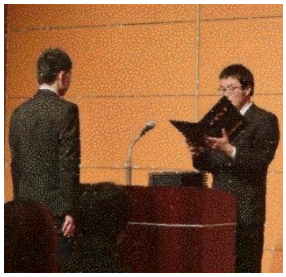
フリースクール　コラム集

野中　浩一



目次

平成 24 年度　執筆

第１回　巣立ちの準備
第２回　自分で選ぶ
第３回　傷つきやすい私
第４回　傷ついても前に進む私
第５回　テスト勉強と脳力
第６回　清濁あわせ呑む
第７回　受け継がれる心
第８回　親の意見と茄子の花は（前編）
第９回　親の意見と茄子の花は（後編）
第 10 回　今、できることを継続する（前編）
第 11 回　今、できることを継続する（中編）
第 12 回　今、できることを継続する（後編）

平成 26～27 年度　執筆

第 13 回　新年度の雑感と、メッセージと
第 14 回　進路を考える
第 15 回　特殊な時代が終わり（前編）
第 16 回　特殊な時代が終わり（後編）
第 17 回　幸福感と没頭（前編）
第 18 回　幸福感と没頭（後編）
第 19 回　ＴＰから見る人間関係
第 20 回　人こそ人の鏡
第 21 回　お母さんパワー
第 22 回　社会の中で深まる（前編）
第 23 回　社会の中で深まる（後編）
第 24 回　10 年を経て、今感じること

このコラムは、私がフリースクールにおいて主に高校生や１０代・２０代の若者たちと日々過ごし、そんな若者の保護者さんたちと触れ合う中で感じたことを文章にしたものです。

このコラムを読んでいただくうえで大事なことが２つあります。１つは**「読みたいと思った回だけを読むこと」**２つめは**「なんか小難しいと思った部分があったら読み飛ばすこと」**の２点です。面白くなかったらどんどん読み飛ばしてください(^^

一見元気で明るい、でも漠然とした不安感や自信のなさをのぞかせたり、困難や挫折に弱かったり、ちょっとしたきっかけで人との関係が切れてしまう危うさをもつ。そんな現代っ子が歩む道にほのかな明かりがともる。そんなことを願って書いたコラムです。

※コラムは、松江未来学園でご家庭向けに配布した文章に、多少の修正・編集を施してあります

第１回「巣立ちの準備」

今回のスクーリングでの進路指導では、単なる進路の話ではなく、８０年近い人生の中で行われる「学び」「仕事」「生活」という観点から話をしました。また、社会に出ていくうえで切り離せない「もらうお金（賃金）」と「払うお金（経費）」についても具体的な図や事例を示しながら併せて話をしました。

生徒たちは遅かれ早かれ自立をすることになります。その第一歩が一人暮らしです。県外へ進学するとき、就職して遠方で一人暮らしするとき、「大丈夫でしょうか？」「この子に１人暮らしはまだ早いんじゃないでしょうか？」という親御さんからの言葉をよく耳にします。親心としては、ついこの間まで甘えたり、悩んだり、反抗したりを繰り返していたわが子が１人で暮らしていけるのかと心配し、不安に思うことはごく自然なことです。また子どもが巣立つのは寂しいと感じ、自分の傍にいてほしいという情がわき起こることもまた当然の気持ちです。それでも私は「本人がそれを望むのなら、今が巣立つときです」と話をします。子どもの成長力は親の想像をはるかに超えていきます。

今回の進路指導のように、進学や就職だけでなく人生、生活、仕事、学びとそれに付随するお金の話を聞く機会はあまり多くなかったのではないでしょうか。かなり現実味を帯びた話にびっくりした生徒もいたのではないかと思います。また、自立をする意味と自立をしないリスクについても話をしましたが、こうした話を聞くことも少なかったのではないかと思います。自立の話はしましたが、焦る必要はありません。急ぐこともありません。自分のなかで土台ができていて、今回のような知識を得てさえおけば、巣立ちのときがくれば自分でそれを感じることができます。

以上のような人生の話をする中で、「継続すること」「今目の前にあることにしっかり取り組むこと」の大切さを伝えました。こうした話をすると、できていない自分を責める生徒を見かけることがあります。ですが現在の時点でできていないことがあるからといって悩む必要はないと私は思っています。今からでも目の前のことに取り組んでいけば、結果的に数年後には「継続」というおまけがついてきますから。「どんなに成長しても足りないものが必ずある。足りないものができない理由にはならない」とは、私が（勝手に）師と仰ぐとある企業の社長の言葉です。足りないものを悔いるよりも、今あること、今できることに取り組み続けることで道が拓けていく感覚を味わって欲しいと願っています。

これら数ある話の中で何を受け取るか、それをどう生かそうとするかは、各生徒に委ねています。同じ言葉でもとらえ方はそれぞれです。頭で理解はしても、話の意図やそこに含まれる意味に気づくのはだいぶ先のことかもしれません。大人が意図した期待どおりに子どもは育ちませんが、期待や想像を超えることはよくあることだと感じています。

第２回「自分で選ぶ」

先日より、大学・専門学校見学会（以下、見学会）のための準備を開始しました。未来学園の見学会は２泊３日の日程です。初日のみ全員一緒に行動して都会での交通機関の利用方法や学校見学の雰囲気をつかみ、２日目・３日目は事前に立てた計画に基づき、自分のまわりたい学校や行きたい場所をまわります。

今年度の参加者は２・３年生あわせて５名で、見学会の前にみんなで話し合いながら、進路を考えていきます。未来学園の見学会の１番の特徴は、事前の準備（グループワーク）と当日のミーティングです。自分自身で計画を立て、皆でそれぞれの行き先や感じたことについて語り合います。そうすることで他の学校のことや他の生徒の視点を取り入れることができ、視野が広がっていきます。進学や就職に限らず、生徒たちは節目節目で選択をすることになります。たとえ未熟な選択であっても、自分で熟慮して選択した道を歩むことは（たとえどのような結果が出たとしても）、自律性を高めて自分を大きく成長させると私は考えています。

勉強についても『自律性』は大事なキーワードとなります。私が埼玉県で学習塾の講師をしていたとき、勉強も部活も一生懸命に行い、全国でも屈指の私立高校を志望している中学生の女の子がいました。その子はとても頑張り屋で人付き合いもよく成績優秀でした。私はその子に「なんでその高校を選んだの？」と聞いたことがあります。そのとき返ってきた答えは「だってレベルの高い高校の方が面白い人がいそうだから。」というものでした。私はとてもいい答えだと感じるとともに、その子の成長を確信しました。

人が勉強をする動機には、大きく分けて２つのパターンがあります。１つは内発的（自分の内側からくる）動機により行われる場合、もう１つは外からの刺激（賞をもらうためや罰を避けるのため）によって行っている場合です。近年の研究により、後者のような「評価のため、ご褒美のため、うるさく言われないため」といった外部の刺激（賞罰）による学習の動機づけは、その子の学び自体への興味を失わせ、自律性を奪ってしまうことが分かってきました。つまり理由はどうあれ、自分自身から沸き起こる興味による学びが大切だということです。では、どうしたらそのような興味が高まり自発的に学びたいと思えるのでしょうか。

実はその能力は誰しももって生まれてきています。子どもは小さい頃ほどさまざまなことに興味や関心をもちます。生活と遊びと学びが一体となっているのです。未来学園の生徒たちにはこうした好奇心をなくすことなく、学びにおいては学ぶことそのものを楽しみ、目の前にある環境の中で、やりがいや喜びを見つけることができるようになってほしいと願っています。そのためにまず身近な大人である私自身が、興味や関心をもって自律的に学び続けることを楽しんでいきたいと考えています。

第３回「傷つきやすい私」

先日、近所の書店の売れ筋ランキングの中に、渡辺和子さんの「置かれた場所で咲きなさい」という本を見かけました。タイトルから「自分の今いる場所でしっかり根をはりなさい」ということではないかと想像され、ふといろいろな考えが頭を巡りました。人はうまくいかないことがあると「この場所は自分には合わない、この人とは合わない、もっと自分に合う場所があるはず、もっと自分をわかってくれる人がいるはず・・・」といったように、環境や他人のせいにしてその場から逃げてしまいたくなるものです。こうして挫折を繰り返して各所を転々としていると、根をはることもできず、咲くこともできなくなってしまいます。

人は本来、成長し続ける力をもっています。未来学園の生徒（在校生や卒業生）を見ていてもそれをひしひしと感じます。１年生のころは自分の悩みで右往左往していた生徒でも、３年生になる頃には「大人になったな～」とスタッフが感じるくらいに他者への配慮ができるようになり、自分の将来への考えがしっかりしてきます。卒業生ともなると社会にもまれた結果、見違えるほどの成長ぶりを見せてくれます。ですがそこに至るまでには様々な葛藤があります。その葛藤の中に「傷つきやすい私（自分自身）」との付き合いがあります。こうした葛藤を乗り越えて、置かれた場所で花を咲かせてもらうことを我々スタッフは願い、成長を見守っています。

「傷つきやすい私」は現代の日本人に非常に多く見られる現象です。この現象には「他者（自分が属する団体や知人）の都合よりも自分の“気分”を優先してしまう」、「決めつけやこだわりが強く、人からの提案が受け入れられない」といったマイナスの傾向が見られます。このように自分自身の気分優先やこだわりにより他人を遠ざけてしまいます。また自分が傷つくことには敏感な一方、人を傷つけてしまうことには鈍感であるため、人との関係がうまくいかずに苦しむことになります。結果として孤立してしまい、環境や世の中への恨みを募らせていくことがあります。

