

青年期の心の発達と自立の課題

高知県立大方商業・大方高等学校 教諭 坂本 公男

1 はじめに

社会の中で自分にふさわしい生き方を真摯に模索することが、本来高校生に求められる「自立」的な姿だと考えられる。しかし現在の学校で実際に目にする高校生たちの中には、非現実的な世界への内閉化の傾向や、教師に対する幼児的な依存の傾向が強まっており、自立的な姿からは遠ざかった状況にあると言えよう。一方、学校での友人との関係は、本音を打ち明けることなく、相手を傷つけないように気を遣いあう表面的・同調的な関係が、大きな傾向として広がっていると思われる。このように友人関係が表面的な関係に留まっている現状が、高校生たちの自立心が育たないことと深く関連しているのではないかということが基本的な問題意識である。

あらためて青年心理学や先行研究に拠りながら、「自立」の意味を定義すると、親からの心理的な離乳とアイデンティティの確立という2つの発達課題を達成することで一人前の大人として社会参加することである、と定義されている。親からの心理的離乳に関しては、青年期を通して、親に対する「依存と独立の葛藤」を体験しながら段階的に達成していくものであるが、現在は、居心地の良い良好な親子関係が青年の親からの独立心をスポイルしていることが、多くの研究者から問題点として指摘されている。また、アイデンティティの確立は、青年期の最重要課題であると同時に、本来アイデンティティ危機を伴う難事業であるが、現代社会の価値観の多様化の中で、青年にとってアイデンティティの確立は一層困難さを増していると言われている。

一方、友人関係は本来青年期の発達課題の達成を支援する機能を果たすものと考えられており、実際に多くの高校生は友人関係に大きな価値を置いている。しかしながら現実には、お互いが傷つくことを回避して表面的で同調的な関係に留まっていることが大きな傾向となっている。このように、現代社会においては、親からの心理的離乳とアイデンティティの確立という「自立」に向けての発達課題を達成することは、高校生にとってそれ自体が困難な状況となっているにもかかわらず、自立を支援・促進する働きをする友人関係がその機能を十分に発揮していないことが、課題達成をますます困難にしていると考えられる。したがって、高校生たちの自立心が高まるためには、彼らが建設的な友人関係を形成することが重要であり、そのための教師の援助的な関わりが求められていると考えられる。

2 研究目的

本研究では上で述べた問題意識を踏まえて、次の3点を研究目的とした。

- (1) 現代高校生の友人関係と自立に向けての課題との関連性を明らかにする。
- (2) 親密な友人関係を回避する高校生の心理特性について明らかにする。
- (3) 建設的な友人関係の形成を促す教師の援助的な関わりについて考察する。

3 研究内容

第1章 高校生の友人関係のとり方と自立の達成度との関連について

(1) 目的

第1章では、高校生の友人関係のとり方と自立の達成度との関連を実証的に明らかにすることを目的に、高校生を調査対象にして、調査研究を行った。

(2) 方法

調査対象は高知県立A高等学校の1年生から3年生までの生徒、合計124名(男63名 女61名)

で、2005年11月18日に質問紙による調査を実施した。質問紙は、高校生の友人関係を基軸とする学校生活の満足度を測る尺度、青年期の自我発達を測る尺度、親からの心理的な自立度を測る尺度の3つで構成した。まず、調査対象を友人との親密で安定的な関係を形成している「学校生活満足群」と友人との関係が弱く不安定な「学校生活不満足群」の二つのグループに分けたうえで、アイデンティティの確立をはじめとする青年期の自我発達上の危機状態、および、親からの心理的離乳という、自立に向けての発達上の課題の達成度について、両グループの比較を行った。

(3) 結果と考察

友人関係と青年期の自我発達との関連

満足群と不満足群の青年期自我発達上の危機状態を比較して、有意差の見られた下位尺度を図1に示した。青年期の自我発達上の危機状態を測るいずれの尺度においても、学校生活不満足群の生徒は学校生活満足群に比べて、自分の理想像の混乱、存在感の萎縮、不安や恐怖に追い詰められた感覚、自分の中への閉じこもり、心身の疲労感などの、危機状態が強いことが確認された。このような結果は、満足群のとる親密で安定した友人関係は、不満足群の弱く不安定な友人関係に比べて、青年期の自我発達に伴う不安、葛藤や不適応状態などの危機状態に対して、精神的健康を支える働きをしていることを示していると考えられる。

