。対人関係がきちんとできくると、メールカウンセリングの中でファンタジーがだんだん出来てくると言います。だから爆発的なほうに行かずに、現実世界というものが出来来るわけです。そうするとなかなか難しいけれども、バーチャルなところの仲間の中で話をしようかということで、そういうところに入るわけです。

井上：それで引きこもりの人が、状態が良くなったとか、例えば、このようなやりとりがなされて、こんなふうに展開していったとか、そういう事例のようなものはありますか。相手の言ってくるのが変わってきたとか、そんなことがあれば、もう少し具体的なイメージが浮かぶのですが。

秋山：例えば、初めの引きこもりの段階の中では、全く一人の世界で、わけが分からないことをメールに書いてくるのです。その段階の中で、人によって違うと思うのですが、僕の場合、何時間も考えるということはないので、パッと見てそこで、ちょっと1日ぐらいいおいてメールを返すという形なのですが、そこで混乱するクライアントがいるわけです。これは結構危ないことなのですが、私の場合には、どうしてそういう感情があるのかということを徐々に、きちんと聞いているのです。聞けば、相手はいろいろな話をしてくれて、またメールをくれるのです。

2通目のメールは、「やはり私は外の世界といろいろ交流を持った方が良いでしょうか」と聞いてくる。ちょっと依存的になっている所があるけれど、いろいろときっかけを持ったほうが良いでしょうか、どうしたら良いのか、そこいらへんが分かりませんと。ちょっと迷宮入りのような感じになってしまう。そこからまた話を始めて、例えばバーチャルの中には、こういうものがあるよと、紹介するのです。

それからもう一つ、僕がよくやるのは、本を紹介する。例えば、ブラッドショウが書いた『インナーチャイルド』という本があるのです。それを読んでもらうことによって自己変容するということも結構あります。その本を読んでいる間に、

その人の考え方や問題のとらえ方が変化し、今までにないいろいろな変容が起こってくる。「最終的に何となく自分自身も社会との対面を考えていかなければいけないのです。でも、そこらへんは難しいので少しずつ考えて行きます」と書いてくる人も多いです。あせらないでじっくりと話をしていったり1つ1つ行動していきながら考えてみたらという形で、アドバイスしています。

井上：場合によっては希望感が現れて良くなる場合もあるのではないかと、今の説明で思いました。例えば、相手から反応がなくて、先程自殺を企画して、死ぬと言ってそれっきりになったというケースがあったようですが、その後はフォローしきれないですね。

秋山：そうですねフォローしきれません。どちらかというと自分自身が、そこで傷つかないようにしないといけない。そうでないと、そこで今度こちらのストレスがどんどん出てくるわけです。だから落ちてしまったものはどうすることもできない、そういうジレンマはあります。

森田：札幌学院大学の森田です。井上先生の質問と同じく、メールカウンセリングに興味を持ったのですが……。今のお話で、メールカウンセリングに来るクライアントには、対面のカウンセリングによるコミュニケーションにちょっと引け目を感じたりして、引きこもってしまっている人もいるということでした。そこで、先程おっしゃったとおり、メールカウンセリングは3回に限定して行うということでした。すると、その後、そういう人達は快方に向かって対面のカウンセリングに移行するのでしょうか？つまり対面のカウンセリングとメールカウンセリングの位置づけというか、棲み分けみたいなものというのは、ありうるのでしょうか。

秋山：メールカウンセラー協会はNPO法人なのですけれども、いまの会長は対面カウンセリングのセンターを持っている人なのです。だからそういう意味でいうと両側でそれを進めていると、だから両方を持っていないとその連携は難しいかもしれません。本当にここでも両極なのですけれども、両方を踏まえてやらないと難しいかもしれません。

森田：そういうことをお聞きした背景は、私自身も大学教員としてそのような問題意識を持つことがあったからです。本学にも学生相談室があるのですが、受け持ちの学生があることで精神的に落ち込んでしまった場合、そこに相談に行くことを勧めたのですが、やはりそこに行くこと自身にかなりハードルがあって中々行けない。行けば何とか話は始まるのですが……。だからその間を埋めるワンステップがないかなと思っていたものですから……。誰が担当するかは問題ですけれども、メールカウンセリングというプロセスがあれば、間を埋めるようなものにはなり得るのかと思った次第です。

秋山：なり得ます。私の大学でも、私は学生相談をやっているのですけれども、その間を埋めているのはメールカウンセリングです。ただ量は多くなくて、あまり来ない。学生はどちらかというと学校に来ていますから、学校に来ない子もいますけれど、どちらかというと学校のカウンセリングとは、ちょっと違うのです。「教育臨床」といいまして相手を病気として見ないで治療に繋げるという考え方なので、難しいケースが来てもなるべく対応し、こちらさまざまな技術や理論を全部何かミックスしてやっている状況です。

井上：そういう学問が成り立つかどうかかわからないのですけれども、僕も臨床社会学というものに非常に興味を持っていまし

て、臨床的な関わりとは何かということを考えています。いまおっしゃられたように、メールカウンセリングにはルールがありますよね。相手の言ったことを受容しなければいけないとか、そういうコミュニケーションをしていて、もどかしなくなったり、あるいはもっと別の言い方をしてみたくなくなったり、そういうことって起きないものでしょうか。

秋山：対面式のカウンセリングと違って、メールカウンセリングの場合には、始めから意図的に、それを見ようとして、いわゆる一つの枠を作っています。だから、やってみると、なかなかそこで自分自身がこういうふうにしてみようとかということ、出づらいと思います。