多くの場合、こうした葛藤をもつ人は社会に馴染めない自分になんとなく気づいています。ですがはっきりした理由が分からず葛藤し続けます。こうした現象の裏には「肥大化した自己」があるのです。つまり自己愛が強すぎて傷つきやすく、それゆえに傷つくことを極度におそれて引っ込み思案になるのです。また、自分のイメージの中の理想像が高く、現実の自分と理想の自分（または思い通りにしたい自分と思い通りにならない現状）との間で劣等感を抱くのです。周囲のアドバイスなどは耳に入りづらく、自己中心的である一方で被害者意識をもっています。こうして苦手なことや傷つきそうなことを避け続け、もっと自分に会った場所を探して転々とし、置かれた場所で咲くことができなくなってしまうのです。では、どうすればこのような「傷つきやすい私」を受け入れながら社会の一員として成長を遂げていくことができるのでしょうか。（つづく）

第４回「傷ついても前に進む私」

前回のコラムについて「あ、これって自分のことかも」と思った人は多いのではないかと思います。私も過去を振り返れば思い当たる節があります。実はこうした自己中心的な傾向は（部分的にであれ）誰でももっているものであり、思春期の子どもに特に多い傾向です。それが年齢を重ねるにつれて（経験を積み重ねるにつれて）自然と変化していきます。自己中心的な自分から人のことや社会のことを考えて行動できる自分になり、さらに社会貢献や（家族等の）他者への献身に関心が向くようになります。つまり、こうした現象は通常一時的なものであり、人は自然と「傷つきやすい私」を超えていくのです。

ですが、現代では大人になってもこうした「傷つきやすさ」をもったままであるケースがでてきました。特にここ数年、１０代～３０代にこうした傾向が増えています。傷つきやすさを超えていくための壁がないまま（壁を避けたまま）であったり、なんらかの病気（すべてを病気のせいにばかりするわけにはいきませんが）が関わったりしている場合もあります。傷つきやすい人同士は互いに結びついたり、反目しあったりとなにかしらで引きつけあうことがあります。またひきこもりの長期化や人間関係のトラブルなどもそうした「傷つきやすさ」が関係しているケースが少なくありません。こうした傷つきやすさを長年引きずらないためにも、どこかに所属して人との関わりを継続していくことが大切です。また、不安なことにも向き合っていき、成功も失敗も含めて経験していくことが大切です。

未来学園の生徒は大人と子どもの狭間で数々の葛藤を抱えています。そうした中で傷つく経験や傷つける経験もいくつか味わうことになるはずです。ですがそうした経験は人が集う場だからこそできることであり、一人ではできない貴重な経験です。このような人が集う場で、思い通りにいかないことや挫折をたくさん経験していってほしいと思います。ですがそのとき大事なことは、そうした問題を自分ひとりで抱え込まず「悩みにコミット（関与）していくこと」です。頭の中だけで悩みを繰り返し考え続けたり、本人のいない場でぐちぐち文句を言い続けたりせず、その悩み（または相手）に対してなんらかの行動を起こしてほしいと思います。初めはとても難しいことに感じるかもしれません。ですが、「自分を制御し」「問題に関与し」「自分なりに挑戦していく」ことが習慣化できれば、自分の心が晴れやかになっていきます。

「悩んだ分だけ自分らしくなる。失敗の数だけノウハウがたまる」とは、私の恩師の言葉です。人生に悩みや葛藤はつきものですが、「傷つきやすい私」で終わらずに「傷ついても前に進む私」でありたいと思っています。未来学園には葛藤を抱えている生徒もおり、ときに気持ちが大きく落ち込む場面を見ます。ですがそれでも学校に来て、人と関わり、前に進もうという気持ちを皆持っています。置かれた場所で咲こうと頑張っている生徒たちです。私はそんな生徒たちの成長を楽しみに日々を過ごしています。

第５回「テスト勉強と脳力」

先日面白い研究結果が発表されていましたのでご紹介します。イギリスのインペリアル大学医学部の研究チームが、空手の「突き」の強さに「脳の力」が大きく関係していることを発見したというものでした。（このカッコ内は小難しいので読み飛ばしてください→空手の有段者はパンチをうつときに、脳内の情報処理領域間の信号を伝達する構造に変化が起こり、肩と腕の動きのピーク速度を調節して、高加速でより強い衝撃力を生み出しているとのことでした。この脳内構造の変化は経験年数の長い空手家ほど多かったとのことです。）つまり、空手の技を習得していく過程で脳の活動パターンがその動作に適応し、技が向上していくとみられているのです。

先日、未来学園では前期試験が行われました。その試験前のテスト勉強方法講座で、私は上記の空手の例をもとに「テスト勉強はそのテストのためだけの勉強ではなく、将来にわたって役立つ〝脳の力〝をつける大事な道のりだ」ということを生徒たちに話しました。また、「一夜漬けで勉強するとその場限りの勉強になるが、反復して何度も何度も学習することで長きに渡り使える知識がつく」とも伝えました。

脳の中には短期記憶の棚と、長期記憶の金庫があります（厳密にいうとそんなに単純ではないのですが、ここでは分かりやすく単純化させていただいています）。一夜漬けの勉強では短期記憶の棚に情報を放り込んだだけにすぎず、数時間から１日程度で情報は逃げていってしまいます。反復学習を心掛けて復習を繰り返すことで、情報は知識として長期記憶の金庫にしまいこまれます。そうなれば、自分のものとして長きにわたってその知識を引き出すことができます。昔から「復習が大事」「反復しなさい」という言葉はよく使われていますが、脳の仕組みとからめて話すと、生徒たちにとってその大事さがイメージしやすくなるように感じています。

さらにテスト勉強には、「読む、書く、覚える、考える、調べる、情報を整理する、間違いに気づく、改善する」といった脳を鍛える大事な働きが含まれています。これは社会に出て働くようになってから大いに役に立つものです。単純作業よりも多様な業務をこなすことが多い第３次産業（サービス業）が主流になっている現在、こうした能力（脳力）があるかどうかは人生を左右するほど大事だといえます。この能力の難しいところは、その能力が高い人も低い人も意識して身につけているわけではないため、そんな能力があること自体気づきにくいところにあります。そのため、知らず知らずのうちに実力差がついてしまい、将来の職業的・経済的格差につながってしまうのです。

普段は勉強のモチベーションがあまり上がらない生徒でも、テストというきっかけによってこうした力をつける機会があります。生徒たちにはこうした機会を十分に生かすとともに、自ら学ぶ習慣やきっかけを生み出してほしいと願っています。

第６回「清濁あわせ呑む」

先日修学旅行に行ってきました。住み慣れた地域を出て東京・長野を２泊３日で周る旅でした。生徒たちは東京と長野の違い、東京の娯楽面（非日常）と通勤電車（日常）の違い、東京のギスギスした人と優しく気遣ってくれる人の違い、往きの飛行機の便利さと帰りの長距離バスの大変さなどを比べ、そのギャップに驚いた生徒が多かったようです。

修学旅行の全行程が終了した後、参加した生徒たちに『修学旅行中で印象に残ったこと』を作文に書いてもらいました。その中で１番多く書かれていたことは、『満員の山の手線への驚き』でした。具体的に生徒たちからは以下のような声が聞かれました。「１日目の娯楽面での楽しい東京の雰囲気と、２日目のギスギスした満員電車の空間とのギャップを感じた」「若い人がぶつかったお年寄りに暴言を吐いていたことが印象に残った」「山の手線の乗り降りのときの人の押し合いが印象に残った」「通勤ラッシュ時の満員電車と、その状態に置かれた人々の態度（不快感を露わにする、小言を並べる、いらだって舌打ちをする）が気になった」以上のような東京での体験に対して「以前に東京に来たときとは違い、東京の負の部分を知ることになった修学旅行は、社会での現実を学び前向きな気持ちにさせるものになりました。」とまとめてくれた生徒がいました。

２番目に多く書かれていたことは『さくら国際高校の先生や生徒たちの明るさ、あいさつのすばらしさ』でした。「さくら国際高校の先生や生徒たちが皆明るく、話していて楽しかった」「先生も生徒もちゃんとあいさつをしていてカッコいいと思った」「先生方の人柄の良さに感心して、あんな大人になりたいと思った」という意見が出ていました。その中で、「何よりこの高校で良かったと思った」と、自分が所属し、卒業していく高校を誇りに思う声も聞かれました。その他に書かれていた印象に残ったこととして、「大雨の中で傘がない私に、駅まで一緒にどうですか？と声をかけてくれたお姉さんがいて、そんな優しさをもった人がいたことが嬉しかった」「(野中に) 怒られて改めて自分のことは自分でしないといけないと感じた」「さくら国際高校が大自然の中にあり、都会の街中にあると思っていたので驚いた」「そば打ちのとき出雲そばと作り方が違っていて面白かった」「マレットゴルフが難しかった」「(売っている) 服の種類の多さに驚いた」などの意見がありました。

