Bulletin of the Graduate School of Education and Human Development, Nagoya University (Psychology and Human Development Sciences) 2002, Vol. 49, 169 − 179.

思春期自我発達の促進要因に関する理論的検討

── ストレス体験過程の積極的意義に着目したモデル構築の提案 ──

宅　　香菜子[1)]

問題の所在

日常場面において，「試練があるから人間的に成長できる」「辛いことを乗り越えてこそ一回り大きくなれる」などのテーマが現れることは珍しくない。また，臨床場面においてもクライエントは何らかの契機によって主訴を呈し，来談に至った中で，「今回の出来事が自分を振り返る機会を与えてくれた」「大変だけれど，自分を成長させるチャンスととらえて，いろいろなことを見つめ直してみたい」などと言語化することがある。このように，何らかの危機的体験やストレスフルな出来事が一種の転機となり，人格的成長へとつながるケースは，実践領域においては経験的に了解されていることと言えよう。

特に，思春期・青年期は，第二次性徴の発現とともに，生涯発達の中でも危機的体験やストレスフルな出来事を経験しやすい時期と言える。進路選択，受験を含む数度の学校移行，慢性的なストレッサーにさらされていると言われる学校生活（岡安・嶋田・神村・山野・坂野，1992），依存と独立の間で葛藤的となる親子関係，友人関係を始めとし，思春期・青年期の生活はストレスに満ちている。思春期・青年期が「大人に向けての試行錯誤がなされる点で本来心理的危機が生じやすい発達期（下山，1998）」である以上，この心理的危機，ないしはストレスフルな体験を一種の「転機」として，人格的成長につなげるという視点は，この発達段階に対する理解や援助を考える上で，有意義なテーマだと言えるだろう。

21世紀に入り，我が国ではこれまでの教育のあり方の見直しを目的とした教育改革が進められている。それに伴い，中学校は平成14年度から，高等学校については平成15年度から学年進行で，新しい学習指導要領が全面実施されている。新学習指導要領は，完全学校週5日制のもと，「ゆとりの中で特色ある教育を展開し，子どもたちに学習指導要領に示す基礎的・基本的な内容を確実に身に付けさせ，それを基にして豊かな人間性や自ら学び自ら考える力などの『生きる力』を育成すること（文部科学白書，2001）」を基本的なねらいとして改訂されたものである。この「生きる力」の具体的内容は以下の3点である（第15期中央教育審議会の第一次答申，1996）。第一は，「これからの変化の激しい社会において，いかなる場面でも人と協調しつつ自律的に社会生活を送っていくために必要となる，人間としての実践的な力」である。第二は，「初めて遭遇するような場面でも，自分で課題をみつけ，自ら考え，自ら問題を解決していく能力や資質」である。第三は，「理性的な判断力や合理的な精神だけでなく，美しいものや自然に感銘する心といった柔らかな感性」であり，善悪の判別がつけられる能力，生命を大切にし，人権を尊重する心などの基本的な倫理観や利他的な心，社会的貢献の精神が「生きる力」を形成するための大切な柱であると述べられている。現在の我が国における学校教育の目指す方向は，これら多面的な力を含む「生きる力」の育成を基本とし，知識の伝達に偏りがちであった状況を改め，「子どもたちが自ら学び，自ら考える教育」へとの方向転換が目指されている。

成長途上にあるすべての子どもにとって，その心身の成長を図る場である学校が，問題の発生や重篤化を防止する予防的介入や，危機に適切に対処しうる自我資源の養成という成長促進的介入の場としてもっとも相応しいことが指摘されている（近藤，1994）が，上述の新学習指導要領のねらいは，問題行動を顕在化させた特定の児童・生徒に対する指導や援助のみならず，全ての児童・生徒に対する成長促進的・予防的介入の重要性を再確認したものと言えるであろう。この成長促進的介入とは，子どもが学校生活を送る上で必要とする適応能力の開発を援助するサービス（石隈，1996）であり，「危機やトラブルの特定がそれほど明確ではなく，発達途上で出会うさまざまな危機に適切に対処しうる一般的な適応能力を高めていこうとする介入（近藤，1994）」と定義されている。また，予防的介入とは多くの子どもが出会う課題を予測し，前もって援助するサービス（石隈，1996）であり，「①子どもたちの多くが，ある時期に，ある状

