

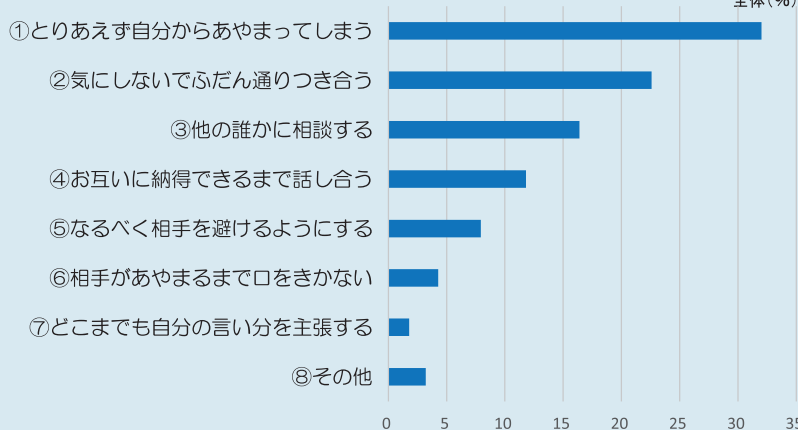
『仲直り』はできますか？

世の中が便利になり過ぎると、昔なら自然と身に付いていたことが、だんだんできなくなってしまうという現象が起こり得ます。そういった現象が一番頻繁に見出されるのが、対人関係というフィールドかもしれません。ふだん我々は、何気なく誰かと対話しているわけですが、そのやり取りの中には、実はたくさんの人間関係におけるスキルが含まれていて、それは小さな頃からの積み重ねによって、ほとんど無意識なレベルで習得されているものなのです。

今回は対人関係のスキルの中でも難しいものと思われる、関係修復力…早い話が“仲直り”ですが…に焦点を当てて、今どき子どもたちの友だちづき合いの様子をみてみることにしましょう。質問はアンケート形式で、無作為に選ばれた中学生および高校生を対象に、総数約8,000人の回答を得ることができました。

グラフ1

「仲の良い友だちとケンカしたとき、
どんな対応をとりますか？」



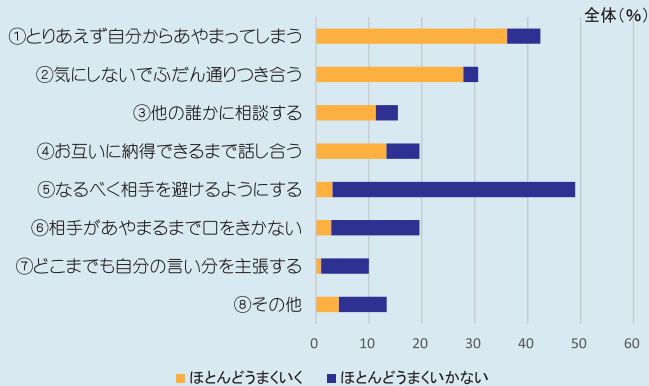
択一式のアンケートですが、単刀直入に「仲の良い友だちとケンカしたらどうするのか？」聞いてみた結果、**グラフ1**を見ていただくと、驚いたことに一番多い回答は「とりあえず自分からあやまってしまう」でした。それに続いて2位は「気にしないでふだん通りつき合う」という回答で、両者を合わせると全体の約55%を占めます。気になるのは、この両回答が、人と人とのぶつかり合いである“ケンカ”という事柄にまともに向き合い、お互いに理解して解決しようとするスタンスには見えないことです。

どちらが悪いかは棚上げして、自分が謝ってことを収めてしまおうというのは、一見優しく見える行いかもしれませんが、相手が間違っているケースもあるわけですから、その場合本当にこちらが謝ることが良いことなのかどうか。また、気にしていない感じでふだん通り振る舞うことは、冷却期間を持つという意味では時に必要かもしれませんが、やはりストレートな解決法とは言いにくいところです。それに、もともと親密であって、気心が知れているからこそ通用するやり方だとも言えます。それでは、今どきの中高生にこれらの対応法が支持されるのはなぜなのでしょう？

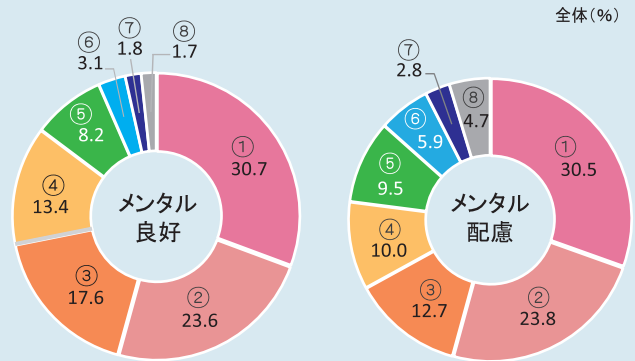
グラフ2を見ていただければ、それぞれの対応の効果は一目瞭然です。すなわち、うまくいくのは「とりあえず自分からあやまってしまう」そして「気にしないでふだん通りつき合う」の比率が圧倒的です。それに対して、うまくいかない対応では「なるべく相手避けるようにする」がダントツで、「相手があやまるまで口をきかない」「どこまでも自分の言い分を主張する」も、相当うまくいっていません。