生徒たちはこれから人生の中で様々な選択をしていきます。隣の芝は青いと言うように、多くの場合、身近にあるものよりも遠くにあるものの方が良く見えやすい傾向にあります。実際はそんなことはなくてどちらにも一長一短があるものです。何事においても長所と短所（およびその間にあるもの）どちらも味わい、どちらも受け入れたうえで前に進んで欲しい。こうした思いを込めた今回の修学旅行のテーマは「清濁あわせ呑む」でした。清濁あわせ呑むとは、善悪分け隔てなくあるがままに受け入れることです。生徒たちには善か悪か、白か黒かといった二元論を超えて、社会にある様々な色合いをあわせ呑んで今後の選択をしてほしいと思います。

第７回「受け継がれる心」

１１月のスクーリングでは、雲南夢ネットの井上さんによる『仕事学』と、㈲有美商会の渡辺さん、樋野さんによる『身だしなみ』のお話をいただきました。

井上さんからは「寄り道」「回り道」「道草」が大事だということを、企業が求める人材像と絡めて話していただきました。また、働くとは「傍楽（はたらく）」だというお婆さんのエピソードを紹介され、傍（自分の周りにいる人）を楽にすることが働くということだという考え方を生徒たちに伝えていただきました。井上さんの話を聞いた生徒からは、自分も寄り道・回り道をしてきたけど、そのことにも意味があったんだと感じたという声が多数聞かれました。

渡辺さんと樋野さんからは、「身だしなみ」と「おしゃれ」は違うものだということ、人から見られる自分を意識し、人から見られたときにいい印象を持たれる身だしなみ術を教えていただきました。そして洗顔方法のほか、男子にはネクタイの結び方、女子には基礎メイクの実習をしていただきました。メイクの実演を見る生徒たちの目は真剣そのもので、関心の高さを感じさせました。

生徒はあまり感想に挙げていなかったことで、個人的に印象に残った話があります。それは畳職人になった女性の話です。井上さんの友人であった女性から、ある日井上さんのもとに「やりたいことが見つかった」と連絡があったというのです。それまでアルバイト生活をしていたその女性が、ある日畳屋さんの前を通りかかり、そこで働く職人の姿や畳をつくる現場を見ていたそうです。そのとき、なんとも言えない感動を覚えてその場でずっと畳をつくる姿を見ていたそうです。実はその女性の両親は夫婦で畳職人をしており、小さい頃の父母の働く姿が甦り、畳職人になることを決心したそうです。「いろいろな経験をしてきたけど、これまではずっと寄り道をしてました。やっとやりたいことが見つかりました」とその女性が井上さんに言ったとのことでした。私はその言葉に、両親に対する敬意と家業への誇りを感じました。

何かと世襲が問題視されがちな現代ですが、こうした敬意と誇りを伴う世襲、受け継がれていく意志そのものはすばらしいものだと改めて感じました。むしろ地域や家から父母の姿が消え、こうした身近な大人が働く姿（雇用労働だけでなく地域や家庭で働く姿も含める）が子どもから見えづらくなった今だからこそ、そして自分が何をすべきか迷う若者が多い現代だからこそ、この話に共感を覚えたのかもしれません。

第８回「親の意見と茄子の花は（前編）」

生徒に進路の話をすることが多くなってきました。進路のアドバイスをするとき、私も含めて大人はどうしても自分自身の経験や知識が大きく影響します。教育の仕事をしている場合には自分自身の経験以外に過去の教え子たちの前例もあるのでアドバイスの幅が広がりそうなものですが、それでも教師自身の経験（それは生徒を指導した経験やその結果の成功体験も含め）からは離れがたく、良くも悪くもその影響を免れることは難しいものです。今回はそうしたことも踏まえて、私の経験（人生の選択）について多少の脚色を加えながらお伝えしたいと思います。

私は高校１年生の時点で、私立文系の大学に行くことを決めていました。その理由は、大学では熱心に勉強をするよりも遊びたいと考えたからです（当時は国立・理系は勉強が忙しくて遊べないというイメージを持っていたのです）。ここで言う“遊ぶ”とは、多くの人との関わりをもち、サークルなどの学生ならではの活動を楽しみ、様々なアルバイトをするなど人生経験を積みたいという意味も含まれています。しかし数学が好きだった私は高校３年間を理系で通し、受験は文系という変則的な道を選びました。高校のときは「大学で遊ぶ」という目標達成のために勉強を頑張る、そして大学では遊ぶということを高校１年時に決めていました。そしてなんとか（本当になんとか）自分が希望した範囲内の大学（心理学科かつ一定以上の偏差値）に入学しました。

私は進路選択について父母に相談することはなく（それは私がなんでも自分で決める傾向があり、父母が意見を言ったとしても聞かない子どもでしたので）、父母も「進路はどうするの？」や「もっと勉強しなさい」などと私の考えに口を挟むことはありませんでした。むしろ高校時代は父から「そんなに勉強するな。バカになるぞ。」と何度か言われた記憶があります（実際は言われるほど勉強していたわけではありませんが）。私は『自分のことは自分で決める』を信条としており、父母から言われたことは「絶対にしない」または「反対のことをする」という子どもならではの反骨心を持っていました。そのため勉強するなと言われると、もっと勉強しようという気持ちが強まったことを覚えています。

しかしそんな私が１回だけ母の意見を聞いたことがあります。それは大学３回生の冬、これまでのめり込んでいた部活（演劇部）を無事引退し、部長という役職を離れ、大学に通う意味を見いだせなくなったときのことでした。大学を辞めようかと真剣に考え、そのことを母に伝えようと実家に電話をかけました。そのときの母の言葉は「大学だけは卒業して。絶対後で後悔するから。」でした。これまでの私は母の言葉で自分の考えを変えるといったことはなかったのですが、このときは妙な説得力を感じて卒業まで頑張ることに決めました。

誰しも人生のターニングポイントがいくつかあるものかと思いますが、私にとってはこの「大学を中退するか卒業するか」がそのポイントだったと感じています。

第９回「親の意見と茄子の花は（後編）」

私は大学卒業後、東京でフリーターをしながら演劇活動をする２年間を経て就職しました。また高校・大学時代からフリーター時代の間に、１年以上の長期バイトを３つ（パソコン等のセールス販売、住込みの新聞配達、テレフォンオペレータ）と、数日～数か月程度の短期バイトを７つ（郵便配達、書店レジ、工場の箱詰め、引越し、演劇資材搬入等）経験しました。そのバイト生活の中でも２３歳から２４歳までの１年間はとても辛いものでした。バイト先は演劇や音楽活動の夢を追っている人が多く働く場所だったこともあり仕事自体に苦はなく、時間の融通がきき、十分な収入もありました。ですがもう学生ではないというプレッシャーと、社会との繋がりや社会への責任を果たしていない（と自分では感じていた）状態に違和感を持ったまま過ごしていました。

その違和感からの脱出を試みるため就職することを決意したのが、今から１０年前の２４歳のときでした。まず書店で求人雑誌を２冊買ってきて、その中から好みの仕事に印をつけていきました。そのとき私が選んだ（選べた）仕事はたったの２つでした。現在の大学生の中には３０～５０社の求人にエントリーするという話も聞きますが、私が何か選ぶ場合には２～３か所（多くて５か所）をスパッと決めてしまいます。余分な迷いが出ないようにするためと、かけるエネルギーが分散しないためです。そしてその私が選んだ２つの求人は、どちらも“大学卒業”が募集要件だったのです。

母の言葉のおかげで大学を卒業していた私は、こうして２４歳にして入社試験を受けることができ、希望の職に就くことができました。そしてその３年後に退職し、妻とともに東京から島根へ移住してきました。その後は松江でフリースクール運営に携わり、現在で６年が経ちます。その間に専門学校（精神保健福祉学科・通信制）と、大学院（応用人間科学研究科・全日制）の学生という立場も並行してきました。大学院では家族療法、ドラマセラピー、英語論文読講、精神保健学、発達障害などの授業をとる一方で、『地方の学校と地方の企業を結ぶ就労支援』というテーマで研究を進めています。これは、一般就労と障害者就労の中間にあたる不安障害（神経症）や軽度の気分障害（抑うつ状態等）、広汎性発達障害といった現在の法律ではカバーしきれていないグレイゾーンとなっている症状に対する就労支援の研究です。こうした大学院での活動ができるのも、やはりあの人生のターニングポイントで大学中退をしなかったおかげです。

「親の意見と茄子の花は千に一つも無駄はない」とは茄子にはむだ花がなく、花が咲くと必ず実がなるように、親が子にする意見には決して無駄がないという意味の言葉です。本当に無駄がないかの議論はさておき、「大学だけは卒業して。絶対後で後悔するから。」という母の言葉は私にとってまさしく実を結ぶ意見でした。私はこうした経験をもとに、生徒たちが高校をしっかり卒業して将来を形作れるよう見守っていきたいと考えています。

第 10 回「今、できることを継続する（前編）」

採用する学生に特に求めたい能力を企業に調査したところ、「粘り強さ・ストレス耐性（８２％）」との回答が多かったという記事を見ました。こうした要求はひと昔前では考えられないものです。粘り強さがない学生が増え、そうした学生が入社して困る企業が増え、粘り強さが求められるようになったようです。つまり「粘り強いこと」が学力や資格にも勝る価値になるという時代が到来したようです。こうしたことを踏まえているわけではないのですが、私が未来学園での関わりを通じて生徒たちに伝えていることは、継続していくことの大切さです。ときに挫折や思いどおりにならないことがあるかと思います。ですがその中でも今の自分にできることを続けていくこと、流行やステレオタイプの言葉に惑わされることなく自分で決めたことをコツコツやっていくことが大切だと訴え続けています。