1）名古屋大学大学院教育発達科学研究科研究生

況の中で，共通に直面する特定の「危機」（またはトラブル）に関する明確な認識があり，②その危機を乗り越えるための対処技能が明確に定義され，③その技能を養成するためのプログラムが提起されている，という3つの条件が整った介入（近藤，1994）」として定義されている。

しかし，「生きる力」の育成を目的とした成長促進的介入及び予防的介入の具体的方策については，現段階で確立しているとは言い難い。「生きる力」の具体的内容が持つ曖昧さ・多面性（川添，1997）や，成長促進的介入及び予防的介入の緊急度の低さが一因と考えられる。教育現場においては，不登校や暴力行為，いじめといった様々な問題行動が顕在化しており，当該問題となっている危機的場面の解決こそが最優先されるのは当然のことであろう。ただし，近藤（1994）が，学校臨床心理学の課題として，心理臨床独自の目標や方略を学校に提起すること，教師の実践の中にある「予防的・成長促進的介入」を掘り起こすことを挙げているように，援助の対象は，問題行動を顕在化させた児童・生徒に限られるものではない。個別専門的な心理アプローチが必要な生徒は言うまでもなく，問題が顕在化していない他のすべての生徒に対しても，予防的・成長促進的介入が期待されている。

そこで本稿では，すべての思春期の子どもを対象とした「成長促進的・予防的介入」のアプローチに役立つような，モデルの必要性を提案したい。その際，思春期・青年期が，種々のストレスフルな経験を有しやすい時期であるという特徴を持つことを考慮した上で，それが人格的成長を促進するような転機となりうる可能性について検討する。学校臨床領域において，「子どもが発達するプロセスで何らかの問題を持つことは避けられないばかりか，子どもの成長にとってプラスにもなりうる（石隈，1998）」という視点は，実践現場では広く知られたことであろうが，その理論的根拠や実証性は充分であるとは言えない。以下では，「生きる力」や「人格的成長」を自我の観点からとらえ，それとストレス過程の関連について理論的見地から考察することを主な目的とし，それに関わる諸研究を整理，展望する。そのため，本稿では以下の手順で議論を進める。なお本稿では，馬場（1987）に倣って，Blos（1962）の年代区分を参考に，青年期を12，3歳頃から22，3歳頃までの時期とし，Blos, P（1962）の発達段階による前思春期と思春期前期を「思春期」と位置づける。

1．思春期・青年期の自我の強さ及び自我機能について
2．Blos, Pによる自我発達理論
3．自我発達の促進要因としての危機
4．自我発達の促進要因としてのストレス
5．自我発達に及ぼすストレス体験の積極的意義に関するモデル構築の提案

1．思春期・青年期の自我の強さ及び自我機能について

思春期・青年期は，青年期後期のアイデンティティの確立や自我の統合，及び対象関係の安定化に向け，心理的危機の生じやすい発達段階である。思春期・青年期を対象とした心理療法では，分離個体化を中核とする人格再統合のプロセスを踏まえ，その場で直面している問題に対する解決のみならず，成長途上という点を考慮した成長促進的介入が必要とされている（大野，1990）。その際，特に精神分析的立場ないしは自我心理学的立場に立つ臨床家は，自我の強さという視点から思春期・青年期への介入を試みる。ここで言う自我の強さは，「心の成熟」とほぼ同義であり（長尾，1991），上述した文部科学省の示した「生きる力」とも類似の概念と言ってよいだろう。小谷・中村・秋山・橋本（2001）は，青年期人格発達危機に対する予防教育的集団精神療法の開発にあたって，「青年期臨床では，現在までに達成されている適応能力を保持することが，自我のバランス機能を高める，言うなれば自我の筋肉を育てる上で何より重要である」と述べている。小谷ら（2001）を初めとして，思春期・青年期を対象とした臨床実践では，多かれ少なかれ自我の強化や自我機能の成熟がねらいとされているように見受けられる（中村，1998；井内，1998）。

