

シンポジウム 1

インターネットと子どものころ

インターネットと子どものころの発達：
事例から学ぶこと

氏 家 武 (北海道こども心療内科氏家医院)

I. はじめに

「インターネット」は現在、世界中で誰もが利用できるほどに広まっており、これによって簡単にお互いが情報発信や収集を行えるようになり、現代人にとっては最も必要不可欠な道具の一つになっていると考えられる。日本においては、1990年代頃から日本国内において急速にパーソナルコンピューターが一般に普及し、それに伴ってインターネットの活用も急速に広まった。

しかし、インターネットが生み出す新たな世界はあくまでも仮想現実であり、そのことを十分承知の上でインターネットを利用しなくては、いつかインターネットに潜む大きな陥穽に迷い込むことになりかねない。コンピューターの普及に伴い、学校ではインターネットを利用する教育が行われるようになって久しい。また、多くの家庭でもテレビと並んでコンピューターが広く普及し、子どもが学校や家庭でインターネットが生み出す世界に接触する機会は爆発的に増えている。しかし、子どもはおとなと違い、このような危機感を持ちながら慎重にIT技術を利用することができない。また、発達途上にある子どものころの発達に、インターネットが生み出す仮想世界がどんな影響を及ぼすのかも判然としていない。インターネットの有用性ばかりが強調されるのではなく、潜在する負の要因についても明確にしていく必要があると考えられる。

II. 子どもへのインターネットの影響

私の臨床場面では、例えば、不登校に陥った子どもたちの中にインターネットゲームに夢中になって家族と断絶し、昼夜逆転の生活を続けるケースは少なくない。また、インターネットを利用して相手を誹謗中傷する子どもたちのいじめも後を絶たない。さらには「家出する!」、「リストカットする!」と一方的にメールが送りつけられてきたり、自身が作成するブログの中で個人を特定できるような情報が赤裸々に綴られていることもある。このように、臨床現場の中で出会う子どもたちの中にも子どもたちが抱える精神心理学的な問題とインターネットとの関連が強く結びついた事例が増えている現実がある。

III. インターネットと関連した事例

(1) ネットゲームに依存し続けた不登校中学男児例

その少年は中学1年の時に父親の転勤に伴って転校し、新たな学校に馴染めなかったことを契機に不登校となった。家族はもともと仲が良く、週末にはいつも家族一緒にでかけることが多かった。しかし、転居後、親は新しい職場、環境に慣れるのに精一杯だった。そのため、学校になじめず寂しい思いをしているわが子の気持ちを汲んでやったり、辛い気持ちを聴いてあげる余裕はなかった。

間もなく少年は父親の仕事用コンピューターを勝手に使い出し、夜中にインターネットゲームをするようになった。ゲームの中では面白いように新しい友だちが次々とできた。学校での

辛い思いを話すと、皆は自分のことのように心配してくれた。共感的な言葉もたくさん書いてくれた。夜中になって寝ようと思っても、ゲームから抜け出すと寂しくていつまでも止められなくなった。皆も同じで寝ないでゲームを続けることが楽しかった。

少年が不規則な生活を続けるため、親がインターネットをしないように注意することが多くなった。そうすると親子で衝突を繰り返すことが多くなり、家の中の雰囲気が悪くなった。次第に親の干渉を避けるために自室に引きこもり、昼夜逆転の生活となって何か月も着替え・洗顔・入浴もしない日々が続くようになった。

しかし、中学3年になってゲームの友だちがだんだん抜けていくようになり、少年は以前のようにゲームを楽しめなくなった。また、なんとなく高校のことを考えるようになった。親も子どものことを考える余裕ができ、インターネットゲームに対して否定的に言うことも少なくなっていた。ある日、親が高校から立ち直るために今から専門のところに相談に行ってみないかと誘ったところ、少年も嫌がることはなかった。

当日は家族全員で受診し、親子並行面接・行動療法・薬物療法を開始することになった。親子並行面接では、「親が子どもの現状を受け入れ肯定的に接すること、以前のように一緒に過ごす時間を多くすること」などがアドバイスされた。行動療法では「段階的にインターネットゲームで遊ぶ時間を短くし、家事を手伝う時間を持つこと」などがアドバイスされた。その結果、徐々に親子が楽しく会話できるようになり、少しずつ勉強にも手をつけるようになった。そして、無事通信制サポート高校に入学できた。高校には安定して通学できるようになり、1年後に治療は終結となった。

