

第9章 総括

以上、「インターネット依存」を理解し、またそれを回避する方策を模索するために、種々の観点からアプローチしてきたが、最後にそれらを踏まえた総括を試みることにしたい。

1 「インターネット依存」の指標

「インターネット依存」の指標については、すでに K.S.ヤングをはじめとする「インターネット依存」研究者による指標が公開されている。だが、現在、まだ定説と言いうる指標はない。それゆえ、「インターネット依存」を考察する際に、私たちは、指標に替えて、とりわけ子どもたちの実情に合わせた独自の枠組みを作成することにした。すなわち、アンケート分析で「インターネット依存」傾向と呼んでいるものを導くための枠組みである。種々の指標よりもゆるやかだが、時間・快適さ・コミュニケーション等の観点などを含んでおり、その限りで既存の指標と親和的である。具体的には、以下のとおりである。(末尾注記を参照のこと)

- (1) つなぐ時間が最初に思っていたより長くなることがある
- (2) 家族といっしょにいるよりインターネットにつないでいる方が楽しいと感じる
- (3) 友達といっしょにいるよりインターネットにつないでいる方が楽しいと感じる
- (4) 「インターネットにつなぐ時間が長すぎる」と注意されることがある
- (5) インターネットで何をしているか家族にきかれてもかくすことがある
- (6) インターネットにつなぐことで、ふだんの生活のいやなことを忘れる
- (7) インターネットにつなぐのをだれかにじゃまされるとひどく腹が立つことがある
- (8) インターネットからはなれると、とたんにおちこんだり不安になったりすることがある

これらに関するアンケート分析によって得られた結果については、アンケート分析の諸章(第4~6章の各結論部)に譲りたいが、この「インターネット依存」傾向調査の枠組みによって、「インターネット依存」傾向を回避するための多くの指針が得られた。とりわけ重要なのは、子どもたちの「インターネット依存」傾向と家庭の間に、明確な相関があるという結果である。「児童・生徒アンケート調査の分析」では「家庭・親子関係が非良好であるほど、「インターネット依存」傾向が高くなること、それゆえ、「家庭・親子関係が良好であれば、健全なインターネット利用が促されるのではないかと推測できる」ことが数字に基づいて導出されている。

2 「インターネット依存」の特性

上記の帰結は、以下の2つの意味を含んでいるように思われる。

(a) 第一に、「インターネット依存」が電子ネットワークに特有の問題ではないことである。むしろ、それは日常的な世界の問題である。「インターネット依存」が電子ネットワークと関わって問題にされることから、リアリティとバーチャルリアリティとの対比の中で、この問題を捉えたいという誘惑が生ずるかもしれない。だが、「インターネット依存」が、少なくともリアルな日常世界の問題と無関係に存立するわけではないことを認識しておく必要がある。

子どもたちのアンケート分析がそのことを示しているばかりか、文献などで紹介されている「インターネット依存」からの回復例がとりわけその傍証になる。医師やセラピストが「インターネット依存」症の患者に対して施す療法は、性犯罪セラピー、社会的スキルの向上、婚姻セラピー、家族セラピー、心理療法など、そのほとんどが日常の世界で生ずる諸問題に対して用いられる処方である（第7章を参照のこと）。日本でも、「インターネット依存」患者の治療において、通常の行為依存に対処するものとほぼ同じ方法で成果をあげている医師が存在する。

(b) さらに、以上のことは、「インターネット依存」に陥っている人たちが、電子ネットワークを日常世界の「代替」物として捉えていることを強く示唆している。しかも、この代替世界が、彼らにとって、居心地のよい安全地帯となっている点は重要である。「インターネット依存」からの回復が難しい理由はここにある。それが、日常世界に対する否定的な意味づけと深くつながっているからである。上記のセラピストや医師たちの手法は、時間をかけてこの「否定的な意味づけ」を解きほぐし、日常世界の意義を再認識させながら、患者を代替世界から日常世界へと回帰させる手法にほかならない。「インターネット依存」傾向を強く示す子どもたちに対しても、同様の処方が求められよう。彼らにとって、真の安全地帯は家庭以外にありえないはずだからである。

3 家庭の課題

だが、別の視点から家庭を眺めると、現状の家庭の課題が見えてくる。アンケート分析をとおして、多くの家庭が子どもたちの変化を捉えていない状況が浮かび上がってくるからである。

当初の予想では、子どもとの接触時間などの理由から、教師は子どもたちの「インターネット依存」の状況を把握しにくいのではないかと、それに対して保護者は発見する可能性が高いはずだ、とする意見が多かった。だが、結果は必ずしもそうではなく、子どもたちの「インターネット利用によるマイナス変化」については、むしろ教師のほうが保護者よ