この結果を見ると、「とりあえず自分からあやまってしまう」「気にしないでふだん通りつき合う」が今の中高生に多く選択される理由は、まさしく効果がある方法(＝とりあえずうまくいく)であるからにほかならない、そう指摘ができそうです。ただ、ここに一つ疑問があるのですが、そのような態度によって成り立つ友情は、ずっと続いていくような友情なのでしょう？「ケンカするほど仲が良い」という表現が存在しますが、一昔前の中高生の友情には、相手と真剣に向き合うがゆえにぶつかり合ってしまう、そんな青臭さがついてまわらなかったのでしょうか。いえ、そもそもこんなことを考えること自体が、今どきの彼らにとってナンセンスなことなのかもしれません。理屈抜

グラフ2 「ケンカしたときにうまくいく対応と、うまくいかない対応は？」



グラフ3 「ケンカしたときの対応と、メンタルヘルスの関係」



きで対人関係のわずらわしい面を“面倒なこと”としてできる限り避ける、そんな姿勢が感じられてなりません。

次に、S K K式クレペリン検査の結果を加えた興味深いデータを見ていただきましょう。検査結果において、メンタルヘルスの高い「良好」のグループと低い「配慮」のグループとで、ケンカしたときの対応に差が生じるかどうかを見たものです。グラフ3を見ていただきますと、「配慮」で多めに出ているものは、「⑥相手があやまるまで口をきかない」と「⑤なるべく相手を避けるようにする」です。これに対して、「良好」が多かったのが、「③他の誰かに相談する」「④お互いに納得できるまで話し合う」でした。

この結果と、前述のデータを重ね合わせて考えてみましょう。グラフ2において、比較的うまくいく確率の高い対応として「他の誰かに相談する」「お互いに納得できるまで話し合う」がありました。これらは逃げない正攻法であり、時間はかかっても着実な効果の期待できるアプローチに思えるのですが、今どきの中高生の好みにはあまり合わないことは既に述べました。しかし、グラフ3を併せて見ると、ある推論が成り立ちそうです。それらは、好みというより、メンタルヘルスの状態が良くなければ選びにくい対応なのではないか、ということです。確かに、時間をかけて解決策を模索し、根気よくコミュニケーションのキャッチボールをしていくことは、とても面倒です。その対応を敢えてとり、さらにそのプロセスに耐えらなれば、精神的にしっかりしている必要があっても不思議のないところですが、エスケイケイでは、過去50年を超える若者の検査結果データから、メンタルヘルスの

低下を報告してきましたが、近年の若者の対人関係の変化に、このメンタルヘルスの低下が影響している可能性があると思われます。

また、紙面の都合で載せられませんでしたでしたが、今回の調査において、ケンカをした時の対応のその他として「ケンカをしない、したことがない」という回答が一定数ありました。そして、それらの生徒を調べてみると、メンタルヘルス「配慮」が一般よりも多かったのです。一見平和的に見えるこの回答ですが、仲の良い友達と一度もケンカをしたことがないという言葉の意味するところを、もう一度深く考えてみる必要があります。

便利な社会を作ったのは大人です。スマートフォンやメールアプリを作ったのも、やはり大人です。便利なものが悪いわけではなく、要は使い方のだという説明は大筋では正しいのでしょうか。それにしても、どれだけ世の中が便利になっても、省くことができない、いえ、省いてはいけないことは残るのではないのでしょうか。

今回は対人関係における一つの技術である“仲直り”をテーマに考えました。そして、ある意味での“省力化”を読みとったわけですが、それは彼らなりの適応であり、その全てを否定してはいけないと思います。それでも「そのやり方で、人生をずっと続けていけるのだろうか？」という素朴な疑問は持たざるを得ません。

便利な時代に、敢えて面倒臭くスキルを身につけさせることは、容易ではありません。しかし、一度身につけたスキルは、生涯にわたってその人を助けてくれるものだと思います。

・許可なく別媒体への掲載や、アップロードはご遠慮ください。
 ・引用もしくは参考文献としての利用を希望される場合は、お手数ですがNPO法人メンタルぶらす協会 Reforest 事務局までご連絡ください。