高校生と考える

「もやもや」が言葉になるとき

SNSでは、スタンプや絵文字でやりとりをするのが当たり前の昨今。非言語のコミュニケーションが増えた若者世代に対して、世間では言語化力の低下を指摘する声もあります。しかし、はたして今の高校生は、言葉にする力や、言葉への意識が低いのでしょうか。

高校生は普段、どのように言葉と向き合っているのか。言葉になる前のもやもやとした想念から、言葉を外に放つまで、どんな意識を向けているのか。高校生の率直な考えを聞いてみたいと考えて、小誌は、北海道上川郡東川町で「私と言葉」を考える座談会を実施しました。

参加してくれたのは、地域の高校生5名です。ただし、自分の内側の声に耳を傾け、考えを語るのは難しいもの。そこで地域の大人の方たちにもご参加いただきました。大人も交えてワークや対話を行いながら、何かを考え、理解し、言葉として表出させるまでの過程に意識を向けてみることに。思いが言葉に結実するとき、自分の中で何が起きているのか。高校生が思考を深めていく様子をレポートします。

ご参加くださった方（左から順に）

■大人の皆さん：桐原まどかさん、塚越さちさん、鳥羽山 聡さん、安井早紀さん、畠田大詩さん

■高校生：藤谷 遥さん、水澤なつ保さん、北畑奏音さん、鈴田龍哉さん、大上光純さん

取材・文／塚田智恵美　撮影／竹内弘真

＼ 座談会の前に… ／

1 自分の内面を言語化するワークショップ

同じ「夏」という言葉からそれぞれに異なる光景が見える

「言葉にすること」を考える前に、まずは参加者全員で簡単なワークを行った。熊平美香さんが考案したフレームワーク「認知の4点セット」を使って、誰にとっても身近な季節やものを、私たち一人ひとりがどのように見ているのか、言語化してみる内容だ。

私たちは無意識のうちに、ある対象やトピックについての認知（対象を知覚し、それが何なのか判断すること）を行っている。このことを意識的に知るために、ワークではあるテーマに対する自分の「意見」、意見に紐づく「経験」、そのときの「感情」、そこから見える「価値観」の順で、言葉にして書き出してみる。

夏真っ盛りの時期に座談会が行われたこともあって、最初にとりあげたテーマは「夏」。まずは、「夏」という言葉について、自分がどんな意見をもっているかを考える。好きか、嫌いか。夏が好きな人には、たいてい夏についてのポジティブな経験があって、楽しい・ワクワクした、といった感情が紐づいている。このようにして、自分の「夏」という言葉に対する捉え方を俯瞰して見てみると、自分が日頃から大切にしている価値観が、なんとなく浮かび上がってくる。

実際にやってみると、夏という言葉一つとっても、異なる経験からそれぞれの価値観を築いていることがよくわかった。夏という言葉か

らポジティブな経験や感情を連想した人は「友達と一緒に過ごす時間が何より大切だ」という価値観をもっていたり、ネガティブな経験や感情を連想した人は「せっかくの自由な時間に、膨大な量の宿題をするのはもったいないことだ」などという価値観を抱いていたりする。

書いたものを発表し合って驚いたのは、それぞれのルーツや住んでいる地域によって、「夏」という言葉でイメージする光景がまったく異なったことだ。京都に住んだことのある人が、盆地ならではの厳しい暑さにさらされた経験を語った一方で、北海道在住の人たちは「夏とは、短くて、すぐに通りすぎてしまうもの」と言う。その地域に昔から根付くお祭りの光景や、身体で感じた熱が呼び起こされる、という人もいる。それぞれの経験によって「夏」という言葉がはらむ情景が、鮮やかに変わる。

言葉の裏にあるストーリーを解き明かしていく作業

「夏」のほか「ノート」というテーマでも同じワークをやってみた。自分の経験や感情は言葉

メタ認知のメソッド　認知の4点セットとは?

昭和女子大学キャリアカレッジ 学院長 熊平美香さんに伺いました

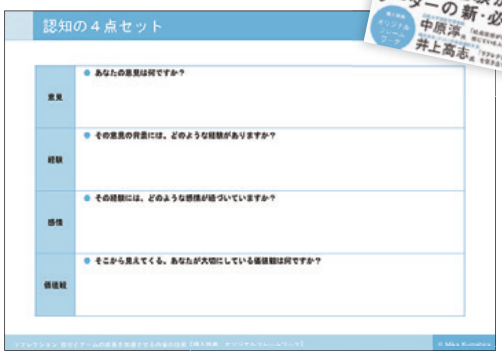
何かを知る、経験を振り返る、理解する、学ぶなどの過程で、自分がどのように認知を行っているのか、可視化するためのメソッドです。自分がもつ「意見」を確認し、その意見の背景にある「経験」「感情」「価値観」を切り分けて把握することで、自分の内面を深掘りし、多面的に振り返ることができるようになります。