自我の強さとは自我機能が健全であることを指す（小川，1965）が，「自我の強さは，環境を効果的に処理していく潜在的な能力の大雑把な概念なので，個々の自我機能を測定・評価できなければ臨床的にはあまり意味がない（Klopfer, 1951）」と，自我を機能で捉える意義が示された後，数々の自我機能に関する定義がうち立てられている（Green, 1954；Karush, Easser, Cooper, & Swerdloff, 1964）。Bellak, Hurvich & Gediman（1973）は，臨床的面接，実験的手続き，及び心理検査に基づいて12の自我機能を提示している（現実検討，判断，外界と自己の現実感覚，動因・感情・衝動の制御と統制，対象関係，思考過程，自我による自我のための適応的退行，防衛機能，総合―統合機能，支配―有能性）。我が国においても，中西・古市（1981）が，Bellakらの自我機能に関する評定法を参考に，8下位尺度からなる「自我機能調査票」を作成している。自我の強さとは，これらの自我機能が健全に働いており，個人をサポートし，コーピング能力を保証し，アイデンティティ

感覚を与え，クライエントが十分に成長するにつれて増加してゆくもの（Bjorklund, 2000）と言える。前田（1976）は，自我の強さの程度をとらえる基準として以下の6点を挙げている。第一は欲求不満耐久度，第二は適切な自我の防衛度であり，直接に表現することが許されない欲求をどの程度社会的に受け容れられる形で表現できるかという度合い，第三は現実吟味能力，第四は時と場合に応じて自由に退行したり，緊張・集中したりすることができるかどうかという心の柔軟性，第五は心の安定性と統合性，そして第六が自我同一性の確立である。

このような自我の強さや自我機能を，思春期・青年期の発達に影響を及ぼす前提条件の一つとして扱った研究はこれまでにいくつかなされている（Worden & Sobel, 1978)。長尾（1999）は，青年期の自我発達上の危機状態を，「中学生から高校生時にかけての親子関係における独立と依存の葛藤や自我同一性の確立の葛藤が生じ，交友関係も困難となって，特に自我の弱い者は閉じこもりなどの非社会的行動や，精神・身体的症状を伴う不適応状態を呈することもある状態」と定義し，それに影響を及ぼす要因について検討している。長尾（1999）は，先行研究で明らかにされている危機状態に陥る規定要因を参考に，自我の強さの程度，現在の交友関係のあり方，現在の家族関係のあり方，前思春期のチャムの有無の4要因を取り上げ，その中でどれが最も青年期の自我発達上の危機状態に影響を及ぼしているかを重回帰分析によって検討した結果，自我の強さが最も強く影響を及ぼすことを明らかにしている。また，Torki（2000）は，自我の強さには予期しないストレスフルな出来事への対処能力も含まれるとして，イラク侵略後のクウェートの青年を対象に，自我の強さとストレス反応との関連を検討した結果，自我強度はストレス反応の予測にあたって，重要な一変数であることを明らかにした。このように，自我強度及び自我機能を独立変数として扱った研究は散見されるが，一方，どのような要因が自我の強さを促進し，自我機能の成熟を促すかの実証的研究はほとんどみられない。次節では，思春期における自我の役割について統一的理論を構築したBlos（1962）の研究について概観することで，この問題，つまり自我の強さを促進し，自我機能の成熟に影響を及ぼすと考えられる要因について検討する。