コツコツ積み重ねることよりも、一発逆転の必殺技のようにある時に何かが開けるようなイメージをもつ人が少なからずいます。私の周囲でも「調子がよくなったら～したい」「自分に合う仕事がみつかったら働きたい」などという「たら・れば」言葉を聞くことが多々あります。一見すると未来に希望を託すポジティブな言葉のように捉えられます。ですがこうした言葉は多くの場合、今の辛さを回避して先送りするためのものです。そのためそれが達成されることはほとんどありません。

例えるなら、「今は疲れていて歩けないからしばらく休ませて。コンディションが戻り次第ダッシュしてゴールに向かっていくよ。」ということを考えているのです。休み続けた人間が突然ダッシュしようとすると当然無理がかかります。そのため少し疲れが回復したときに歩いたときにすぐ息切れし、「やっぱりまだ走れるコンディションじゃないから休むわ。」ということを繰り返すことになります。結果として着実に前に進み続けた同年代に大きく差をつけられ、劣等感を抱くことにもなりかねません。大事なことは少しずつでも歩き続けることです。ときにやむをえない病気や障害によりこうした考えが起こるケースもあります。しかし一方で現代精神医療の診断基準においては、社会生活に困難を抱えた状態で診断を受けると、状態の如何に関わらず何かしら診断名がついてしまうケースも見られ、こうした先送り志向を助長してしまう可能性があることも否定できません。

ダッシュでゴールに向かっていけるはずだという理想の自分と、のろのろ歩くしかない現状の自分（ゴールが見えない現状の自分）とのギャップが嫌で、歩くことすら辞めてしまう人を見かけます。それはダッシュできない自分（今の自分）を自分自身で否定してしまっているということです。調子が悪いなら調子が悪いなりにできることがある。少しずつでも歩めることがある。その小さな１歩を歩み続けることで道が開けてくる。そのことを否定して前に進むことはできません。（つづく）

第 11 回「今、できることを継続する（中編)」

松江未来学園は、「ずっと相談できる場所」を理念として、高校卒業をサポートするコースのほか、卒業生や２０代をサポートしていくコースもあります。こうして生徒の進路や就職、そして定着をずっと見守っていく中で見えてくることがあります。

今の日本は、一見すると様々な状態の人に寛容になってきました。学校に行けなかったら「無理しなくていいよ。」気分が落ちこんで辛いなら「回復するまで休むといいよ。」そんな時代になってきました。それは挫折や苦労を重ねた結果の言葉である場合もあれば、問題を大きくしないために、またはステレオタイプな対処法のマニュアルに頼って安直に言葉かけをすることもあります。もちろん症状や状況によっては、こうした言葉が子どもの命を守ることもあります。しっかりと子どもの訴えを受け止める必要があるときもあります。ですが私の知る限りにおいては、子どものためになっているケースと、そうでないケースとがあります。

問題解決の方法は、はじめは本当に困っている人とその対処のために考えだされます。しかし後からはそれを逆手にとって便乗する者が出てくるものです。生活保護の問題しかり、いじめ問題しかり、不登校やひきこもりの問題しかりです。それは社会問題の宿命と言っても過言ではないのかもしれません。本当に解決や支援の必要がある人以上に、―それは意識的であれ無意識的であれ―被害者の顔をしてそこに便乗しようとする人の方が多くなってしまうことがあります。

『うつ病』という病気があります。真面目な気質の人が思い詰めた結果にかかってしまう病気として知られています。不調の中でも人に迷惑をかけてはいけないからと休養を嫌い、自分に無理を強いて負担を抱え込んだ結果、鬱々とした気分や食欲不振、不眠や体調不良などが悪化、果ては自殺してしまうこともある危険な病気です。そんなうつ病の対処法として「がんばれと言わない」「うつ病の兆候があれば休養させる」の２点が産業界で急速に広がった経緯があります。そうしたうつ病のイメージが定着して間もなく『新型うつ病』と呼ばれる症状が話題になりました。学校や会社など、自分が苦痛を感じる場所に行こうとすると鬱々とした気分になり、体調不良や強い不安感に襲われる病気です。一方で趣味など自分の好きな分野ではいつもどおりの元気さを発揮するため、これは病気か、単なる甘えかという議論を引き起こしました。（つづく）

第 12 回「今、できることを継続する（後編）」

病気か甘えかの議論はさておき、『新型うつ病』と呼ばれる症状では自ら不調を訴えて病院で診断を受けたがり、自分から積極的に休養を取ろうとする傾向があります。過眠・過食がちで、回避的（嫌なことは避けようとする）・自己愛的（コンプレックスや自信のなさが強い反面、実は自尊心が高い）な性格傾向が見られることがあります。自分を責めるうつ病に対して、他者への不満や怒りをもつことも新型うつ病の特徴のひとつです。こうした嫌なことを避けるために不調が襲ってくる症状の場合、周囲が無理を強いても「自分の苦しみを分かってくれない」と問題がこじれますが、がんばれは禁句とばかりに休養ばかりしていても状況が固定化し、ますます社会生活に困難をきたします。そしてこうした状態を放置しておくと、１０年後、２０年後には社会生活困難者として人生に行き詰まってしまいます。

「無理しなくていいよ」「休むといいよ」と言葉をかける場合、その言葉をかける大人は子どもたちの５年後、１０年後、そして両親亡き後を保証する気があるのか、と問うべきだと私は考えています。子どもと（そして自分自身と）時間や手間ひまをかけて真剣に向き合ったうえでの「無理しなくていいよ」と、とりあえずの「無理しなくていいよ」では、言葉の重みも、もたらす結果も全然違います。そして家族以外の者がこうした助言をする場合は、将来にわたってその子の後見人となるくらいの覚悟が必要であろうと感じています。学校を継続できない、仕事を継続できない、家族関係を継続できない。こうしたことは稀ではなくなってきました。数年単位で見れば「みんな病む世の中だからね。つらくなったら休めばいいよ。若いうちなら取り返せるよ。」という現状を甘受することもできます。しかし１０年２０年単位で見ると継続していない人が大きく割りをくって、社会生活からはじき出される世の中になっていることから目をそらしてはいけないと私は感じています。

新入社員に粘り強さを求める企業が増えている背景には、以上のような様々な事柄も絡んでいると私は考えています。そのため、これからは地味で小さな一歩を歩み続ける継続力が評価されると言えるでしょう。自分のやりたいことや自分の社会的価値を探すことも一つの人生ですが、いま目の前にある日々の営み―ときに成り行きや流れに身を任せること―を大切にする人生も悪くないと私は考えています。私の好きな歌に「なんてことのない作業が 回り回り回り回って 今僕の目の前の人の 笑い顔をつくっていく そんな些細な生き甲斐が 日常に彩りを加える」という一節があります。未来学園の生徒には、いま自分にできることを続けていくことの尊さを感じてほしいと思います。なんてことのない作業、何気ない毎日の積み重ねが誰かの笑顔をつくっている。自分もその環の中に加わっているという誇りを胸に、今の自分を認め、今できることを継続してくれることを願っています。

第 13 回「新年度の雑感と、メッセージと」

４月２１日から生徒たちが登校してきて、新年度が始まったなという実感がいよいよ強くなってきました。今年度からは新たな試みとして、１階と２階の２クラスに分けて、クラスごとのプログラムを展開しています。初めの数日は、スタッフも生徒も不慣れな様子で戸惑いも見られましたが、この頃では、新しい環境にもだいぶ慣れてきたように思います。これまでは生徒が増えてきたことにより、１階に生徒・スタッフ合わせて２０人近くがひしめいているという状況もありましたが、今年度からは各階に生徒８名程度、スタッフ２～３名が交流する少人数の環境が復活し、それぞれの様子がよく分かることや、じっくり関われるようになったことは、とても良かったと感じています。

新年度を迎えるにあたり、生徒たちの様子を見て嬉しかったことは、新入生が来るとそこに寄っていき「名前なんて言うんですか？」と積極的に話しかけ、「〇〇、△△、ちょっとおいでよ」とほかの生徒を呼び、初対面の新入生と積極的に関わる姿勢を見せる生徒がいたことでした。このように積極的な働きかけをする生徒は２～３名です。ですがそのほかにも、公園への徒歩移動中に自転車が来たらほかの生徒をさりげなく引っ張り通行する人の邪魔にならないよう気を遣う生徒や、行動に移さないまでも新入生が馴染みやすいようにどうしたらいいか？と考え悩んでいる生徒などがおり、皆それぞれ自分のできることの中で、優しさを発揮してくれていることに気持ちが温かくなります。