りも敏感であった（第6章を参照のこと）。このことは何を意味しているのだろうか。

アンケート調査に含まれる自由記述欄を見ると、子どもたちのインターネット利用に関して保護者が注目しているのが、主に健康上の問題や金銭の問題であることがわかる。逆に見れば、そうした契機がなければ、変化に気づきにくいとも言える。次のような保護者による記述がある。「夜にインターネットを使い睡眠時間が減り朝の起床がおそくなり学校に行きづらい生活環境になった。」「携帯電話でのメール等の利用回数が多すぎて請求額が多くなる。これは親負担なので自分のふところを痛めることがなく今月の請求額が多すぎると注意してもピンとこないのが現状です。」

携帯電話の使用料やダイヤルアップの費用を保護者が負担していることから、その極端な増加によって子どもの変化に気づく保護者は多いように予想される。だが、こうした発見の機会はやがて失われることになる。なぜなら、すでに日本ではブロードバンド化およびそれに伴う定額料金制が急速に浸透しつつあるが、それが一般化することにより、子どもの変化を見逃す危険性が大きくなるに違いないからである。実際、次のような保護者の意見がある。「上の子（中2女子）の方が利用することが多くメールやチャットなどで時間がかかり過ぎて注意する事が多い。色々な情報をすぐ得られる利点もあるが料金がかかり過ぎて困ってADSLに変えたところです。」

子どもたちの行動に明白な兆候が生じない限り、保護者はそれとして気づかない様子が予想される。その理由はどこにあるのだろうか。

インターネットに対する保護者の問題意識が低いわけではない。むしろ彼らの不安意識は強い。だが、彼らの不安は「わからない」ということと深い関係があるように思われる。日本の場合、インターネットの世界に身近なのは、保護者よりも子どもたちである。子どもたちは、電子ネットワークに関する知識の点で、保護者をはるかに凌いでいる。パソコンは買い与えても、子どもたちがそれを用いて何をしているのかを理解している保護者は少ない。このことは、例えば、フィルタリングの家庭への普及率を見ても言える。この点は先進諸外国と大きく異なるところである。子どもたちの携帯電話の使用に対する保護者の態度も、例外ではない。

だが、彼らの「わからない」という意識は、単にインターネット等に関する知識の不在を意味するばかりではない。周知のテーマになるが、個室の問題とも深くかかわっているように思われる。個室は保護者の監視を逃れる場所であり、そこからインターネットを通して外部と自由に交流しても、保護者には「わからない」。この個室という形態が、インターネットの問題ではなく、家庭あるいは家族形態の問題であり、まさしく現代文化の問題である点に注意する必要がある。携帯電話も、個室の中の子どもたちの状況を心理的に再現するツールだと見なしうる。個室は個人の世界を空間的に閉ざす装置だが、携帯電話も目に見えない壁によって個人の世界を外部から閉ざす働きをするからである。

むしろ、「インターネット依存」の原因が、個室や携帯電話そのものにあるわけではない。

多くの子どもたちにとって、それらは「インターネット依存」につながらない。それを食い止めているのが、先に言及した「良好な」「家庭・親子関係」である。私たちは、良好な家庭とはどのようなものをたえず問い続ける必要がある。

4 学校と子どもたち

「インターネット依存」が、家庭それゆえ現代文化の問題と深く関わっていると述べたが、同じことは子どもたちの学校生活についても当てはまる。

アンケート調査には、「学校に行きたくないと思ったことはありますか」という質問が含まれている。これに対して、「ない」と答えた小学生は 28.4%、中学生は 32.9%、高校生は 15.7%にすぎない。「行きたくない」理由を求める自由記述欄に、子どもたちは、かつてはそれほど多く認められなかった理由を記している。

小学生の場合、トラブルやいじめなど友人との関係の悪化や授業や教師に対する嫌悪、勉強が楽しくないなど、十分理解しうる理由も示されてはいる。しかし、最も多いのは「眠い」という理由である。このことは、すでに多くの小学生の生活時間が夜型になっていることを示唆しているように思われる。この発言の背景には、塾通いなどが考えられるが、「眠い」(=子どもたちの生活時間に合わない)という生活スタイルにかかわる用語が理由として登場していることは看過すべきでないように思われる。

中学生や高校生の場合にも、やはり「眠い」という理由が多く登場する。しかも、それに加えてさらに際立っているのは、「めんどくさい」「だるい」「疲れる」といった、「眠い」と同様、身体に関わる理由である。

こうした状況を見る限り、「インターネット依存」傾向のある子どもたちが、現状の学校を媒介にして日常生活に回帰するのは難しいとの印象が拭えない。そうなるためには、「日常の児童・生徒とのコミュニケーションをより密接に行う必要があると考えられる」(第 6 章)とする、アンケート分析から導出された提言を真摯に受け止める必要があるだろう。

だが、それとともに注目すべき点は、学校での情報モラル教育が「インターネット依存」傾向の低下と相関があるとするアンケート分析の結果である(第 4 章)。この結果は、家庭と同様、学校においても、教師との「良好な関係」が築かれれば、「インターネット依存」傾向の防止に効果的であることを示唆しているからである。この点でも、家庭の場合と同じく、学校における「良好な関係」を構築する努力が求められる理由がある。ただし、とりわけ子どもたちの生活時間の実態を重視するなら、そうした構築の努力が容易いことではないのは間違いない。