2．Blos. Pによる自我発達理論

Blos（1962）は，精神分析的自我心理学の立場から，思春期の正常な精神性的発達過程が自我に及ぼす影響に着目し，思春期を5期に分けた統一的理論を打ち出した。思春期は，「第二の自我の発達段階，個性化の段階」と位置づけられ，発達する力と退行する力との相互作用の中で次第にエディプス葛藤の解決が生じ，人格構造全体の再構造化が進行する力動的な過程である。思春期とは破瓜という状況に対する心理的過程を意味し，弾力性を伴うと共に必然的に心的不安定の増大を伴う。言い換えると，自我状態の不安定さは思春期の現象学に特徴的なものであり，この時期の無策と不安定は，弱いあるいは断裂した自我を示すものでなく，むしろ自我がその連続性，粘着力や現実との接触を守ろうとする必死の試みを示している。思春期の葛藤的問題の多くが，早期の構造的自我の欠損と奇形の結果であり，早期幼児期における同一化の失敗が自我自律性の極度に弱い子どもを作るというように，思春期の先行条件としての潜在期，潜在期の先行条件としての早期幼児期の重要性を認めながらも，思春期が単なるそれ以前の焼き直しではなく，独自の発達過程を持った段階として意味づけられた点に本理論の意義が示されている。これは，「潜在期に形成された個人の性格が永久に持続するであろう（Freud, 1936)」との従来の考え方を修正するものと言えよう。

さて，Blos（1962）は，自我を「自己防衛をめざす機能を果たす精神過程を総合したもの」と定義し，この自我の関心と態度を引き出すのは種々の相特異的（phase-specific）な衝動体制化であると捉えている。自我は本能衝動と外界という二通りの衝撃によって分化し発達し続けるとされており，自我発達には各発達段階に特有の衝動体制化を含む発達課題が想定されている。以下に，各発達課題について概観する。

前思春期では，直接的な本能満足は大抵超自我の不承認に直面することから，この葛藤において自我は，抑圧，反動形成，置き換えといった防衛を復活させ，強化される。前思春期男子の中心的な主題は，男根的な母親に関係のある去勢不安であり，前思春期女子に特有な葛藤は前エディプス的母親への固着である。次の思春期前期は，我が国のほぼ中学生にあたり，不安や混乱を生み出す性衝動に対して新たな支配の方法を見出し，再び内的な均衡を回復して性衝動を自らの人格に統合することが発達課題となる。この時期，自我は超自我の権威に依存することはできず，衝動と外界の間を媒介する努力は成功しない。そして，思春期中期はほぼ高校生にあたるが，その行程は決定的な転換の一つであり，衝動要素と自我機能の漸進的な段階的配置とを統合するという特色を持つ。自己愛の増大は両性に見られ，親からの分離と異性愛的対象の発見，性同一性形成がこの時期の発達課題である。思春期後期は主として統合の時期であり，自我の機能と関心の高度に特異的で安定した配列，自我の葛藤外領域の拡大，性器優位としてまとめられる不可逆

的構え，対象及び自己表象の相対的に一定の充当，精神機構の統合を自動的に守る心的装置の安定化，の5点の総仕上げの時期となる。なお，自我発達と衝動体制化に関しては，精神構造は思春期後期の終わりまでに不変性を獲得するとされていることから，ここでは後期思春期に関しては割愛する。

さて，このBlos（1962）による思春期自我発達理論は，我が国でも思春期及び青年期を論じる際の一つの準拠枠とされることが多く（馬場，1987；狩野，1990），思春期・青年期の理解が必要とされているあらゆる領域で，本理論は多くの示唆を与えている。しかし，Blosが思春期の正常な自我発達過程を論じているにもかかわらず，その応用分野は精神分析的心理学ないしは精神医学領域が主のように見受けられる。その理由として上述のように，Blosは情緒発達を促す重要な動機を，性を主とした衝動体制化に置いており，無意識的な心理力動過程を重視しているため，教育現場における実践家にとって，この理論をそのままの形で適用する際には若干の困難が伴うのではないだろうか。