意見	あなたの意見
経験	その意見に関連する過去の経験（知っていることも含む）
感情	その経験に紐づく感情
価値観	そこから見えてくる、あなたが大切にしている価値観

【理解を深めるための1冊】

『リフレクション（REFLECTION）
自分とチームの成長を加速させる内省の技術』
熊平美香／ディスカヴァー・トゥエンティワン

リフレクションの目的は、あらゆる経験から学び、未来に活かすこと。本書では著者が独自で開発したフレームワーク「認知の4点セット」を基に、リフレクションを自分とチームに活かす方法が紹介されている。



△購入特典オリジナルフレームワークより

※24ページ～著者の熊平美香さんが登場される対談誌面もあわせてご覧ください。

にできても、価値観を言語化するのが難しかった様子の高校生たち。

「夏は夏だし、ノートはノート。どちらも生活に溶け込んでいて、当たり前になりすぎている言葉だから、改めて自分が考えていることを言語化するのは難しかった。こうして書いてみると、その言葉の背景がみんな違って面白い」と語る高校生。書いたものをみんなで共有してみると、似たような経験でも意味づけが異なるなど、他者と自分の認知の違いが明らかになる。「まるで、言葉一つひとつの意味を解き明かしていくみたいだ」と話した高校生もいた。

認知の4点セットで「ノート」について思い浮かぶ経験を振り返ってみると…

「身近なもので、特に強い不満を抱いたこともないから、ノートについて改めて考えるのは難しい」と語る高校生。
しかし、書き始めるといろいろな経験が出てくる。
日頃から、気になる言葉を書き留めている高校生も多かった。

ノートに書いたときの「自分の字が汚くて悲しい」経験が思い浮かんだ、鈴田さん。こうした経験が影響しているからか、あまり積極的にノートを使わないし、何を書けばいいのかわからないのだという。

意見	ノートは、あまり好きではない。
経験	字が汚くて、自分が書いたものが読めないことがあった。
感情	自分の字が汚いことを突きつけられているみたいで、悲しい。
価値観	自分の苦手があらわになるようなことはしたくない、できれば避けたい。

ノートに書き出すことを「自分の時間を有意義に使えた気がして、嬉しい」と表現した北畑さん。知らない言葉を見つけると、意味を調べてノートに書くのが習慣だと話し、びっしり文字が書かれたノートを見せてくれた。

意見	ノートという存在が好き。自分が書くのも、人のノートを読むのも。
経験	汚くてもいいから興味のあることをバーっとノートに書いて、裏面を見ると自分の書いた文字が透けて見える。
感情	自分の時間を有意義に使えたような気がして、嬉しい。
価値観	自分の手でまとめることによって、新しい気づきや発見を得られる。

＼「私と言葉」を考える座談会 ／

2 「もやもや」を形成している思いとは。高校生の声を聞く

voice 1 SNSでの誹謗中傷や炎上を見ると言葉にすることが少し怖くなる

ワークでは、言葉の裏で、それぞれのものの見方が形成されていることについて目を向けることができた。ここからは日常で「言葉にすること」をどう捉えているか、リアルな声を聞いてみることに。

まず高校生たちからあがったのが、SNSでの誹謗中傷について。「コメント欄を見ていると、どんな発言も、捉え方次第ではネガティブに受け取られてしまうと感じる。そのことを考えると、自分の内側で生じた気持ちを言葉にすること自体をためらってしまうときがある。気持ちを言語化することよりも、言葉に〝しすぎる〟ことに、むしろ気をつけているくらい」と一人の高校生が語ると、他の高校生も「傷つけるような言葉を言わないように、と敏感になると、深く考えすぎて言葉が出てこなくなる」と共感。

ある高校生はこう語る。「世代によってダメな言葉が違うのが難しい。親は私が使うギャル語のような言葉を聞いて『日本語が崩れている』と指摘してくるが、親がよく言う『女の子らしく』という言葉は、今の時代ではもうダメだと思う。世代によって、いい言葉、ダメな言葉が違うので、この言葉はいいんだっけ、といちいち考えてしまう」。毎日のように誰かが炎上する時代で、言葉選びに慎重にならざるをえない事情も見えてきた。