(2) 自分のホームページを開示しているリストカット少女例

少女は中学生の時に不登校となり、自分を肯定的に受け入れられずリストカットを繰り返すため中学3年の時から治療を受けることになった。しかし、少女の長い通院治療経過は非常に困難を極めた。私は一貫して少女に受容的支持

的に接してきたが、次第に行動化が激しくなった。最後には自殺未遂で救急車で搬送されたことを契機に治療を中断せざるを得なくなり、残念ながら現在は某精神科病院で入院治療中である。

その少女は小学生の頃からコンピューターに関心を持ち、中学生の時から自分で自分のホームページを作成し、日記を公開したり掲示板の管理人を務めていた。そのホームページには自分の生い立ちを詳細に開示し、自分の過去を「優先度：ゴミ」と記載していた。また、掲示板では同じようにリストカットで悩む匿名の男女からの相談に応じる「癒しの掲示板」を管理していた。その中の少女が綴っている言葉はとても共感的・支持的（いつも私が少女に話しかけていた言葉がそのまま…）で、あまりの現実との乖離に私は驚いた（個人情報保護のため詳細な事例報告は割愛する）。

IV. インターネットの陥穽

(1) 事例から学んだインターネットの陥穽

私が日常診療の中で出会う子どもたちの中に、何らかの形でインターネットの影響を受けている事例は少なくないと思われる。ここでは上記の2例しか紹介しないが、他の多くの子どもたちも同じようなインターネットの陥穽のために立ち直れなくなっていることが多い。

私が指摘したいインターネットの陥穽の一つは「インターネットゲームへの強い依存」である。何らかの契機で現実の友だちを失い家族からも孤立してしまった時に、孤独で寂しい思いをしている子どもたちにとってインターネットゲームの中で出会う友だちは本当に有難いものである。実際、ゲームの中には同じように現実の世界で孤立している若者たちが多く、彼らは皆友だちを求めてインターネットの中を彷徨っている。そこではコンピューターのスイッチを入れれば24時間いつでも誰かと簡単に繋がることができ、そこに自分の求めている優しさがあればそれに癒され、楽しみがあれば一緒にそれを共有できる。現実を楽しめない子どもたちにとって、そのような世界を簡単に提供してくれるインターネットゲームは大きな魅力である。そして、子どもが一度でもその幸福を

味わってしまうとなかなか抜け出せなくなり、精神的依存を生み出すことになる。インターネットゲームが引きこもりの原因ではないにしても、引きこもりを長引かせる大きな要因になっていることは否めない。

二つ目の陥穽は、電子メール (E-mail) やチャットでのコミュニケーション障害である。これは携帯電話でのメールのやり取りでもよく起こるものであるが、相手と直接会わずに文字だけのやり取りでは、時に気持ちが通じ合わない、思いが伝わらない、文字通りに受け取られて気持ちが伝わらず誤解されるといったコミュニケーションの問題が生じることがある。特に、チャットやメーリングリストなど相手が不特定多数の人の場合、特にそのような障害が起きやすくなると思われる。相手が見えないネットワーク環境の下での文字だけのやり取りでは、表情や声のトーン、発話に伴うジェスチャーなど非文字的コミュニケーション手段を利用することができないため、背景にある感情や微かなニュアンスを伝えることが困難であり、相手もそのような背景感情を正確に読み取ることができない。

そればかりではなく、相手が見えない時には視覚や聴覚などの身体感覚を働かせることができない状況に置かれると、人は相手の文字や言葉に不用意に感情移入しやすくなると言われている。そのため、些細な言葉を契機に、お互いが予期しないような愛情や憎しみ、不安、恐れなどの感情を抱いてしまうことがある。時にはそのような感情が一方的に膨らんで怒りや敵意などより強い陰性感情となったり、妄想のような強い思い込みに膨らむこともある。更にはインターネット自殺や犯罪ネットなど実際に暴力や犯罪にエスカレートすることもある。

また、匿名性が保たれているようなメーリングリストやチャットでは、言いたいことを発信した後、自分に不都合になったり嫌な気持ちを抱いた時にはいつでも簡単に何事もなかったかのように断絶することができる。このような時、中には相手を圧倒・威嚇するような発言をしたり無責任な発言をしてさっさとその場を退場する人もいる。このような一方的な発言がコミュニケーション障害を生むのは言うまでもないこ