例えば，Blosは人格形成の促進と外傷の克服過程の関連を示した残遺外傷理論を示している。これによると，思春期のある時期から次の時期への前進は，残遺現象を進展させないでは成し遂げられず，残遺は不屈の回復力を保持している。外傷という言葉は相対的なものであり，何らかの特殊な外傷の効果は，刺激の大きさと急激さ，及び心的装置の傷つきやすさの両者によっている。そして，外傷が前進的な発達を妨げる程度が外傷の陰性要因を構成し，成熟的推進に寄与する程度が外傷の陽性要因であるとされている。しかし，教育現場において，個々人の残遺外傷に対する克服過程に目を向けることは極めて難しいと言わざるを得ない。至適度の緊張が人格を強壮にする積極的な価値を持っているという側面は容易に理解できても，個々の生徒がその生育歴上で残遺してきた外傷，しかも無意識的側面を多分に含んだ幼児期の普遍的な現象を意味する外傷を理解し，さらにその理解を日々の実践活動に活かすには，本理論のみでは限界があるのではないだろうか。ただし，残遺的な外傷は，統合されていない体験を来るべき統御とか自我統合に向けて心的生活の中に押しやる力を供給することから，この概念を実践現場でいかすための理論発展に対する試みが検討されることは重要な意義を持つと思われる。

また，Blosは思春期にみられる様々な行動上あるいは性格上の問題は，破瓜期の危機によって揺すぶられた心的平衡を，回復し保持しようとする闘いの現れと考えている。思春期中期に起こる内的な葛藤や混乱の結果はその時点では予言できず，ただ思春期後期のみがそれを教えてくれるとしている。これは，学校生活における様々な体験も，その後の人格発達を見ることでしかその影響について検討することができないのと同義であろう。ただし，この点でもまた，その後の人格発達に資するような教育や援助を実践する領域においてこそ適用可能なように，Blosの理論を発展させる試みが必要ではないだろうか。次節では，Blosが人格形成の促進要因としてあげた外傷の克服過程の理解を補足，発展させるものとして，危機に関する研究を展望することで，本理論を今の我が国の思春期理解につなげるための示唆を得たいと思う。

3．自我発達の促進要因としての危機

Blos（1962）による残遺外傷理論は，Erikson,（1956）による標準的危機のプロセスについて，特に精神性的自我発達に重点を置いて精緻化したものと言える。Eriksonは，それまでの精神分析的自我心理学派が重要視したリビドー理論の限界を指摘し，精神・社会的発達過程を明らかにする中で，アイデンティティ概念を生み出した。Eriksonは自我力の発達の可能性は，すべて初期の発達過程の順調な成就によるとしながらも，青年期の正常な発達過程における標準的危機が有する積極的意義に注目した。そもそもアイデンティティ形成への歩み自体が，危機との出会いによって引き起こされるとされており，危機は展開へも退行へも行く分岐点として概念化されている。そして，相互性（mutuality）の過程で生じる種々の葛藤や不安の中で，発達への新しい機会を提供し，自我機能の新たな拡大をもたらすような危機を標準的危機（normative crisis）と呼んで，神経症及び精神病性の危機（neurotic and psychotic crises）と区別した。

Eriksonのみならず，自我発達の促進要因としての危機の積極的意義に注目し，アイデンティティの模索に伴う危機を転機と考える立場は少なくない。Riegel,（1975）は，弁証法的心理学の立場から，危機は変化への機会となり，変化への意義を与えると述べているし，森（1989）もまた，危機は悪いことが生ずるばかりではなく，再適応し，乗り越えてよくなる場合もあり，まさに岐路を意味すると述べている。長尾・前田（1976）も，危機をうまく適応的に乗り越えることができると強い自我形成へ向かい，一歩誤ると神経症や精神病など時には非行や反社会的行動などへ向かうことになるというように，危機を一つの分岐点ととらえている。このような危機の持つ二面性は，「思春期の自我の発達にあたっては，陰陽の2面性を合わせ持った外傷の克服が必要条件である」とのBlos（1962）による知見とも重複し，古くは

