

## 学生相談室だよりNo. 21

東京富士大学・大学院／東京富士大学短期大学部

学生相談室カウンセラー 松田美登子

「学生相談室だより」では、現代の若者に多い問題や悩みをテーマとして取り上げ、わかりやすくお伝えしています。ぜひ、自分の問題解決やこころの発達に役立ててください。

### スチューデント・アパシー(学生無気力症候群)と職業選択

#### スチューデント・アパシー(学生無気力症候群)とは？

アパシー(Apathy)の語源はギリシャ語にあり、一般的には「感情や興味の欠如」と定義されます。スチューデント・アパシーとは大学生でありながら、専門分野の講義やゼミに関心を失って欠席・学業怠慢になるなど、学業等への意欲のなさ、無気力な状態を特徴とする学生特有の障害です(下山, 1997)。学業への意欲や関心が乏しくなってしまうため、大学を続けることが困難となります。必然的に留年や退学の問題に発展します。一見すると、うつ病に似ていますが、学業以外のこと、例えば、サークルや趣味の活動、アルバイトなどには比較的熱心で引きこもりは見られません。これが、うつ病や統合失調症にみられる無気力とは異なる点です。この障害のもっとも難しい点は、本人の悩み感が少なく、本人よりも両親やゼミ教官が卒業について悩まされる障害と言えます。自覚が少ないため、自発的に医療やカウンセリングにかかるケースが少ないのも特徴です。

#### 職業選択への影響

スチューデント・アパシーの原因として、笠原(2002)は、「(本気をだせば)もっと良い結果を出せるはず」という潜在的可能性を残したい、「社会的に低く評価されたくない」という自我防衛機制が深く関与しているとしています。本気で現実に向き合おうとしない防衛的で回避的な行動傾向は、進級できても将来の進路・職業選択にも影響を及ぼす場合があります。このように、スチューデント・アパシーの問題は大学の留年や退学の問題を引き起こすだけでなく、将来の職業選択においても大きな問題を残します。

#### 予防と回復のポイント

スチューデント・アパシーの予防としては、「社会的・対人的な居場所の発見」が重要とされています。自分の居場所を見つけて、『自分のやりたい事・今、やるべきこと・将来への段階的な目標』を明確に意識し、選択可能な進路・職業・資格取得などの中から、自分がやってみたいと思える選択肢を特定していくことが、回復のポイントになります。

#### 早めに、学生相談室に来て下さい！

スチューデント・アパシーは、「気がついたら、留年確実！」となってしまうケースがほとんどです。「何となく大学に足が向かない」、「大学に行っても授業に出席する気になれない」、「今更、授業に出ても単位が取れそうにない」などで欠席が続きそうな場合は、早めに学生相談室に相談に来て下さい。いっしょに考えて行きましょう！

引用文献：下山晴彦(1997)「臨床心理学研究の理論と実際：スチューデント・アパシー研究を例として」.東京大学出版会