とである。

三つ目の陥穽は誰にでも比較的簡単にできるホームページやブログに潜む問題である。今や誰もがインターネットを利用して情報を発信できる時代になり、それを利用して多くの人々が個人の体験を他の人と共有しようとしてその情報を発信している。問題は、事例2のように、自分の空想体験を事実であるかのようにして発信し、それを信じた人々と奇妙な仮想世界を作り上げてしまうことである。このような仮想のインターネット世界では時に発信者の自己愛が肥大化し、現実的自己感が喪失してしまう危険性がある。これは、インターネットの中で架空の自己実現を果たし、厳しい現実から逃避していることにしかならないものである。

V. インターネットと子どものこころの健やかな発達

インターネットがもたらすものは、今や私たちの生活になくてはならないものとなりつつある。実際、インターネットが自分の生存に必要な不可欠なものだと感じているおとなは少なくはないと思われる。しかし、インターネットは非常に有用である反面、先に説明したように、それによってもたらされる世界にはさまざまな陥穽がある。特に、発達途上にある子どもたちにインターネットの世界と接触させるには、その陥穽に落ちることを防ぐために相当の配慮が必要と思われる。

そもそも、子どものこころは親子関係を基本にした情緒的対人交互作用の中で発達する。特に乳幼児期に、親が子どもの情動に調律して関わることが情緒発達の重要な鍵になると言われている。これは、子どものからだところの動きに合わせ、私たちがほどほどの感受性と包容力をもって直接的に関わることにより、子どものこころがより豊かに分化発達するというものである。

このような時期にインターネットによってもたらされる仮想現実には子どもが不用意に暴露されると、子どものこころの発達はどんな影響を受けることになるのだろうか？ 健やかな育ちが妨げられてしまうおそれはないのだろうか？

実際、不登校・引きこもりの子どもたちがイ

インターネットの世界にのめり込むように、乳幼児が仮想現実の世界に浸されるようになれば、親子が直接的に関与し合う場そのものが奪われることになる。このような状態が長く続くようなことになれば、子どもは「母性的養育の剥奪」(Bowlby, J.) と似たような状況に置かれることになるおそれがある。乳幼児と母親、またはそれに代わる養育者との人間関係は親密かつ持続的なもので、両者が満足と幸福感によって満たされることで乳幼児の精神的健康が維持されるものである。しかし、このような母性的養育が奪われると乳幼児の精神的健康がさまざまな障害され、時には精神発達の遅滞、性格障害、非行などの問題が残る可能性があると言われていた。以上のことから、特に早期に長期に乳幼児がインターネットの世界に曝され続けると、その後の子どもの健やかなこころの発達が阻害されるおそれがあると危惧される。

しかし、問題はそこに留まらない。子どもは小さければ小さいほど認知発達が不十分であり、インターネットに孕む陥穽に気付いて自分で自分を守ることができない。すなわち、身体感覚や認知機能の発達が不十分な子どもは、現実とインターネットの仮想世界との違いを正しく認識することが難しい。非現実の出来事を現

実のものとして受け止めてしまえば、乳幼児の身体感覚や認知機能の発達を歪めてしまうおそれがある。また、子どもは被暗示性が強いいため、より一層限られた情報に影響を受けやすい。このようなことから、子どもがより小さいうちにはむやみにインターネットによる仮想世界に暴露すべきではないと私は考えている。

さらに、インターネットによる機械的な音声言語だけでは、乳幼児の情緒的コミュニケーションは育たない。親子が直接コミュニケーションする時、それは単なる話し言葉のやり取りにとどまらず、常にそれに伴ってさまざまな身体感覚水準でのやり取りも同時に行われるものである。そのやり取りを通して、親子の間に情緒的なコミュニケーションが行われている。この言語コミュニケーションと情緒コミュニケーションの双方が重複しながら行われることによって、初めて親子のコミュニケーションが完成する。このようなことを考慮すれば、乳児期の育児にインターネットを利用することに対して特に慎重な配慮が必要ではないかと思われる。やはり、育児の基本は、人との直接的な触れ合いや自然の中での遊びを通して子どもを育てることではないかと思われる。