さて、生徒たちにとって卒業までの間には、楽しいときや嬉しいときもあれば、平坦で退屈なとき、鬱々とするとき、うまくいかないときなど様々な場面があります（それはどんな場所でも起こります）。同じ出来事でも前向きに考えられる人・そうでない人がいます。同じ困難でも乗り越えられる人・そうでない人、すぐ不満や文句を言う人・言わずに耐える人・うまくやり過ごす人、いろいろです。そうした現実の喜びや困難、楽しみや苦しみも含めて『自分に起こったことを引き受けて、それでも前に進むこと』が学校という集団の場で学ぶことの意味の１つであり、そうした困難の乗り越えと継続的な取り組みを支えることが、未来学園の使命だと私は考えています。こうしたことを踏まえて、最後に、私が好きな本「働く理由」より、生徒たちに贈りたい言葉を抜粋してみました。

①まずやってみる

「やりたいことが見つかってからやるんじゃなくて、見つけるためにはまずは何かやってみるんだよ。だからとにかく新しいことを試してみなさい。」（小柴昌俊）

②目の前にある環境を受け入れ、自分で面白くする

「どこかに面白い仕事がないかと探すんじゃなく、目の前の仕事を面白くする方法を探すことの方が重要。楽しいことをするんじゃなくて、することを楽しんでみる。」（松永真理）

③継続する情熱（石の上にも三年、桃栗三年柿八年）

「十年間なにかに熱中するということは、好きなことであってもなかなか難しい。逆にいうと、十年間がんばるという気持ちでいれば、たいてい成就します。」（高橋克彦）「才能とは継続する情熱のことである」（モーパッサン）　以上、今年度も生徒たちの成長する姿を見ることが楽しみです。

引用　戸田智弘「働く理由　99 の名言に学ぶシゴト論。」（㈱ディスカヴァー・トゥエンティワン　2007）

第 14 回「進路を考える」

今回のコラムでは、佳境をむかえている進学・就職について私見を述べさせていただきます。

なにかしらの「資格を取りたい」という生徒が多い

資格を頼りに仕事に就きたい、転職することになっても安心できるといった理由で、資格を取りたいという生徒が多数います。そこにはなにかしら自分の拠りどころがほしい気持ちが見え隠れします。昔、家（家業）が自分を保障してくれた時代から、会社が自分を保障してくれた時代を経て、個人（自分自身）が自分を保障しなければいけない時代になったと言えるでしょう。

自分で自分を保障し、腕ひとつで生きていく術を見つける時代というのは、たいへんな時代だと思います。極端にたとえるなら、以前は社会の荒波に、家という大船や会社という大船に乗って漕ぎ出していたのが、イカダに乗ってひとりで漕ぎ出すようなものです。そう考えると、今を生きる子どもたちの多くが社会に出ることを恐れ、資格という支えを求める背景が見えてくるような気がしてきます。

「やりたいこと」や「興味」を求める難しさ

「やりたいこと」があり目標をもっている生徒もいますが、将来どうするのか、なにをしようか考えても分からないという生徒も多数います。やりたいことがないといけないという風潮は、近年のキャリア教育の弊害だと指摘する声も多くありますが、私も同感です。もちろん「やりたいこと」を突き詰めて仕事にする実力派もたくさんいると考えているので、やりたいことがあってそれを追及することはすばらしいことだと思います。

しかし、やりたいことがない中でやりたいことを考える作業は、あまり建設的な行為ではないと私は考えています。やりたいこととは、経験を通じて自分の内側から湧き上がってくるものだからです。早晩仕事に就く高校生にやりたいことを無理に探させて中途半端に学ばせても、実際の職場ではやりたいことや興味があることではない仕事がほとんどです。そんな中でも、自分がもてる力をある程度発揮できて人から必要とされることで、楽しみややりがいが生まれてくるものです。そう考えると、自分がやりたいことや興味を探し求める方向性だけでなく、社会ではどんな知識や技術が必要とされているんだろう？自分がいままでしていない経験をするためにはどんな進路をとればいいだろう？仕事を通じて人の役に立つ自分になるためになにを学んだらいいだろう？といった別の視点で進路を考える方向性が生まれてくるように思います。

今を生きることが、結果的に将来につながる

生徒たちの中には、「仕事に就く自信がない」から進学するという声を聞くこともあります。保護者さんからも「うちの子は仕事に就くことができるんだろうか」「自立して生きていけるんだろうか」という心配の声を聞く事もあります。ニート、スネップ、リストラ、非婚、孤独死などの言葉が独り歩きして、ネガティブな情報が行き交い不安を煽りますが、私の目の前にいる生徒たちは、日々学び、遊び、働き、恋い、笑い、悩み、泣き、今を生き生きと生きています。こうした今の積み重ねが生きるということであり、社会性につながる道だと私は考えています。

第 15 回「特殊な時代が終わり（前編）」

今回のコラムでは、９０歳になる私の祖父からつい先日聞いた話と、働き方の変化についてご紹介したいと思います。

私の母方の祖父は島根県の山村育ちです。尋常小学校の高等科を出て、１５歳で学校が斡旋する集団就職によって都市部にある企業の工場に同期１０名とともに渡り、設計の仕事をしていました。学校卒業後すぐの仕事であったこともあり、右も左もわからず日々与えられた仕事をこなす毎日だったようです。

その後１年半で退職。実家に戻ったところ、親戚が広島で服飾をしているので手伝うよう言われ、広島で作業着や学生服を縫製する仕事に就きました。仕事に就いたといっても丁稚奉公のようなかたちで、宿と飯は保障されるものの、給与は子どもの小遣い程度が支給されるのみだったそうです。

働き始めて数年が経った頃に国からのお達しがあり、炭鉱で３ヶ月の労役に従事。炭鉱での労役を終えて再び広島での服飾の仕事に戻ったものの、間もなく国からのお達しがあり造船場での長期労働が決定しました。ですが造船所で働き始めて１年強で軍隊に志願し、予科練に入隊したとのことでした。その後すぐに終戦を迎えました。

戦後、島根に戻った祖父は結婚し、しばらくは島根で家業の農林業を手伝っていました。ですがその後、職業安定所を通じて大阪での仕事を見つけて単身大阪へ。農繁期には実家に戻り農業や山仕事をするといった大阪と島根を行き来する生活を２０年ほど続けたそうです。

このような働き方を見て、どのように感じられるでしょうか？「戦時中や戦後の特殊な時代」であり、「生き方や働き方が自分の時代と違う」と感じられる方が多いのではないかと推察します。実は、この時代のギャップは、今の４０～６０代と１０～２０代の間にも生じていることをご存知でしょうか。ここからは少し専門的な話になりますが、子どもたちがこれからの社会を生きていくうえでとても大切なことですので、お付き合いいただけると幸いです。

今の４０～６０代の方々が働きはじめた時期は高度経済成長期および安定期にあたる１９５０年代～１９９０年前半頃と重なっていました。それは、国の政策として手厚い社会保障が正社員の雇用と一体であったこと、経済が急速に成長し続けて雇用の受け皿である製造業や工業などが堅調であったこと、団塊の世代を中心として労働人口も豊富であったこと、高校進学が一般的になり大学や専門学校進学も段階的に増えたことなど、歴史上稀に見る事態が重なった特殊な時期でした。

この時代は、職業選択の自由や恋愛・婚姻の自由がもたらされ、学校卒→就職→結婚といった道筋が決められており、多くの若者がその道筋に従い、正規で勤めている会社に長期にわたる生活や福祉を保証してもらえている時代でもありました。こうしたわかりやすい道筋と、安定した雇用、会社を中心とした生活設計により、正社員として１か所で勤め上げることが一般的とされてきました。歴史的に見ると、この約４０年間のように、会社に雇用されて１つの会社で一生働くというモデルが成り立った時期は他にないのではないでしょうか。（つづく）

第 16 回「特殊な時代が終わり（後編）」

しかしこの終身雇用モデルは１９９１年～１９９３年のバブル崩壊以降、急速に崩れつつあります。そして再び同じモデルが通用する可能性は極めて低いといえます。その理由は、少子高齢化と労働力人口の急速な減少が確実であること、これ以上の経済の急速な成長が見込み難いこと、安定した正規雇用を生み出していた二次産業（製造業や工業など）が下火となり（加えて生産工場が安価な国外に移され）、右肩上がりの三次産業（サービス業）は就業人口の半数以上を非正規やアルバイトが占めていることなどが挙げられます。

また、技術を習得するタイプの二次産業よりも、コミュニケーション力や臨機応変な対応、IT の活用や暗黙のリテラシー（=何かの分野や物事に習熟してそれ使いこなす能力）が求められる三次産業の正規労働（特に安定した雇用と収入のある国家資格職や金融関連など）は、学力が中位・低位にある多数の高校生や大学生にとってハードルが高いものとなっています。

以上のような現状から、現在の１０代～３０代の雇用の不安定化やパート・アルバイト・非正規雇用が急速に増えています。そのため、高度成長期以前のように様々な職に就いたり、いくつかの仕事を掛け持ちしたり、途中で学校に入り直してキャリア形成や職業訓練を行う必要が生じてきます。また、家庭環境や経済状況により進学したくてもできないという経済格差の問題も今後増えていくことが予想され、すでにその兆候が出てきています。

ここで私が声を強くして言いたいことは、進学するのが当たり前、正規雇用・１か所勤め上げが当たり前という「固定観念から離れる」必要があるということです。これまでの固定観念どおりの道をたどろうとしても、その道をたどれる人は一部です。学卒→正規雇用→結婚といった昔の一般的な道筋をたどれないことを本人の能力のせいにして、家族が責め合うような状況があっては本末転倒です。今の若者が正規雇用に就きにくかったり職を変わりやすいことは、前述したとおり時代の変化による影響が大きいからです。