ヤスパースやキュルケゴールの時代から主張されてきていることであろう。しかし，危機によって何らかの問題を顕在化させた事例に関する知見の豊富さとは対照的に，自我発達に促進的影響を及ぼすような危機に関しては，その特徴や具体的条件について実証的に検討している研究はほとんど見られない（中込，1988）。

Côté（1986）は，アイデンティティ危機の構造を明らかにするために，客観的一投影法的測定具としての「アイデンティティ危機様態チャート（ICMC）」を開発している。このチャートは，4つの領域に対して，回想法的に12歳から調査時点（Côté，1986では，平均年齢22歳）まで1年間隔で，また10年後を想定して，危機の程度を評定させることで，過去から未来に渡るアイデンティティ危機の解決のあり方を検討しようとするものである。しかし，Côté（1986）では，危機が本来持っている肯定的意義に着目しながらも，本チャートの内容領域はすべてネガティブな意味として作成されている。中込・奥田（1993）は，Côté（1986）のICMCを危機様態の質的分析を進める上で有益な情報を与えるものとして評価しながらも，危機への対処過程や相互性を必ずしも反映したものとは言えないとして，新たに危機様態尺度の開発を試みている。この尺度は面接評定マニュアルであり，危機様態のパターン分類への分析の背景としてEriksonの相互性が取り上げられている。相互性とは，「危機解決の過程で，危機事象（対象）との積極的相互交渉が認められたり，危機を契機として発達主体者が洞察を深めるような局面を生ずること。そしてさらに，危機後の発達主体者に変化の自覚が認められること（中込ら，1993）」と定義されている。

中込・吉村（1990）は，上述の相互性の程度と自我機能の強さとの関連について検討し，自我の強化は，危機事象から遠ざかることなく危機解決に向けての可能性を模索し，また危機を契機として自己洞察を深めていくような対処行動，つまり相互性を通してなされていくことを，ロールシャッハ法を用いて明らかにしている。しかし，中込ら（1990）では，相互性の程度に基づく2群の自我機能の差異を検討しているにすぎず，自我機能の成熟プロセスに及ぼす危機の具体的影響については明らかにされていない。このように，先行研究では，危機の持つ二面性，特に危機が自我発達に及ぼす積極的役割に焦点を当てることに対して困難を抱えていると言える。これには，Eriksonの危機概念の持つ複雑性や定義の曖昧さ，またErikson自身が自らの理論的概念を操作的に用いることについてあまり積極的でなかったこと（Côté，1986）も一因であろうが，むしろ危機それ自体がプロセス的特性を有しているため，自我機能の成熟プロセスとの関連について明らかにするのを一層困難にしていると思われる。

これに対して，自我機能の成熟に及ぼす影響に直接焦点を当てたものではないが，Schaefer & Moos（1992）は，人生の危機や移行が人格的成長に及ぼすポジティブな影響について，先行知見から概念的枠組みを構築している。このモデルによると，危機の結果もたらされるポジティブな結果として以下の3点がある。第一は，社会的資源の増強であり，危機体験に関連する恐怖感や不安を他人と分かち合うことで，より深く意味のある人間関係を構築でき，家族や友人との間に強固な信頼関係を築くことにつながるというものである。第二は，個人的資源の強化であり，これには認知及び知性の分化，自己信頼感と自己理解の発達，共感性及び愛他性の発達，そして基本的価値観や優先事項の変容が含まれる。第三は，新たなコーピングスキルの獲得であり，種々のコーピングの発達と，自らの感情を統制，制御する能力の発達が含まれる。Schaefer & Moos（1992）のモデルでは，危機がこれらのポジティブな結果を導きうることは説明可能であるが，自我の強さの促進や自我機能の成熟に及ぼす影響については不明なままである。自我の強さの促進や自我機能の成熟は，Schaefer & Moos（1992）の言う第二の個人的資源の強化に含まれると考えることもできる。しかし，自我機能の中に，対象関係や動因，感情，衝動の制御と統制も含まれているため，Schaefer & Moos（1992）の第一の社会的資源の増強，及び第三の新たなコーピングスキルの獲得も少なからず関係していることが予想される。