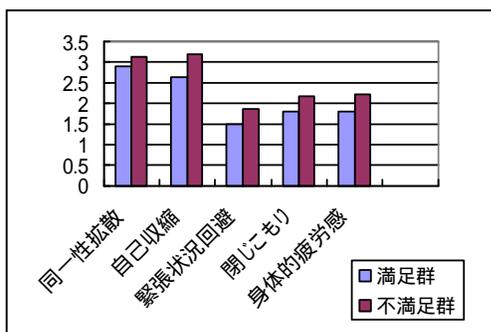


図1 満足群と不満足群の青年期自我発達上の危機状態の比較

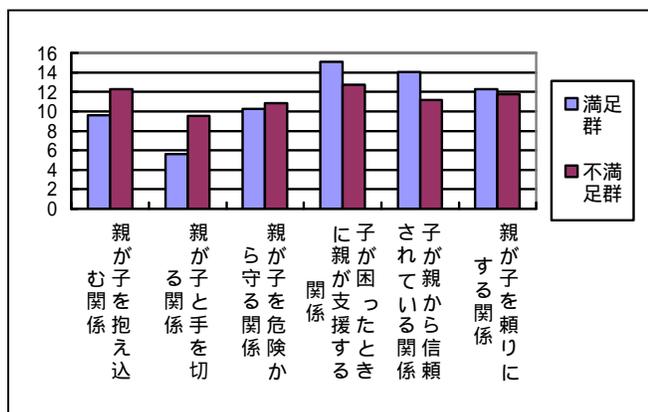


図2 満足群と不満足群の親からの心理的離乳の段階の比較

友人関係と親からの心理的自立との関連

満足群と不満足群の親からの心理的離乳の段階の比較を図2に示した。この結果、満足群の方が心理的離乳が進んでいることが示され、親からの分離意識や自立性の獲得はアタッチメントを親から友人に移し変えるプロセスを通して成し遂げられるという先行研究の指摘を裏付ける結果となった。満足群の生徒は友人と安定してつながる中で親からの独立に大きく踏み出し、不満足群の生徒は安定してつながる友人を確定できない状態で、密着した親子関係に踏みとどまっているのではないかと推察される。

以上のことから、満足群が不満足群に比べて自立に向けての課題の達成度が高いことが明らかになった。このような結果は、アイデンティティの確立および親からの心理的離乳という自立に向けての発達課題に取り組む上で、友人関係は大きな役割を果たしており、満足群がとる親密で安定した友人との関係は、自立に向けての課題達成に対して支援的・促進的な働きをしていることを示していると考えられる。

第2章 現代高校生に特有な友人関係のとり方に関連する心理特性について

(1) 目的

現代高校生に特有な友人関係、とりわけ親密な友人関係を回避することに関連する心理特性を実証

的に明らかにすることを目的に、高校生を調査対象に研究を行った。本調査研究では、多くの先行研究の指摘や学校現場での経験を基に、特に高校生の自己愛的な傾向の高まりに注目して、分析を行うこととした。

(2) 方法

調査対象となった生徒は高知県内県立高等学校2校の生徒、合計299人(男128名 女171名)で、調査時期は2006年5月上旬から6月中旬にかけて質問紙調査を実施した。質問紙は、現代青年の友人関係を、「自己閉鎖」「自己防衛」「やさしさ」「群れ」の4因子について測定する「友人関係尺度」、および、他者からの否定的な評価がなされることに対する不安や警戒感といった病理的な特徴に基づく自己愛の程度を測る「他者評価過敏尺度」、そして、「自尊感情尺度」、学習に対する自信を測る「学習効力感尺度」の4つを使用した。分析方法としては、「友人関係尺度」の4つの因子と、他の3つの尺度との相関関係をもとめて相互の関連を見出す方法をとった。