これまでの経済成長と高学歴化と労働人口増に支えられた一億総中流時代は終わり、経済格差と学力・意欲（≒学習時間）・学歴の格差がある中での幸せのつくりかたや生き方・働き方が求められるようになってきます。皆が横並びに１か所で働く特殊な時代が終わり、それ以前の時代のようにいろいろな職を経験し、様々な人とのネットワークの中でお互いに助け合い、身近な人が寄り集まり経済的に支え合うことになるでしょう。それは１人１人の経済的・精神的「自立」が求められた時代から、身近で親しい縁や知人のわずかな縁と共に助け合いながら生きる「相互扶助」の時代が来たといえます。

最後に、就職活動の中で自殺に至った大学生の息子をもつお父さんの言葉を引用させていただきます。
「私も息子も、就職するなら正社員でなければならないと思い詰めたことが落とし穴だった。親が子に多様な生き方を提示するとともに、異変を感じた場合はいったん就活を休ませることも必要だ」
（引用元：産経 WEST 2015.1.3 http://www.sankei.com/west/news/150103/wst1501030061-n1.html）

第 17 回「幸福感と没頭（前編）」

先日、生徒達４人とともに、野中・矢田のスタッフ２名も安来市の卓球大会に参加してきました。応援の生徒たちも５人駆けつけてくれました。ユニフォームも揃え、団体戦、ダブルス、個人戦と朝から夕方まで大会を堪能してきました。結果については・・・・・・次回に期待してください（笑）

手前勝手な話で申し訳ないのですが、私は３６歳の手習いではじめた卓球を、どの生徒より楽しんでいると自負しています。日々生徒たちと練習をし、大会に出て試合をし、また練習をする。卓球に触れている時間が長くなればなるほど卓球の道具や技が自分に馴染んでいき、次第に身体が自然に反応するのを感じます。この向上していく感覚が嬉しくて、家でも卓球の動画を見たり、ラケットを振りながらサーブの練習をします。それを見たわが子たちが嬉々として卓球の球拾いをするのが、わが家の休日の光景となってきました。

私は卓球に限らず、未来学園という場所づくりや、これまで通ってきた学校（特に高校と大学院）についても、自分なりにこだわり、たいへん楽しんできたと感じています。また、そのように自分自身が気持ちを入れて本気で取り組み、楽しみや喜びを感じているからこそ、他の生徒やスタッフもその良いサイクルに巻き込んでいけると考えています。今回のコラムでは、このような考え方のもととなる「フロー体験」と「未来学園の構造」について、少し触れさせていただきたいと思います。

なんにでも不満を口にする人がいます。慢性的な不安感や無気力を訴える人がいます。こうした存在することへの恐れや行動への無意味感は、その人の心の内の秩序が乱されている証拠です。人はもともと目の前にある目標に向けて向上し成長する力を持っていますが、その本来もつ力がなんらかの（決定的で慢性的な心の乱れを生む）雑音により邪魔されている状態ともいえるでしょう。同じ場所にいても同じことをしていても、ある人は苦しみを感じ、ある人は楽しみや喜びを見出します。苦しい境遇の中でも、ある人は挫折と絶望を味わい、ある人はその中からも希望を見出します。このことは自分の外側の影響ではなく、自分の経験をどう解釈し、心の内側の調和を保つかという内側の影響によるものです。

心理学者のチクセントミハイは、「人が幸せを感じる」ということは、自らの意識の秩序が保たれた状態、生活の内容の決定に関わりをもっているという感覚、ある目標に向けてエネルギーを注ぎ込める状態、一つの活動に深く入り込んでその経験自体が非常に楽しいので純粋にそれをすることのために多くの時間や労力を費やすような状態であると表現しました。

このような活動そのものに楽しみや喜びを感じられる人、「その活動」自体が報酬となるような人は、共通した「没頭」経験があると言われています。また、こうした活動に没頭するときに感じる深い楽しさや喜びを伴う経験をフロー体験（M.チクセントミハイ 1996）と呼んでいます。（つづく）

第 18 回「幸福感と没頭（後編）」

先日あるＴＶ番組で、日本ラグビーを急成長させた名監督の指導法を放送していました。その監督はここ一番でいつも粘りが出ないある選手について、家庭内での両親の不和の影響を受けていると考え、家庭や選手の内面にまで介入して指導した経験を語っていました。このことは選手のラグビーへの没頭を妨げる心の内面にある雑音（この例の場合は家での心配事）に切り込み、活動に集中できるようにした例と言えるでしょう。こうした活動への没頭は人間関係にも良い影響を与えます。なにかに打ち込んでいる人が魅力的に感じられた経験はないでしょうか。学生時代であればスポーツで活躍する人に人気が集まることはよくあることです。スポーツに限らず、何かに打ち込んでいる人は人間関係もその良い影響を受けている場合がよく見られます。反対に打ち込むことがない人は、男性であればゲームやギャンブルなど手軽な娯楽に埋没し、女性であれば友人関係や恋愛関係にばかり注意が向いて長続きしない関係に一喜一憂することになりかねません。こうした安易で短絡的な道に陥らないために、具体的にはどのような方法があるのでしょうか。

前述したフロー体験が生じる条件として大事なことは、『自分の挑戦する課題と自分の能力が釣り合っていると、自分自身が感じていること』です。課題に対してまったく力不足であればやる気が出ず、逆に課題が易しすぎると退屈になります。

「これまでテスト勉強なんかしたことなかった子が、テスト前に机に向かっていた。」「家で勉強する姿を見たことなかったのに、今では家で勉強する姿をよく見るようになった。」未来学園では、このような保護者の方からの驚きの声を聞くことがあります。入学したての頃には勉強への意欲がなく赤点をたくさん出していた生徒も、試験を何度か実施する中で、いつのまにか赤点が少なくなっていくことは珍しくありません。ほとんどの生徒が３年時には赤点がなくなっています。それだけでなく生徒同士で試験の問題を出しあい、覚えるためにノートをとり、平均〇〇点取るなどの目標を立てはじめます。こうした自発的な勉強を促すために未来学園で行っていることは、その生徒の能力と挑戦する課題を釣り合わせることです。挫折するほど能力からかけ離れたものではなく、かといって楽すぎないことこそが、生徒の挑戦する意欲を育むと私は考えています。この能力と課題のバランスに加え、自分（生徒）が脅かされることのない、温かく受け入れてくれる家庭と安心して通える学校という場（情緒的な安全基地）があれば、子どもの心の内の秩序は保たれ、自然の流れとして成長していくことしかできないと私は考えています。

未来学園の生徒たちが、この勉強を自分なりに頑張った（と自分が実感できた）経験、課題に挑戦したことによる小さな成長を感じた経験をもとに、いつの日か自分の時間と労力をかけて没頭する経験、活動そのものから楽しみや喜びを見出す力へと発展させていってくれることを願っています。そうすることで、「やりたいこと」や「自分に合ったこと」ばかりを探すのではなく、どんな活動やどんな体験からも自分に合うことや、やりがいを見出せるようになれば、人生の楽しみが大きく拡がることと思います。

第19回「ＴＰから見る人間関係」

先日、未来学園のトイレットペーパーについて論争が巻き起こりました。私はダブル（２枚重ね）を愛用しており、スタッフＯはシングル（１枚）を愛用しています。未来学園のトイレットペーパーを購入する話になったとき、私が「次はダブルで頼むよ～」と言うと、スタッフＯが「え、野中さんはダブルなんですか？」と問われました。Ｏの主張としては「シングルだと使い過ぎないため節約になるでしょ」というのです。それに対して私は、「自分はシングルでも使う量は変えたりしないよ。２倍巻かなきゃいけないから巻く時間も労力も２倍になってしまうじゃない」と主張しました。するとＯ貫は「公衆トイレでもシングルが多いし、シングルが主流じゃないですか？」と言うのです。そこで私は・・・・・・くだらない言い合いですね（笑）日本は平和です。

要は使い慣れているかどうかであり、「定着したパターンを変えたくない」という問題です。こうした些細なやりとりは、通常大きな問題にはなりません。ですが家族や親しい者どうしであれば、こうした些細なことが大ゲンカや破たんの原因になることもしばしばです。「味噌汁にネギが入っていない」「食事中にＴＶを見てはいけない」「掃除のとき大事な物を動かされた」「記念日を覚えていなかった」といった些細なことが、ある人には重大事項と感じられ、すれ違いや摩擦を生み出します。

人はそれぞれ『こうあるべき（例：本は高さ順に並べる等)』という自分なりのこだわりや、『こうあってほしい（例：お姉ちゃんだから下の子の手本になってほしい等)』という他人への要求をもっています。こうした自分のこだわりや他者への要求が強ければ強いほど、かつ他人のもつこだわりへの理解や妥協への柔軟性が弱いほど、人との関係に挫折しやすくものごとが続きづらくなります（ただし生き方として、自分のこだわりを最大限発揮し、他者との調整を最小限にすることで偉業をなす天才がいることも否定はできませんが)。

