

## “孤食”から“個食”の時代へ

今日の状況はというと、放っておきますと外食にものすごい勢いで進んでいきますね。いくらでも“コショク”に繋がっていきます。私は20年くらい前から“KFD”という方法で、家族のコミュニケーションの質を調べることを全国さまざまな県でしております。家族の繋がりの状態を調べるんです。“KFD”とはどんなものかということ、“Kinetic Family Drawings”というドイツで編み出された技法なんですけれども、家族のそれぞれが何かをしている様子を気軽に絵に描いてもらう、とても簡単なものなんです。これを見ていくと、家族が食べている絵がかなり多い。半分以上を占めていたんです。食卓に繋がる絵を描いているんですよ。だったら私は室田式で、「いつもの家族の食事の様子を描いて。」っていうメッセージを出すことにしたんです。そうしましたら、20年近く前の絵に出てきたのはどういうものだったと思いますか？食卓を描くでしょ。端っこに縮んだ1人を描いて、「おいしくない。」っていうような絵を描いているんです。漫画の吹き出しみたいなのを描いて、「・・・」って。この子は長い間、1人で食べていたんですね。こういうのを“孤食”と呼んだんです。「寂しいよ。」「つまらないよ。」「味気ないよ。」「いたたまれないよ。」っていう心が表されているんですね。これが20年近く前。それがここ数年変わってきていますよ。どういう風に違ってきているか？1人の食事を描いているんです。1人の食事が多くなっているのですが、テーブルの真ん中に大きく描いて、嬉しそうにニコニコしながら、テレビのあるところでご機嫌な様子で食べているんです。大きなテレビを描いて、その中でタレントが何かしているのを描いているんです。しょんぼりじゃないんです。分かりますか？「食事は1人がいいよねー。」「食事は1人でするもんだ。」「誰かと食べるのは疲れるわね。」となってきた。だから大きな体でニコニコ食べている。そして好きなものだけを食べている。こういう食卓の絵を描いてくる。子供達が変化してきたんです。調査の対象者は小学校の4～6年生にしています。なぜかということ、中学生になると理想的な絵を描いてくるんです。よくよく見るとポスターのような。それから、小学校3年生以下、幼稚園も含めてやってみると、まだぶきっちょです。心を表現するには、まだちょっと技術的に足りない。小学校4～6年生だとそのままを描いてきてくれる。家族の状態をよく掴むことができているので、その辺を対象にしています。

申し上げたいのは、“コショク化”が“孤食”から“個食”に変わったということなんです。「食事はみんなでするのが当たり前なのにどうして？」って思っていたのは孤独の“孤”だったわけで、それに個人の“個”が使われるようになったのは、いつでも、どこでも、どのようにでも、好きなように、好きな時間に、自分の都合で食べていいんですよっていう、自分の都合で食べる食事が一番ごきげんですっていう生活状態に変わっていることを意味しています。関わり合いはうるさい、ということになるんです。会話を楽しめないんですね。相手とのコミュニケーションに緊張する、そして疲れる。このような子供達が増えているということは、対人能力が低下しているということですね。コミュニケーション能力が低下している。人の気持ちが分からない、人に自分のことを伝えられない、分かるように伝えるようとする力が落ちた、ということになってきています。それとこの臨床的な活動とが重なってくる。なんでこんなにいじめられ、なんでこんな省かれちゃったような被害感を持つ子供達が増えてしまったのか。これはみんな一緒なんですね。

それから、いざ言うとなったら徹底的に言うでしょ。相手が死ぬまで攻撃し続けるという、相手の底意というものを読み取ることができないほどぶきっちょになってしまったんですね。犬の喧嘩だって、しっぽを下げたり耳を垂らしたり、“まいった”というしぐさが出ると、それ以上攻撃しないんですよ。人間の子供の対人能力が低くなっている場合には、相手が“まいった”と言っているのに、自分の怒りの感情を発散するだけで逆上してしまうということがあります。残酷な事件も時に起こってしまいます。相手からのメッセージを読み取る力というのはすごく大事なことだと思います。相手からのメッセージを読み取る力ってというのは、「言ってくれないから分からないじゃない。」ってことでは、あまりにも浅いということですね。言葉で言う前に目を伏せたとか、視線をそらせたとか、うなだれたとかですね、いろいろな下位チャンネルと言いますが、表情とか目の動き、しぐさ、体の動きとか、こんなものがメッセージになるんです。それをうまくキャッチしてそして返す。この力が育っていないと、対人関係は全部説明しなくちゃいけない。「面と向かうとうまく伝えられないから。」と目の前にいる相手にもメールを打っている人が最近多いですね。言葉で伝えられないから。こうなるとどんどん携帯依存になってしまう。やっぱり人は、言葉とまなざしとしぐさと表情で自分の感情や考えを伝え合うという、このことによって文化的行動が非常に質のいいものになると私は考えていますので、この力を磨く場所、それが食卓ですよ、ということを申し上げています。