(3) 結果と考察

友人関係尺度の4因子の平均点を表1に示した。友人関係のとり方の特徴を示す4因子の中で、調査対象全体では「相手に優しくするように心がける」などの項目から成る「やさしさ」がもっとも高得点であった。

男女別の得点では、「本当の気持ちは話さない」などの項目から成る「自己閉鎖」において男子が女子よりも得点が高く、「やさしさ」において女子が男子よりも得点が高く、ともに有意差が見られた($p < .01$)。このような結果は、多くの研究者が現代青年の友人関係の特徴として指摘する、やさしさを配慮しあう傷つき回避的な関係を裏付けるものであると考えられる。

表1 友人関係尺度の平均点

	全体 N299	女子 N171	男子 N128	T検定
自己閉鎖	12.93	12.54	13.45	**
自己防衛	12.76	12.92	12.55	n.s
やさしさ	15.32	15.96	14.47	**
群れ	14.4	14.67	14.05	n.s

** $p < .01$

次に表2に友人関係尺度と各尺度との相関係数を示す。友人関係尺度の4因子と他者評価過敏尺度との関連については、調査対象全体では、「仲間の前で恥をかかないように気をつける」などの項目から成る「自己防衛」との間で高い相関関係が見られ($.526, p < .01$)、「やさしさ」および「冗談を言って笑わせる」などの項目からなる「群れ」との間で緩やかな相関が見られた(各 $.386, .262$ 、ともに $P < .01$)。男女別では、「群れ」「やさしさ」「自己防衛」の3因子のいずれにおいても男子が女子より高い相関関係を示した。また「自己閉鎖」との間で男子において弱い負の相関関係が見られたもの($-.278, p < .01$)、女子では無相関であった。次に自尊感情尺度との相関関係では、男子の「群れ」因子で弱い相関が見られた($.238, p < .01$)。また学習効力感との関係はいずれの因子においても無相関であった。

表2 友人関係尺度と各尺度間のピアソン相関係数

		他者評価過敏尺度	自尊感情尺度	学習効力感尺度
全体 N299	自己閉鎖	-.190	-.087	-.045
	自己防衛	.526**	-.153	-.000
	やさしさ	.386**	-.002	.075
	群れ	.262**	.092	-.027

		他者評価過敏 尺度	自尊感情尺 度	学習効力感 尺度
女子 N171	自己閉鎖	-.089	-.124	-.007
	自己防衛	.474**	-.098	.004
	やさしさ	.293**	-.024	.088
	群れ	.237**	-.016	-.011

		他者評価過敏 尺度	自尊感情尺 度	学習効力感 尺度
男子 N128	自己閉鎖	-.278**	-.103	-.087
	自己防衛	.592**	-.199	-.014
	やさしさ	.425**	.106	.034
	群れ	.266**	.238**	-.061

**p<.01,*p<.05

「他者評価過敏尺度」は、他者から否定的な評価がなされることに対する不安や警戒を意味する項目から成り立っており、他者からの評価に依存し、それによって自分自身の安定を得ようとする病理的自己愛傾向を表すものである。この尺度得点と友人関係尺度の「自己防衛」因子得点との間で高い相関関係が見られたことは、「自己防衛」的な友人関係をとる高校生は、病理的自己愛傾向が高く自分自身の自己愛が他者の評価に規定されやすいため、友人からの否定的な評価によって傷つけられることを警戒していることを表しているものと考えられる。そのため友達からバカにされないように気をつけ、仲間の前で恥をかかないように用心しながら心理的な距離を保った表面的な友人関係をとっているものと考えられる。また「やさしさ」「群れ」因子とも緩やかな相関関係が見られることは、友人を傷つけないようにやさしく接したり、あるいはみんなが楽しい雰囲気になるようにふるまうような、相手に対する配慮が示される関係の中にも、他者から否定的な評価を受けたくないとする自己愛欲求が働いていることを示唆している。「他者評価過敏尺度」と「自己閉鎖」との間で男子において弱い負の相関が見られたことは、「自己閉鎖」的な傾向を示す男子生徒は他者評価に規定されにくいことを示唆しているが、それは他者との心の交流を自ら頑なに遮断していることによるものと推察される。

