

東京都スクールカウンセラー（公認心理師／臨床心理士）

金屋光彦

# 聞くことの大切さ・秋葉原事件に思う

## — 子どもたちの自己肯定感を考える その8 —

### 1 人間のコミュニケーション

人は皆、口は一つで耳は二つある。なぜだろうか？ それは自分が話す2倍人の話を聞く必要がある、そう様が考えたからだろう。現に鎌倉の大仏様も奈良の大仏様も、耳が大きく口は小さい。

しかし、同調圧力がはびこり、何より効率が優先される今、私たちはどれだけの相手の話を、日々聞いているのだろうか？ 相手の話をきちんと聞くことは、相手を尊重することと同義である。「わかってもらえた」と感じる程聞いてもらえたら、すいぶん心も軽くなる。これが続けば相手との理解と信頼も深まり、自己肯定感や安心感も増していくだろう。

### 2 今を生きる私たちの中心欲求は？

人は誰もが欲求をベースに生きているが、米国心理学者マズローによれば、それは五段階に分かれる。第1段階は食欲等の生理的欲求で、第2が衣食住が安定して確保できる安全の欲求、第3が親和欲求（人と交わりたい）で、第4が認められ尊敬されたいとの尊重の欲求、そして第5が自己実現（自分らしく生きる）である。

我々が生きる豊かな日本社会では、主に第3、4、5が首座欲求といえる。その中で最も強い欲求は、第4の「認められ尊敬されたい尊重の欲求」ではないだろうか？

この尊重欲求には、自分で自分を尊重するセルフエスティームと他者からの承認との二つに分かれる。フェイスブックでの「いいね」の流行も、この第4欲求が中心になっている証といえるだろう。

### 3 若者の尊重欲求の構造

しかし、この二つ、自分からの承認と人からの承認とは、全く別もので基盤が異なる。前者は、自己肯定感であり、生きる原動力ともいえる重要なものだ。後者は他人からの評価である。他者評価は誰もが気になるものだが、自己肯定感が脆弱な人は、この他者からの評価に過度に依存する。この他者評価をもってこの尊重欲求を満たそうとするのだ。その生き方は危く、他者の言動に左右されやすく、傷つきやすい。日本の若者の傷つきやすさも、そこにある。彼らと接していると、身近な人たちからの承認を常に求めつつ、互いに傷つけないよう、そして自分の評価を下げないよう異常なくらい気を遣う。

全体の年間自殺者数がここ10年で3万人台から2万人前後になった一方、10代の自殺者数は逆に微増している。その背景には、この自己肯定感が低く、他者評価に過度

に依存する生き方があると推察される。そして、この生き方は、時として大きな破綻を招く。それは12年前の東京で発生した。

### 4 秋葉原無差別殺傷事件

2008年6月、秋葉原の歩行者天国に、一台のトラックが突っ込んだ。その後、ナイフで人を切りつけた結果、男女7人の尊い命が不条理に奪われた。犯人加藤智大（当時25歳）は、その後死刑が確定する。

加藤死刑囚は虐待気味の環境で育ち、自動車関連の短大へ進んだ。卒業後は転職を繰り返す中、就労の不安定さ、容姿コンプレックス等、悩みを携帯サイトの掲示板に書き込むようになる。その数は千回を超え、不特定多数の者から言葉をかけてもらう中で、そこが唯一彼の居場所となった。「現実とは建前、掲示板は本音」と語った彼は、この掲示板での承認を支えに生きていたのだ。

### 5 彼の状況と心理風景

2010年の東京地裁初公判では、「掲示板に強く依存した生活が事件の原因」と加藤は自己分析した。「すべての空白を掲示板で埋めようとする使い方だった」とも語る。この掲示板を、なりすましに荒らされた結果、掲示板からの反応がなくなり、孤立感を深めることになる。「ネットでも孤独になった。ネットの人間たちに自分の存在を気付かせてやろうと事件を考えた。どうせやるならでっかい事件をと考えた」とも供述した。

事件2日前「やりたいこと⇒殺人、夢⇒ワイドショー独占」と掲示板に書き込む。非建設的でゆがんだ承認欲求が、ここに垣間見える。また「（ナイフ購入店の）店員さんいい人だった、人間と話すのっていいね」と書き込んだのも同じ日のことだった。

逮捕後の取り調べには、「嘘はつきたくない」と素直に応じた。「現実の世界から逃避し、ネットの世界にのめり込んだ」、「事件当時は、ネットと現実の境界があいまいになっていた」とも述べた。そして、こう象徴的な言葉を、取調官に吐くのである。

「初めて自分の話をきちんと聞いてくれる人ができた」

彼のリアルな身近に、彼の話さをきちんと聞いてくれる人が一人でもいたら、秋葉原事件はなかったのではないだろうか？ 12年経った今も、職場や地域や家庭で、相手を裁かず、脇役になって聞き役に徹する心が、ますます求められているといえるだろう。