この自分のこだわりと他者のこだわりとのバランス調整を行っていくことが、社会で生きていく上で、または家庭を築くうえで大切なことです。この調整力を身に付けていくうえで有効なことは、「多くの人に揉まれること」だと私は考えています。常識的な規範や正しげなことばかりでなく、良識が通じない状況や理不尽なこと、十人十色の考え方の違いに触れることも調整力や柔軟性を育む大事な要素です。そうした意味において、地域の関わりが薄れ、家業が廃れ、核家族化やひとり親化が進み、保育園・小学校・学童での固定的な場ばかりが子どもの世界の中心となっていることは、子どもたちの調整力を低下させている一因だと私は考えています。

子どもの成長を促す肝心の大人たちの多くが、子どもの活動時間に子どもの世界（地域や家や学校周辺）から姿を消す現状。現代の大きな子どもたちが若者となったときに社会で生きていく自信をもてず、結婚して家庭を築きづらくなっていることは、たいへん納得のいくことです。いろいろな年代の人との関係、とくに子どもたちが幼少期に長い時を過ごす家庭や学校で、日常的に関わる人の多様性（多様な年代や性別や経験をもつ人たちとの関わり）をどう確保するかが非常に大切な課題だと感じています。

第 20 回「人こそ人の鏡」

先日、卒業生のご家族から丁寧なお手紙をいただきました。卒業後も元気で過ごしていること、学業や課外活動で忙しくも充実した毎日をおくっているという報告でした。その文面には言葉を変えて何度も感謝の言葉が綴られていました。実際その卒業生が高校生活をまっとうして進学先で元気に活動しているのは、生徒本人の継続的な努力と、子どもを尊重した関わりを模索して一緒に苦しい時期を乗り越えてきたご家族の力によるものです。ですが手紙でその後を知らせてくださる心遣いや、未来学園に来てよかったと言ってくださる気持ちがたいへん嬉しく、本当に「未来学園という場所をつくり、日々働いてきたことが報われた」と感じられる暖かい時間をいただきました。

感謝を形にして表すということは、大切なことだと思いつつも、なかなかに難しいことではないでしょうか。自分の言葉や行いを省みて「ごめんなさい」という反省や「ありがとう」という感謝ができるということは、人間としてかなり高度なことです。他人に対して心から反省や感謝ができるためには、状況を的確に把握して、自分のしたことを相手がどう捉えているか、他者が自分に何をしてくれているのかが理解できていないとできないことだからです。こうした内省と感謝の能力は、関わる人を快い気持ちにする技術だと言えるでしょう。

反対に、自分のしたことが相手にどう映っているか、相手がしたことは自分にとってどういう意味があるかを的確に捉えられない場合には、義理を欠くことになったり、人を逆恨みしたり相手を責めたりして、人を嫌な気持ちにします。自分を嫌な気持ちにする相手と関わりたいとは誰しも思いません。自然と人は離れていきます。結果、人間関係が短期的なものとなり、社会生活において自分の場所がなくなっていき、経済的にも困窮することとなりかねません。

今未来学園に通う生徒たちは、年齢的にも経験的にもまだ内省や感謝の意味を理解することは難しいかと思います。ですが、今後の人生の中で壁にぶつかったときや挫折を経験したときに、「自分と人との関係を振り返り内省してみること」と「自分が誰とつながっていて何をしてもらっていたのか」をじっくりと考えてみてほしいと思います。そうすることが、自分のうまくいかないパターンを打破して良い循環をつくるきっかけになります。

「人こそ人の鏡」という言葉があります。もし自分の周囲にはいい人が多い、笑顔の人や楽しい人が多いと感じるならば、その人自身が笑顔の多い素敵な人であると言えるでしょう。もし自分の周りには信じられない人が多い、自分のことを分かってくれない人が多いと思うなら、その人自身が他者を分かろうとしない自己中心的な人であると言えるでしょう。やや学術的な話に置き換えるならば、人はミラーニューロンという真似る性質をもっており、相手に共感したり同調したりする無意識の作用をもっています。つまり極端に言えば、目の前にいる人の態度や感情は自分を映す鏡になりうると言えるのです。生徒たちには、ぜひ素晴らしい出会いや素敵な関係を経験してもらいたいと思います。そのために、まず自分の行いを内省し、感謝の気持ちをもって人と接していくことをお勧めしたいと思います。目の前にいる人は自分を映す鏡ですので、「人の振りみてわが振り直せ」の心でいたいものです。

第21回「お母さんパワー」

日本心理学会の全国大会に参加する中で印象に残った発表がいくつかありました。その中から、今回は『社会行動障害と母子分離の関係性について』振り返らせていただきたいと思います。

社会行動障害とは、簡潔にいえば「他者に対しての行動異常があり、社会など集団の場に馴染みづらい状態」であり、詳しくは「相手の気持ちへの理解や共感のむずかしさや場に合わせた行動ができないなどコミュニケーションのむずかしさ、感情や欲求のコントロールのむずかしさ、ある物事や考え方への強いこだわりや固執、意欲や自発的行動の低さなどの状態が見られ、それらの状態によって社会生活が難しい状態のこと」をいいます。こうした傾向により社会生活の困難を示す人は少なくありません。その要因のひとつとして幼少期の母子分離（母と子が離れること）が関係しているということでした。

生後１年～思春期前まではストレス不応期と言われ、ストレスを感じたときに出る脳内の有害物質（コルチコステロン）から脳を保護してくれる時期だそうです。しかしそんなストレス知らずな時期の子どもたちが、１つだけ大きなストレスにさらされる出来事があるそうです。それが母子分離です。母子分離が長期化した場合、特に男子において、「聴覚情報処理や空間認知のほか様々な負の影響が出る」ことが実験により分かってきています。上記の発表をもとに他の論文を当たってみたところ、アカゲザルの実験では母子分離によって子ザルに「不安行動の強さ」、「攻撃的・衝動的な行動」、「生殖行動や養育行動の障害」が見られ、げっ歯類の実験では「強い不安行動」のほかに「学習能力が劣る」傾向が認められているとのことでした。現在ではこうした強いストレスが持続することで、「脳に（損傷があり不具合が起こる）器質的な障害を与える」ことが分かり、「精神疾患の発症に関わる」とも考えられています。

このことをポジティブに捉えるならば、お母さんの関わりが（そしてそのお母さんを支える夫や家族や地域の力が）子どもの人生全般にわたる情緒の安定や能力の発揮に寄与するという、お母さんパワーの価値の高さを表すものだと言えます。とはいえ、子どもと過ごす時間が大切なことは誰しもが感じていても、生活や仕事の忙しさの中で子ども優先の子育てが難しい家庭が多い時代ではないかと思います。農業や商業などの家業が衰退し、仕事は専ら家の外である以上、大事な乳幼児期に子どもと関わる時間が減っている現状は全国で共通することと思います。そんな中でも、大事な時期に子どもが望まない中で母子分離が起きてしまう現状を防ぐことができないか。社会生活に著しい困難が生じる前の段階で、妊娠・出産前後の若い親世代に乳幼児期の子どもと過ごす時間の大切さを（三歳児神話といった風説めいたものではなくリアルな現実として）伝えることができないか。私のかねてからの課題が再浮上してきたことを感じるシンポジウムでした（やや小難しい話ですみません）。

今回は学会にて刺激を受けたことに触れさせていただきました。未来学園の生徒たちにおいても、学校生活の内外で様々な体験を通じて（私以上に）大いに刺激を受け、人との関わりをもち、高校生活を大いに楽しんでもらいたいと考えています。その中には自分の中の葛藤や、他人との軋轢なども含まれ、ときに自分だけでは抱えきれないことが出てくるかもしれません。そんな中でも０か１００かの選択ではなく、周囲と折り合いをつけながら、少しずつゆるやかにでも、日々を積み重ねて取り組みや関係を継続させていくことを大切にしてほしいと考えています。

第 22 回「社会の中で深まる（前編）」

今回は、企業見学に行ってきたときの社長の奥様の言葉と、企業が社員に求める力といった２つの観点から、生徒たちが社会生活において感じるであろう差と、働き手としての将来像について考えてみたいと思います。

先日、就職活動の一環として、生徒とともに大阪にある企業の見学に行ってきました。大阪の工業地帯にあって電子機器の基盤を設計・製造しており、職員３０名程度の企業でした。社長の奥様に工場内を案内していただき、製造の工程や職員の方との交流の機会を設けていただいたのですが、その中で特に「中には辞めていく若い人もいるんです。そういう子はだいたい先輩と自分を比べて、自分の力のなさを感じて挫折してしまって・・・。周りは誰も比べてないし、おたがい働き続ける中で経験の差は埋まらないのだから、自分を卑下するのではなく相手を認めることが大切なのにね」という言葉が印象的でした。

この言葉が指し示すことは、私自身のことであり、松江未来学園の生徒たちのことでもあり、全国的に言えることだと私は強い共感をおぼえました。私が大卒後はじめて就職した学習塾は、社員が２０名弱、アルバイトが３０名強、全体で５０名程度の塾でした。その中で私が赴任した校舎には私のほかに３名の社員（１１歳上の教室長、７つ上の先輩、３つ上の先輩）がいました。教室長は社交的で人望があり、人や環境への気配りが際立ち、将来を見据える目をもち、遊び好きで努力家で面倒見のいい方でした（後に社長に昇進されました）。３つ上の先輩は、高い学歴と長年のスポーツ暦をもち文武両道ながらも、努力が際立ち、どんなに忙しくても入念な準備を怠らず、それでいて穏やかな方でした。（※表記してある人数や年齢差は私の記憶による概ねの数値です）