voice 2 気持ちが削がれてしまう気がして「今だけは言葉にしたくない」もある

SNSなどを通じて自分の考えをシェアするのが当たり前な昨今だが、座談会では「あえて『言葉にしたくない』瞬間もある」という意見が高校生から出る。「本当にすごいものを見たとき『すごい』としか表現できないことがある。推しのアイドルについて、どれだけうまい表現や素晴らしい語彙で表現された文章を見ても『そうじゃないんだよなあ』としっくりこない」と話す高校生。また「すごく感動しているときは、今、自分の気持ちを言葉にすると、気持ちが削がれてしまう、と思う瞬間がある。言葉を介さないで伝わってほしいと思ってしまう」といった声も。これに対して大人からも「気持ちをわかち合うのは難しい。特別な気持ちは、自分の中でとどめておきたい、と思うのも理解できる」と共感を得ていた。

voice 3 もやもやするのは、言葉にしたいから。思春期だから、となだめないで

そもそも「言葉にできなくてもやもやする」と感じる瞬間は、日常にどれくらいあるのだろう。聞いてみると「それはたくさんある」と答える参加者たち。ある高校生は「言葉にできなくて、でも、なんとか言葉にしたいと思ってもやもやしているのに、それを親に話すと『思春期だからしょうがない』と言われてしまう」と発言。思春期だから、と片付けてしまうと、余計にもやもやするよね、とみんなでうなずき合う。

ある高校生は「大事な意思や感情こそ、言葉にして伝えたほうがいいと思うんだけど、それが言葉にならない」と語る。「『ラーメン食べに行きたいね』くらいの身近な気持ちなら言葉にして伝えられるけれど、友達と花火をし

ていて『ずっとこの時間が続いたらいいのになあ』と漠然と思っても、それをうまく外に出して、伝える言葉がない」と言う。

すると、大人の中から「自分の気持ちにぴったり合う言葉なんて、ないのではないか」と意見があがる。「だいたいが『言いすぎる』か『足りない』もので『ぴったり』合うのは難しいよね」。ほかの大人からも「自分の考えを書くというシチュエーションだと言葉にできるけど、みんなの前で話すとなると、なかなか言葉にならないときがある。言葉にするときの状況によっても、もやもやする度合いは変わるのかもしれない」と別の観点から指摘がある。こうした対話を通じて、「大人でも、言葉にならなくてもやもやすることがあるんだ」「ぴったり合う言葉が見つからないのは、私だけではない」と感じた高校生もいたようだ。

voice 4 小説の中に出てきた表現で、初めて「普通」という言葉の意味を知る

では、言葉にならない曖昧な気持ちが具体的な言葉につながる瞬間は、どういうときに訪れるのだろう？ ある高校生は、「感情の言語化が苦手。だから、とりあえず思ったことやイラッとしたことを、SNSの自分にしか見えないメモに送っておく」と話した。「あとでそのメモを見ていると、『今日こういうことをされて嫌だと感じた』と気持ちが整理できて、自然と言葉になる」と言う。

学校で弁論部に所属している高校生は「自分が書いた文章を、他の人に読んでもらうとき」と語り、「他の人から別の表現のほうがいいと指摘してもらって、初めて自分が言いたいことがうまく言葉になる瞬間がある。その言葉を知っていても、自分の言いたいことと結びつかない、気づけないケースが多い」と話した。

「本を読んでいて、ある言葉の意味が真に腑に落ちると、自分でも使えるようになる」と語った高校生もいる。「例えば『普通』という言葉の意味はわかるけど、何が『普通』にあたるのか、私には理解ができなかった。それが、小説の中で『いっぱいあるから普通なんだよ』という表現がでてきて、初めて『普通』という言葉の意味が理解できたような気がした」

voice 5

気持ちに合う言葉を探して 新しい言葉を作ってもいいな

言葉を学び、言葉の意味が納得できると、自分でも使えるようになる。「教科書を読んでいたら、何とも言葉にできない不完全燃焼感を『やるせない』と表現していて、ああ、自分のもっていた感情は『やるせない』だったんだ、とつながった経験があった」と語る高校生も。

これに大人からは「そもそもオリジナルの言葉なんてものは存在しない。いろんな人たちの言葉を浴びながら、自分の中に残った言葉を駆使して、思いを表現している」と同調の声があがる。「食べ物と排泄物の関係のように、『入れる・出す』の循環の中で自分らしい言葉が生成されていくのではないか」との指摘に、聞き入る高校生。また別の大人からは「言葉を知って、初めて捉えられるものがある」という声があがった。「俳句の『山笑う』という季語を知ってから、春の山の、草木が一斉に若芽を吹く景色に気がつき『これが山笑う、か!』と捉えられた。言葉を知らないと捉えられない感情や景色もあるのかもしれない」