5 時間という視点

上述した子どもたちの生活時間という視点から見ると、先にあげた「インターネット依存」傾向の枠組みのうち、最も重要なのは時間であるように思われる。確かに、インターネットの接続時間が依存傾向に直結しない事例は少なくない（第2章の小学生のケースを参照のこと）。インターネットに接続する時間が同じでも、ある人は「インターネット依存」の状況にあり、別の人はそうではない場合がある。当該の人がインターネットに接続している時間をどのように意味づけるかに応じて、「インターネット依存」か否かが分かれてくるからである。

だが、インターネットに没頭する時間は、同時に日常世界における他者との諸関係、たとえば家族との談話や友人たちとの会話などに与えられる時間が奪われることでもあり、また、家庭といった日常世界の間人間関係よりも電子ネットワークにおける人間関係を優先するという生活スタイルを意味するものでもあるとすれば、やはり時間の観点はきわめて重視すべきものであるように思われる。それゆえ、時間という視点は、場合によっては、家族の役割の低下といった現代特有の問題とも深く接続している可能性がある。既存の「インターネット依存」指標がすべて時間の指標を重視にしているのも理由のないことではない。

このことは、よく生きるとはどういうことか、という問題に収斂するテーマでもあるに違いない。古代ギリシアから続いているこの問いは、現在でも重要な課題として生きているように思われる。アンケート分析において導出された、家族の役割が重要だとする指摘は、この問いとけっして無縁ではない。家庭における「良好な関係」さらには学校における「良好な関係」は、現代社会における「よい生きかた」に具体的に關わる問題にほかならないからである。

6 注目されなかった理由

最後に、「インターネット依存」に関して若干の補足をして、総括を締めくくりたい。

これまでさまざまな用語で、電子情報化に關わる依存状況が語られてきた。中でも、80年代の半ばに、グレイグ・プロートが提唱した「テクノ依存」は有名である。彼の定義によれば、テクノ依存は、「コンピュータ以外のことや人間社会への興味を失い、仕事の目的でないのにコンピュータに向かうことを止められなくなって、異常に長い時間を費やし、だんだん周囲の人を見下して、コンピュータの中で空想的な自己万能感を抱いて他者との協調性がなくなる」というものである。

「インターネット依存」と呼ばれる現象も、この定義が示す状況に近いと思われるかもしれない。だが、以上見てきたように、「インターネット依存」はテクノ依存とは重ならない。テクノ過剰適応であるテクノ依存は、例えば、コンピュータ操作に習熟している男性の比率がきわめて高いこと、対人関係を嫌悪し、二値論理的な結論を好む傾向にあること、

といった特定の間像に結びつく症状を示すが、「インターネット依存」の場合は必ずしもそうではないからである。文献調査（第7章）からも明らかなように、性別や年齢構成等に関して、「インターネット依存」は、テクノ依存よりも広い範囲に及び、また依存者の数についても前者は後者をはるかに凌いでいる。テクノ依存が、ある意味で特殊な状況下での特殊な症例であったのとは異なり、「インターネット依存」はその種の特異性に拘束されてはいない。

そうした一般的な性格をもつにもかかわらず、「インターネット依存」が、日本では、なぜこれまでそれほど注目されてこなかったのか。最近の統計では、日本のインターネット利用者数は、6,942万人であり、人口普及率においては、54.5%、アメリカに次いで世界第2位となる数である（総務省平成14年「通信利用動向調査」）。こうした状況下であって、「インターネット依存」が日本人の「病理」として語られることが少ないのはなぜなのか。理由がいくつか考えられる。

まず、上記の数字が、現在進行中の種々の支援策等によって達成された数字である点を見落としてはならない。この一年間で、日本のインターネット利用者は1,349万人増えている。つまり、日本は、今現在、これまでにない猛烈なスピードで電子情報化に突き進んでいる最中であり、アメリカなどの先進的状況にこれから入っていく段階にある。その意味で、「インターネット依存」の問題は、日本にとって、まさしく「これから」の問題なのである。

さらに、単純だが、重要な別の理由がある。「インターネット依存」に関わる症状を分類するための言葉がこれまで確立されていなかったことである。例えば、「インターネット依存」の症例が、登校拒否（通勤拒否）、不眠症、コミュニケーション不全などといった、既存の用語で分類されれば、少なくとも「インターネット依存」がそれとして顕在化することはない。これは、かつての「いじめ」が問題にされた際の状況とよく似ている。いじめが社会現象として取り上げられた後、その定義が下され、分類項目として確立されて以降、統計上の「いじめ」件数が飛躍的に上昇した。これとほぼ同じ現象が「インターネット依存」についても認められるように思われる。

今後、「インターネット依存」に関する調査・研究がさらに必要とされる所以である。

注記

当初、「インターネット依存」に関する独自の定義を試みようとしたが、断念した。日本の現状と現時点での子どもたちの実情を考慮すれば、まだ時期尚早との判断をせざるをえなかったからである。「インターネット依存」傾向という視点とそのための枠組みを採用したのは、そのためである。