井上：相手が言ってきたことを、とにかく何が書かれていても受容しなければいけないというのが、グランドルールとしてあると思うのですが、書かれている内容によっては、その内容に対して、やはり反応したくなるというか、意見を言いたくなるような場合もあるのではないかなと思うのですけれども。

秋山：ただ、余程のことがないかぎり、それをしてはいけないわけです。それはそのような訓練を、やはりしている。

井上：文字によってですか。文字でそれを表現する。

秋山：そうですね。だから、こちらが、もしもそういう感情を持っていたとしたら、次のメールというのは、どちらか感情的なものが入るかもしれないです。

井上：反応がまた、相手の感情的な反応を呼び起こすかもしれない。

秋山：そうすると、そこではいろいろな問題がまた起こるわけです。せっかくそうやって依存してくれたのにもかかわらず、今度は、いまさっき出てきたようにそこをぶち壊してしまうとすると、いろ

いろな問題がそこに噴出してくる。もっと言うと、よくあるのですが、あるメールカウンセラーが自分の中傷をばら撒かれたと、何もやっていないのですけれど、あそこのカウンセラーは駄目だとかですね。

井上：相手の、クライアントの側の生活の状態などは把握されないのですか。

秋山：難しいですね。結局、メールカウンセリングの場合には、初回面接はできませんから、実際に頭の中にいろいろな情報を入れるということが難しいのです。だからこちらが先走っていろいろとやろうと思うと失敗することが多い。

井上：ただ、書かれてくる言葉というのは、相手の具体的な生活があって出てくるものですね。それらを捨象してコミュニケーションできるものでしょうか。

秋山：一応それでやっているのです。どうしても解決がつかなかったら面接に来ないかということで逃げるといえる。そう言われるとなかなか辛いところで、そうすると経験主義みたいなことが出てきてしまうかもしれません。

井上：別の質問ですが、そうしたことを今後、例えば引きこもりの自助グループなどに組織的にというか、体系的に導入していくお考えなどはあるのですか。

秋山：そうですね。その中では、例えばどの医者にかかっているかという話し合いもされているし、どの薬を飲んでいるかとか、それからどういう関わりをしているかとか、自分はどうなりたいかとか、様々な意見がそこには出ているのです。その人が社会化していくための段階としては重要な場所なのではないかなと。そこで立て直していくと、やっと社会化ができてくる。

井上：自助グループに出て来られる人はまだ可能性があるというか、社会化の方向に

向かっている。最近、月に1回札幌でやっている自助グループに関わりを持っているのですが、そこに来られない人の問題というのが実は大きいわけですね。

秋山：そうです。ただその問題に関しては、こちらのほうから出向いて行くというわけにはいかないわけですから、いっぱいいるわけで、やはり、向こうがセレクトするという。

井上：そのクライアントになる相手というのは、どのように見つけてらっしゃるのでしょうか。

秋山：おそらくインターネットで検索して見ているのではないかな。

井上：相手からアクセスして来るのを待っていると。

秋山：そうですね。

井上：では、匿名というか、本性を隠して仮の姿や年齢や性別で発信している人も相手にしなくてはいけないわけですね。

秋山：そうですね。ただしお金を払っていませんから、お金を払ってまで、そこに入ってくるかということもありますね。それでもいるかもしれないですけども。

井上：無料っておっしゃっていましたが。

秋山：もうしわけありません。今の話は協会の話です。僕のやっているものは無料です。一般的なメールカウンセラーはお金を払っているはずですが、僕の場合には、待っていて、もしくはホームページをみてアクセスしてきたり、学生にメールアドレスを知らせていますから卒業生在校生その紹介によってアクセスしているようです。

井上：何か意地の悪い質問ですけど、うまくいわずに、失敗してしまった事例というものはあるのですか。

秋山：あります。やはり、さっきおっしゃったように、こちらの、先取り不安みたい

なものがあるのです。先に、こうなったらかうなるのではないかな。初めころですけれど、それをしてしまって、先まで書いてしまって、それで向こうは落ちてしまったというのがあります。

井上：後は行方知らずみたいな感じになってしまう。

秋山：そうですね。分からない。

井上：追いかけてようがない。

秋山：追いかけてようがない。ただ、メールカウンセリングもマルチメディアの中では、ちょうど過渡期だと思うのです。これから先は多分、携帯電話であってもきちんと画像交流ができたり、テレビ電話みたいな、そういうものになってくるでしょうし、そうしたときにはまたそこは変わっていくと思うのです。だから今ちょうど過渡期のところだと思います。

井上：いろいろな使えるメディアをできる限り使っていこうというお考えであるということとはよくわかりました。引きこもりの自助グループなどでも、情報交換を切実に求めているというのが話を聞いていて分かるのです。だから、そういうふうに出て来られない人が、メールで情報交換できる。カウンセラーと話ができるということであれば、それは何か意味があるのではないかなとは思いますが。

秋山：そうですね。

司会(祐成)：いまの井上先生の質問に関連して、対面でのカウンセリングか、メールでのカウンセリングか、二つが出てきたと思うのですが、それ以外に、どういうメディアのカウンセリングがこれまで試されてきた歴史があるのでしょうか。

秋山：ちょっとそれは私自身、今は分からないですけども、資料がないので。

司会(祐成)：先生ご自身は対面かメールの2種類ということですね。

秋山：そうですね。