私が就職してそうした方達と一緒に働く中で、学生時代やアルバイトのときには感じたことのなかった経験と実力の絶対的な差を感じずにはいられませんでした。「何年経験を積めばこの先輩方のような総合的な力をつけられるだろう？１０年かかっても追いつける気がしない・・・。」２０代の私はあまりにかけ離れた実力差と、その経験や実績がかもし出す先輩方の仕事への迫力、つむがれる言葉の重みに圧倒され、自信が揺らいだことを覚えています。そんな中で自分のポジションや強みを模索したり、ときには小さなことを取り上げて教室長や先輩方に自分の意見を主張したり、反骨心を表に出すなど未熟さを露呈したこともありました。

こうした差を強く意識した理由として、当時の私の、社会的に未熟な認識があったように思います。学生のころの私は社会に出て仕事をするうえで「技能や資格や学歴」といった個人の力が就職に必要だと考えていた節がありました。しかし社会人になってはじめて、会社は「主体性、コミュニケーション力、粘り強さ」を求めていることを知りました。（つづく）

第 23 回「社会の中で深まる（後編）」

経営や教育に携わってきた今の私が、この企業が求める「主体性、コミュニケーション力、粘り強さ」を解釈するならば、

①人生、社会生活、仕事において、関りや縁ができた人々との学び合いの中から関係性を育むとともに知恵を得ること。

②自分自身はまだ経験が浅く未熟であり、先輩の経験や言葉の多くはまだ実感・理解することはできないけれど、今後の経験や学習によってその理解を深めていける成長する存在であると認識すること。

③人から受けた恩を忘れず、教え伝えてもらった知恵や技術や意思を何らかのかたちで連綿と受け継いでいく担い手となること。

④自らの仕事に責任と覚悟をもって取り組み、継続的な実践と学習の中で少しずつ段階的に技能および自信や有能感を身につけ、そこで得たものを積極的に発揮し続けること」

となります。これらの理解や実感は、私の継続的な社会経験の中から徐々に得たものであり、今後さらに更新されるかもしれません。しかし、入社当時の私にはこのような認識がまだ育っておらず、主体性＝自分の個性を生かして自分の意見を主張すること、コミュニケーション力＝人と仲よくすること、粘り強さ＝我慢することといった、短絡的な考えが根底にあったように思います。

私に限らず、認識の違いにより企業（および責任と覚悟をもって長年勤め上げている企業人）と働き手（若手社員）の間にギャップが生じることはよくあることだと感じています。たとえば、若さや未熟さゆえに自分の頭の中の狭い世界で社会や他者を見て安直な判断を下してしまう、経験や実績が浅い中で自分の個性を発揮しようと躍起になる、頭の中の理想に現実の自分が追いつかず傷つく、一足飛びに必殺技的な一発逆転を夢みる、恩を仇で返すような不義理によって自分の活動の幅や活躍の機会を狭める、結果的に理想の場を求めて転々とし浅い世界をひたすら行き来するなど、迷走する１０代～３０代の若者を何人も見てきました。なかなか未熟さから抜けきれない人の中には、継続的な取り組みや積み重ねが難しい人なりの葛藤や困難との向き合いがあり、人を信頼して流れに身を任せることや、１つ１つステップアップしながら５年後１０年後に向けて着実に力を蓄えることの難しさが見て取れます。

以上のように、密接な関係性の中で責任をもって長年勤め上げる社員像自体が理想ともいえる現状があり、それに伴ってか非正規雇用を志向する若者が増えてきています。一方で人材難が予想される近い将来において、定着しづらい人材を活用することが企業や行政施策におけるひとつのキーポイントであろうとも考えられます。地縁・血縁、家や家業など旧来のつながりが薄れる個人主義の時代にあって、社長の奥様の言葉や「主体性、コミュニケーション力、粘り強さ」とは何かをじっくり考えてみることに、今の社会を捉え、社会における活躍の場を広げる１つのヒントがあるのではないかと考えています。

最終回「10年を経て、今感じること」

東京都から島根県に移住して、間もなく１０年が経ちます。起業のための準備期間を含めれば、その年月は、フリースクールで様々な人々と関わり続けた１０年とほぼ重なります。

起業して間もなくは、他の経営者の方との連携のもとでフリースクールの運営に携(たずさ)わる機会をいただきました。３年目、４年目は自分が経営する新たなフリースクールをつくる構想を練りながら、さらなる知識や技術を習得することにも力を入れはじめ、５年目にフリースクール松江未来塾駅南校(えきなんこう)（現　松江未来学園）を開校しました。「ずっと相談できる場所」を理念として、１０名弱の生徒、２名の常勤スタッフと５名の非常勤スタッフという体制で再出発をきりました。５年目以降、生徒数は伸び続けて４０名を超え、スタッフも常勤３名非常勤８名となり、変化に対応していくための挑戦の必要性を感じるようになりました。そこで９年目には名称も松江未来学園と改め、運営をスタッフに任せて私自身が少し離れて学園を見ていくという試みをしました。

この１０年間での様々な試みや挑戦は、アイデアを２０、３０試してみて１が定着するといったようなトライ＆エラーを繰り返す日々であったように感じています。しかしそのエラーは次のための一手であり、常に微調整(びちょうせい)を繰り返す中で新たな何かが生まれてくる道であろうと考えています。目的をもって変化をしながら進む道に、正しいも間違いもないと私は考えています。誰しもうっかりすると、いいか悪いか、正しいか間違いかといった分かりやすく単純な二者択一に陥りやすいように思います。私の役割の１つは個人や家族を支援することですが、家族関係や社会生活における人間関係は濃くなればなるほど破たんに向かうことも多く、離婚、離職、不登校、ひきこもり、ＤＶ、虐待など極端な破たんや断絶(だんぜつ)が日常化しやすい現代であると感じています。こうした日常的な人間関係を単純な二者択一で捉(とら)えることは非常に困難です。だからこそ私が関わる場所は、この場所を必要としてくれる人がいる限り、日々巻き起こるいろいろな出来事とどう折り合いをつけるのか試行錯誤しながら、時代や社会の流れの中でバランスをとりつつ「継続していくこと」に価値を置いています。

人間社会や世の中の仕組みは１人の人間が想像できるほど単純ではなく、複雑であいまいでイレギュラーなことに満ちていると私は考えています。人にしても、皆それぞれの考え、捉え方、生まれ育った慣習、能力が違う中において、それでも誰かと関わりながら生きていくよりほかはありません。そして関わりの中には喜びや楽しみもあれば憤(ふん)まんや失望もあります。そこには理屈や人ひとりの頭ではとらえきれない、いくつもの矛盾や理不尽が含まれるはずだと思っています。そんな中を生きる人たちに伴走しながら互いに学び合うプロセスを踏む場こそが、私がつくってきた、そしてまたつくり続けていきたい場所なのであろうと改めて考える昨今です。

お読みいただき、ありがとうございました。

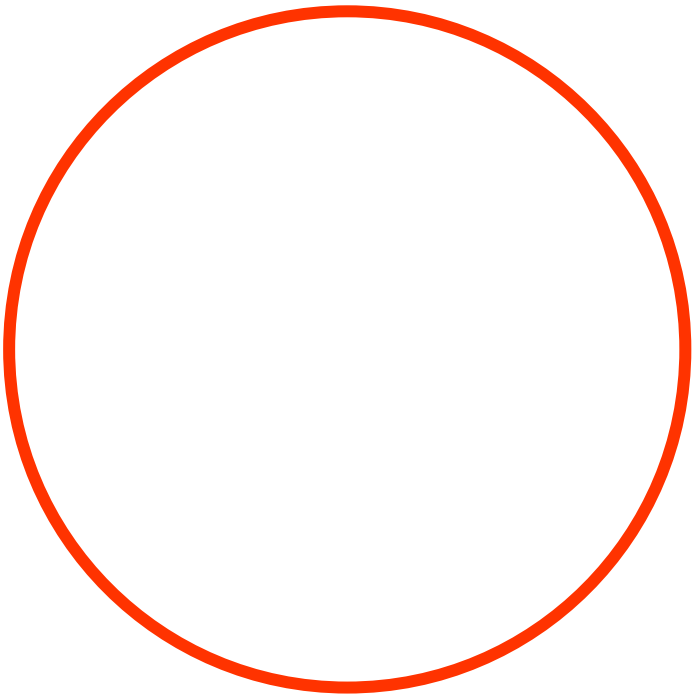
＜著者紹介＞

野中　浩一（のなか　こういち）

1978 年生まれ。立命館大学大学院応用人間科学研究科を修了。大学で心理学、専門学校で精神保健福祉学、大学院で人間科学を修める。

2006 年に東京都から島根県雲南市へ移住し、同年起業。経営者としてフリースクールの運営を行うとともに、ソーシャルワーカー・心理士として生徒および保護者の相談業務を行う。9 年間で約 500 件の問合せ、約 130 組の生徒・保護者との関わりをもつ。

発行年月日　2015 年 11 月 16 日
発　行　者　野中浩一
発　行　所　有限責任事業組合 Cocono

本書に関するお問合せ等は、
090-4233-3966（野中携帯）または
coconollp@gmail.com にお願いします。

※使用している写真は、プライバシー保護のため加工してあります。