

「からだ」が直接感じる否定的な感情

森田 啓

千葉工業大学講師

1. はじめに

「からだの教育」といっても単に健康、体力向上が目指されるわけではない。それらが重要であることに変わりはないが、近年多発している青少年（大人も）のさまざまな問題に対する特效薬として体育に期待がかけられている。私たちは自らを理性的、精神的存在とみなし、「からだ」はそれらに従属するもの、道具とみなしてきた。人間にとって理性が重要であることは不変だとしても、それがすべてでないことは多くの人が認めるであろう。その反省から「心身一体の教育を」と言われるが、ではどうすればよいかというとなかなか難しい。ここでは、身体に直接働きかける「からだの教育」、そこから生じるさまざまな感情に注目したい。

2. 否定的な感情

体育でも「楽しい」という感情を重視

してきた。しかしここでは特に否定的な感情に注目したい。私は「からだの教育」で生じる否定的な感情として「疲れた」「面倒くさい」「汗臭い」等の感情の他に、他者と身体的に接触することにより生じる「痛い」「危ない」「怖い」といった感情が重要と考えている。子どもの遊びが変化していることは多くのところで指摘されているが、TVゲームでいくら指先の反射神経がよくなっても、身体的に安全であっても、さまざまな感情が芽生えても、「からだの教育」にはならない。「ポジティブ・シンキング」という言葉が流行したためか、ネガティブな気持ち、後ろ向きの感情は居場所を失いがちである。しかし、こういった感情は必ず誰にでも生じるものである。本当は感じてもおかしくないさまざまな否定的な感情がしっかり扱ってもらえず、抑え込まれている点に注意が必要だろう。否定的な感情を認めると、「なぜ、そういう感

情があるのか」「どうすれば解決できるか」と、次の一步に進むことができる。自分の中の否定的な感情を正面から捉えられないと、周りの人の落ち込みや不安にじっくりつきあえない、という状態も生ずるだろう。それに、相手の気持ちは自分の感情を手がかりにして理解するものだろう。「からだの教育」では、自分の否定的な感情を正面から捉え、それをどう処理できるかを考えるのも重要である。

3. エネルギーの感覚

否定的な感情が認められず押さえつけられるとストレスになる。例えば「青少年の荒れ」と「ストレス」の相関関係が高いことはいろいろと指摘されている。「荒れ」のひとつであるいじめの原因を調べても、それは道徳心や規範意識等の問題ではなく、ストレスであることが多い。多くの調査研究結果から証明されている。「荒れ」克服のためには加害者救済こそ最も重要である。それにしてもキレたり、暴れたり、いじめたり、他者とコミュニケーションをとらなかつたり、さらに人を傷つけたり殺したりするには相当のエネルギーを必要とするのではないだろうか。このエネルギーを学問、あるいは学生生活に向けたら、間違いなく充実した結果が得られるだろう。「からだ

の教育」では、自分の心身のエネルギーの感覚を育て、それをコントロールする能力を獲得することも重要である。エネルギーの感覚を得、コントロールするには、エネルギーをすべて出し切る経験が必要だろう。そうすれば自然にからだもほぐれる。特に子どもの遊びの変化を考えると、教育でエネルギーを発散する意義は以前より増しているはずである。

4. コミュニケーション不全

「からだの教育」への期待には、他者とのコミュニケーション能力の育成も大きな比重を占める。千葉工業大学で私の授業を受けている学生でも他者とうまくコミュニケーションのとれない者が多い。体育の授業でも静かな授業がある。40人前後が一言も発しない卓球やサッカーの授業。しかし、喜怒哀楽の声を発する学生が一人いると卓球の授業は学生全員が生き生きする。指示を出す学生が一人いるとサッカーの内容は激変する。スキー実習の場合、同じ班だと学年や学科に無関係に友人になれる。

最近の子どものコミュニケーション能力が劣悪化しているとの声をよく聞くが、実は大人もこの能力が急激に衰えてはいないだろうか。近所の子どもの悪事を見ても注意しない、できない。大人同

士や親子でも接点を見出すのに苦勞する。青少年の問題は大人社会の縮図でもある。私たちが望んだ快適、便利、効率的な社会と生活は新しい問題、不安を生み出した。この社会と生活は非効率的でエネルギーシユである子どもに代表される人間本位と矛盾する。青少年に代表されるさまざまな問題を便利な社会の副作用としてあきらめるわけにはいかない。「否定的な感情」を何とか処理するようになさなければならない。

5. おわりに

本稿では、からだが直接感じる「否定的な感情」を中心に、「からだの教育」について考えてみた。多くの問題行動の主原因であるストレスを発散、抑制するために「からだの教育」は多大な効果が期待できる。幼児期は楽しく運動、スポーツを行えるような環境を整える必要がある。しかし、最終的には、楽しいだけでなく、「痛い」とか「危ない・危険」といったさまざまな否定的な感情を伴う「からだの教育」まで進む必要がある。

子どもの遊びが変化していると指摘される。「リアル」から「ヴァーチャル」への移行である。特に身体接触を伴う遊びが減少している。「安全」は現在の社会では最も重要なことだが、理性を支える

のは感情である。しかも「痛い」「いやだ」「かわいそう」等、否定的な感情が重要といえる。こういった感情こそが他者理解・共感の第一歩ではないか。人とぶつかったらどれくらい痛いか、ちょっと擦り傷ができればどれくらい苦痛か。それがわかっているならば、人を殴ったり刺したりしたらどうなるか予測がつくだろう。本来であれば、身体接触を伴う遊びを地域の中などで復活させるのが望ましい。しかし現実には困難である。ならば学校制度の中、あるいは「からだの教育」の中で取り入れてゆくしかない。

社会全体が感情や気持ちを扱うことに不慣れになってしまった理由として、大人社会では効率や能率のよさが最優先されることがあげられよう。教育には手間隙がかかること、否定的な感情や青少年が嫌がることにもきちんと私たち大人が関わっていくことが重要である。

参考文献

- 巽岩奈々(2001), 感じない子ども ころを扱えない大人, 集英社。
 西村清和(1999), 電脳遊戯の少年少女たち, 講談社。
 尾木直樹(2000), 子どもの危機をどう見るか, 岩波書店。

(もりたひらく スポーツ倫理学)