「自尊感情尺度」得点と特に男子の「群れ」因子得点の間で弱いながらも相関関係が見られたことから、群れ傾向を示す男子高校生は自尊感情が高く適応的であることがうかがわれる。しかしこの尺度得点と他の友人関係因子とは無相関であり、全体として今回測定した自尊感情は、高校生たちの友人関係のとり方に直接関連するものではないことが示されたといえよう。

また、学習効力感と友人関係尺度が無相関であったことから、学習に対する自信の高低は友人関係のとり方に直接的には影響を与えるものではないことが示された。ただし、学習に対する効力感が高校生の行動におよぼす影響は、調査対象とする高校生が所属する学校の学習についての理念や指導体制によって異なるのではないかということも推測されるため、今回の結果を高校生一般に当てはめて考えることは無理があると思われる。

(4) まとめ

今回の調査で、高校生の友人関係のとり方を規定する心理的要因を実証的に明らかにすることができた。友人・仲間との深いふれあいを回避して「自己防衛」的にふるまう高校生は、他者からの否定的な評価によって自己愛が傷つき、自己の安定が崩れることを警戒する病理的自己愛傾向が高いことを見出した。また「やさしさ」「群れ」因子とも緩やかな相関関係が見られたことは、相手を傷ついたり不快な気分させたりしない関係を維持することによって、ひいては自分自身が不快な思いしたり傷ついてしまうことが生じないように関係調整していることが予想される。このような結果は、現代高校生が他

者からの評価にきわめて過敏で、友人関係のとり方の多くの場面において病理的自己愛傾向が心理的要因として作用していることを示している。また、とりわけ男子生徒においてその傾向が強いことが今回示された。この結果は、実際の高校生の友人関係のあり方として見受けられる「対立や葛藤が顕在化しないように、気遣いと同調で成り立っている重く疲れる友人関係」という特徴を、自己愛の傷つきという観点からあらためて裏付けるものである。

実際の学校生活の中では、さまざまな場面において、周囲の友人との関係が深まる機会が多くあるにもかかわらず、ここで示されたような病理的な自己愛が高いために、そうした機会を建設的な方向に生かすことができないのであろう。このように考えるなら、友人関係が親密化していくためには、病理的自己愛傾向が修正されて、他者評価に過度に依存することのない安定的な自己評価を保持できるようになる過程が必要である。アメリカの精神分析学者 Kohut, H. の理論によるならば、そうした病理的自己愛欲求の源である「誇大自己」が修正されて、自己愛が健康的なものへ発達する過程が必要であると見えよう。

第3章 健康的な自己愛の発達と友人形成の関係についての事例研究

(1) 目的

健康的な自己愛の発達の過程について事例に基づいて考察する。

(2) 方法

病理的な自己愛傾向が高いと思われる高校1年生の男子生徒Aについて、4月から12月まで、学校生活における行動の変化と自己愛傾向の変化を経過観察する。

(3) 結果と考察

事例の概要

Aは中学時代の2年間、不登校状態で過ごしている。学校に行けなくなった理由については「友人と話をすることが恥ずかしくなったため」と自己申告している。高校入学時のAの印象は、体つきは痩せて小さく、弱々しさを感じさせた。教室内では周囲の誰とも会話をすることなくひとり孤立していた。廊下を歩く時には周りを避けるように壁際に寄って歩き、教室には一番最後にひっそりと入室するといった状態だった。何とか登校を続けるものの、欠席や早退が多く出席状態は不安定であった。私には、Aは自分に自信が持てないために周りを異常に警戒しているのではないかと思われた。やがてそんなAは、同級生の男子生徒と友人関係を形成したことを契機に、大きく変化していく。欠席も早退もなくなり、周囲に自分からコミュニケーションをとるようになった。学校行事にも進んで参加して、自信のある行動を示すようになった。高校入学当初に孤立していたAは、今ではいつも友人・仲間とともに行動し、明るい笑顔を見せるように変化した。