言葉はつくることができる

一方で、特別で思い入れの深い相手への気持ちほど、既存の言葉とつなげると違和感が生じるという意見も出る。そんななか「あまりに大切で、近い存在の人のことは言葉では表せない。ちょうどいい言葉がないから、新しい言葉を作ろうかな」という声が。この世にまだない、新しい言葉を作ることもできるという観点がもち込まれる。

確かに高校生たちの間には「新語」が飛び交っている。「友達同士でしか使わない『新語』が生まれたとき、この言葉でしか表現できない感情を、他の人にどう伝えればいいのだろう、と悩むことがある。高校生の言葉で『笑える』の最上級の表現として『大草原』があるが、大草原でも言い表せないくらい笑えることを、友達と『モーリーファンタジー』と名付けた。私たちの間ではすごく使いやすい言葉だけど、他の人には伝わらないので、もどかしい」という声も。

voice 6

言葉にすることは、大切だ。でも、言葉がなくても気持ちは伝わる

言葉は変化するもの。気持ちや感覚にしっくりくる新語・造語が生まれたり、言葉の誤用がそのまま定着したりする例は多い。高校生の話を聞いて、小さな子どもを持つ大人から「子どもが言い間違いをすることがある。つい正しい言葉を教えてしまうけど、本人の中で『自分には、この響きのほうがしっくりくるんだ』という感覚があるなら、いちいち正さなくてもいいのかな」といった問いもあがる。

言葉にすることのためらいから始まって、言葉にしたいけれど言葉にならない気持ち、その「もやもや」が言葉につながる瞬間へと思考を深めてきたが、最後に高校生から出たのは「本来は、言葉がなくても伝えることはできる」という意見だった。「つい先日タイに行って、さまざまな国籍の人とボランティア活動をした。言葉が通じないもどかしさを感じたが、一方で、小さい子どもたちのほうが、意思疎通は上手だと気づいた。指差しやジェスチャーだけで気持ちは伝えられる。言葉は、自分の思うことや必要なことを伝えるために大事なものだが、同時に、言葉がなくても気持ちは伝わるものだ」。言葉にしなければ相手に伝わらない、ということもない。それでも、言葉にしたいものとは。各々が思いを巡らせながら会を終えた。

＼ 座談会を終えて ／

「言葉にしたい」と「言葉にならない」「伝えたい」と「伝わらない」の間で

座談会の中でも自分の知らない言葉が飛び交っていて、面白かった。自分の内面を語るのにも、もっと語彙力が必要だなと感じました。

なかなか同級生とこういう話をする機会はないです。「正しいかどうか」だけではない言葉の話を聞けて、自分の中でも気づきがありました。

大人の方たちの話には、さまざまな言葉に触れてきた重みがありました。そんな方たちでも「言葉にできない」と感じることがあるんだなって。

年齢は関係なく、大人も高校生も「わからない」「うまく伝えられない」と言い合い、発見を自由に伝えられる場だったのが楽しかったです。

何気ない言葉の一つひとつについて、ここまで深く考えたことはありませんでした。今日、新しい世界の扉が開いたような感覚でいます。

感想を聞くと、口を揃えて「こんなふうに自由に、思うことを語り合う場はなかなかないので、楽しかった!」と語る高校生たち。なかでも、言葉にできなくてもやもやする気持ちに、大人が共感してくれたことが嬉しかったようだ。

大人との対話を通じて「間違った言葉を使うことを恐れすぎなくてもいいのではと思った。その人の表現したい気持ちに即していれば、間違いということはない」「自分の気持ちにぴったり合う言葉なんてない。『言いすぎる』か『足りない』もの、という大人の方の発言が印象に残っている。大人になってもそうなんだ、と思った」と感じた高校生の声からは、日頃から「正しい言葉を使わなければいけない」「気持ちを100パーセント、言葉にして伝えなくてはいけない(伝えられるものだと思っている)」といったプレッシャーがあるのでは、ともうかがえる。

本を読んでいてわからない言葉を調べたり、自分の気持ちをノートやSNSに書き留めたりしている高校生も多くいた。日々、言葉にならない気持ちと向き合う高校生の、自分の思いをもっと言葉にしたいという気持ちが見えた。

今回ご協力くださったのは…

公設塾「学び舎ひがしかわ」

町内在住の高校生および東川高校に通学する生徒を対象に、学校以外でも学習機会を得られるようにと開設された、北海道上川郡東川町の公設塾。地域の大人や現役大学生が講師となり、主要5教科の学習指導を行うほか、生徒たちの個性を活かした自主的な学びや進路実現のサポートを行っている。旧東川小学校を改修した複合交流施設・せんとぴゅあIの教室を利用しており、同階には東川町立東川日本語学校も。

〒071-1426 北海道上川郡東川町北町1丁目1番1号
東川町複合交流施設せんとぴゅあI内