Aの変化の経過と要因の考察

第2章の調査研究で示した、高校入学直後の4月下旬に実施した「友人関係尺度」「他者評価過敏尺度」「自尊感情尺度」各質問紙調査におけるAの個人的な結果は表3のようなものである。

この結果が示すように、友人関係尺度においては、「群れ」因子の得点が極端に低い結果であった。また、病理的な自己愛傾向を示す他者評価過敏尺度が平均点よりかなり高く、一方、自尊感情は平均点よりかなり低い結果であった。各尺度の相関係数を求めた結果、他者評価過敏尺度と自尊感情尺度は $-0.313(p<.01)$ のゆるやかな相関関係にあることが判明している。このような結果から見て、高校入学時のAは、自分に対

表3 Aの4月時の質問紙調査の結果

尺 度		Aの得点(全体平均点)
友人関係尺度	自己閉鎖	15(12.8)
	自己防衛	15(15.3)
	やさしさ	15(14.4)
	群れ	9(20.3)
他者過敏尺度		28(20.3)
自尊感情尺度		14(23.0)

する低い自己評価を抱え、たえず周囲の者からの否定的な評価を気にしながら、傷つくこと恐れてクラスメイトとの関わりを回避しようとしていたことが推察される。この時期のAがいつも一人で行動していたことや、体育の授業を敬遠していたことは、Aのこのような心理特性を背景としていと考えられよう。

11月初旬の学校生活に適応した時期に入って、Aの友人関係のとり方の変化と自己愛傾向の変化について知ることを目的に、高校入学直後の4月下旬に実施したアンケートと同じものを再度実施した。表4はその結果の比較である。

友人関係のとり方については、4月下旬実施時に比べて、群れ傾向についてはあまり変化が見られなかったものの、自己閉鎖・自己防衛・やさしさ傾向がともに弱まった結果となったが、これは全体的に周囲に対する安心感・開放感がより高まったことを示していると考えられる。また、今回、4月下旬時に比べて、自尊感情がかなり高まり、それと負の相関関係にある他者評価過敏傾向が弱まっている点に大きな変化が見られる。これは病理的な自己愛傾向がしだいに修正されて、安定的な自己評価を持つことができるようになった変化、健康的な自己愛の発達を示していると考えられる。得点のこのような変化は、11月にはAが周囲に対して次第にリラックスできるようになったことや、大勢の前で自分の存在をアピールできるようになった点など、現実の行動面の変化を表していると考えられる。

表4 Aの4月時と11月時の調査結果の比較

尺度		11月初旬実施時の得点	4月下旬実施時の得点
友人関係尺度	自己閉鎖	12	15
	自己防衛	13	15
	やさしさ	11	15
	群れ	10	9
他者過敏尺度		24	28
自尊感情尺度		21	14

Aのこのような健康的な自己愛の発達の要因について、アメリカの精神分析学者 Kohut の自己愛の発達理論に基づいて考察すると、以下のように説明できるのではないだろうか。Aの変化のきっかけは、6月にAが自分と良く似たタイプの相手と友人関係を形成したことである。Kohutによれば、孤立感を持っている人間は、「自分の分身と感じられるような、自分とよく似ている相手とともにいたいという自己愛欲求(分身欲求)を持っている。この自己愛欲求を満たしてくれる対象が『双子自己対象』であり、人は双子自己対象を得ることで、孤立感が癒され、安定した自己評価(健康的な自己愛)を保持できるようになる」と説明される。このような Kohut の自己愛の発達理論によれば、Aは自分と良く似ていると感じられる友人と、「双子自己対象」的な関係を形成したことによって、自己愛欲求の基本の一つをなす「分身欲求」が満たされ、それまでの孤立感が癒され、「自分は人と同じ人間だ」という安心感を得ることができた。こうして自己愛欲求が満たされたことで、Aの他者の評価に過度に依存する病理的な自己愛傾向が修正され、健康的な自己愛が発達を遂げた、と説明されよう。

(4) まとめ

Aの事例は、自信に乏しく周囲から孤立しがちな生徒にとって、自分と同じ人間だと思える相手と「双子自己対象」的な関係が形成されることが、健康的な自己愛が育ち、友人・仲間関係の親密化が進展し、社会性が高まっていく大きな契機となることを示している。このことは、Aと同じように、同じ不登校体験を持つ似通ったタイプの生徒同士が親密な友人関係を形成して、その後は安定した学校生活を送っているケースが他にもいくつか存在している事実からも推察される。また、このことは、私たち教師が学校の中に、「双子自己対象」的な関係が形成され得る場や機会を創設することの意義や有効性を示唆していると考えられる。

第4章 高校生の友人関係の親密化を支援する教師の関わりについて

第2章で見たように、高校生たちの実際の学校生活の中では、様々な場面で周囲の友人と関係が深まる機会が多くあるにもかかわらず、他者からの否定的な評価によって過度に傷つき自己の安定が崩れてしまう「病的自己愛傾向」が強いため、そうした機会を建設的な方向に生かすことができないことが、全体的な傾向となっていると考えられる。したがって、親密な友人関係の形成を支援するための教師の役割の一つに、病的な自己愛傾向が修正されて安定的な自己評価を保持できるようになるための関わり、すなわち健康的な自己愛の発達を目的とする関わりが求められていると考えられる。

Kohut は自己愛障害の治療過程について次のように説明している。自己愛障害の患者は治療者に対して、「映し返し」や「理想イメージであること」を求めて感情転移を起こすが、それは自分の自己愛を満たしてほしいからであって、患者は自己愛を満たしてくれる対象として治療者を体験するとされる。そして治療者は、患者の「映し返し」の欲求に対しては、「鏡自己対象」となって、賞賛や注目というかたちで患者の持っている価値を鏡のように映しだして、自分が大切にされている、価値がある人間だという感覚を与えることが大切であり、また、「理想イメージであること」の欲求に対しては、治療者が「理想化自己対象」となって、患者に強い力で安心感や生き方の方向性を与えることが大切であると考えたとされる。そのことによって、患者は本来育つべきだった育ち方を疑似体験することができ、その結果、自己愛が満たされ、抑圧された誇大自己が修正されて健康的な自己愛が発達を遂げるようになるとされる。

このように考えるならば、学校においては教師自らが、生徒のすばらしさや存在価値を鏡のように映し返す「鏡自己対象」として、また、不安を鎮め生き方の方向性を指示する「理想化自己対象」として役割を果たすことで、生徒の自己愛欲求に正しく応えることが、病的自己愛傾向を修正することに繋がると思われるのではないだろうか。また、「双子自己対象」的な友人形成の機会を提供することも、孤立感を持った生徒には特に求められている援助であるといえよう。

4 全体のまとめと今後の課題

高校生の親密な友人関係の形成は、自立を促す働きをしていると考えられるが、現在、他者からの否定的な評価を過度に警戒する病的自己愛傾向が強まっていることが、親密な友人関係形成の機会を阻害していると考えられる。したがって、親密な友人関係の形成、ひいては自立を促進することに繋がる機会を確かなものにするためには、病的自己愛傾向が修正されて健康的な自己愛が発達することが課題であると考えられる。このことは実際の事例からも示唆されるものでもあった。このような観点から、教師の援助的関わりについて考えるならば、高校生の健康的な自己愛の発達を目的とする関わりが、建設的な友人関係の形成に繋がるものであると考えられる。

今後の課題としては、学校教育における評価の眼差しの強化と、病的な自己愛傾向との関連について考察すること、「双子自己対象」的な友人形成の可能性について更なる検討すること、以上の2点が当面考えられる課題である。

引用・参考文献

- Erikson, E.H. 1968 "Identity: Youth and Crisis." Norton. (岩瀬庸理訳 『アイデンティティ 青年と危機』2004 金沢文庫)
- 長尾博 2005 『青年期の自我発達上の危機状態に関する研究』 ナカニシヤ出版 pp.8-9
- 落合良行・佐藤有耕 1996 「親子関係の変化からみた心理的離乳への過程の分析」 教育心理学研究, 44, 11 - 22
- 和田秀樹 2002 『<自己愛>と<依存>の精神分析』 PHP 研究所