さらに，Schaefer & Moos（1992）が想定している危機は，離婚，近親者の死，戦争や自然災害といったものである。これらは，Erikson（1956）の危機概念よりも，むしろ，ストレス研究におけるライフイベント概念に近いと言える。Erikson（1956）が主張する相互性の過程で生じる標準的危機を想定した場合，それには，自我機能の新たな拡大をもたらすような危機という意味が前提として組み込まれている。しかし，Schaefer & Moos（1992）のように，危機を単なるストレスフルなライフイベントとしてとらえるならば，それがどのような条件のもとで自我機能の成熟をもたらすのかという新たな問いが加わる。そこで，この問いに関する考察を進めるために，次節では，ストレス過程に関する先行研究を概観し，それが自我の強化，自我機能の成熟に及ぼす影響について検討する。

4．自我発達の促進要因としてのストレス

ストレス領域では，長い間，ストレッサーが導くネガ

ティブな結果をいかに緩和しうるかという側面に重点が置かれ，そのプロセスとプロセスに影響を及ぼす変数の解明が焦点とされてきた（Compas, Orosan & Grant, 1993)。それには，Selye（1936）が，ストレスという用語を，有害な刺激形態に対する身体的防衛の総集した形を意味すると定義したことと関係があろう。Lazarus & Folkman（1984）は，心理的ストレスを人間と環境との間の特定な関係であり，その関係とはその人の原動力（resources）に負担をかけたり，資源を超えたり，幸福を脅かしたりすると評価されるものであると定義し，プロセスを重視するトランスアクション・モデルを示した。認知的評価やコーピング，ソーシャルサポートといった変数は，二方向的，相互規定関係性を持つトランスアクション・モデルの1変数として組み込まれた。言い換えると，このパラダイムに基づいた研究では，遭遇したストレスフルな出来事を先行条件として，短期及び長期にわたる影響を説明する媒介過程に焦点が当てられてきたと言えよう。

その結果，短期的影響としてのストレス反応を従属変数とする研究が大部分をしめ，モラールを含む肯定的かつ長期的影響に関する研究は未だ多くなされているとは言えない。Simmons, Burgeson & Carton-Ford（1987）は，思春期前期に体験されるストレッサーの累積が及ぼす否定的影響について縦断調査を行っているが，その中でストレスの代価としての不安や不快のみならず，過多の安定もまた充分な潜在能力の育成にとって問題があり，緊張や刺激の持つバランスの重要性を論じている。本人にとって「ほどよい」ストレス体験の意義については，町沢（1988）でも言及されており，「ほどよき刺激はその生体の適応力を伸ばし，成熟を促すが，その人の素因を超えた刺激はその人の適応力を弱め破綻を来すことになり，またあまりに弱い刺激は，その人間の発達や成熟を進める働きにならなかったり，適応力を広げられなかったりということにもなる」と述べている。この指摘は，上述の危機の持つ二面性とも重複する指摘であると言えよう。Blos（1962）は，思春期への環境の影響と結びついた本能衝動の変遷が，ある自我機能の発達を促し，他の自我機能の成長を妨げ後退させることに言及している。この特性は，自我発達の不均一な思春期に特に顕著であり，ある時には防衛的な機能を発達させ，ある時には実験的な機能を進め，ある時には適応的な機能を前進させるものである。

Rice, Herman & Petersen（1993）は，ストレスの持つ二面性を考慮し，ストレスへの遭遇を単に困難な体験としてではなく，むしろ好機に変えていけるような能力の育成を目的とした概念モデルの提示及び心理教育的介入のアプローチを検討している。介入の内容は，青年の発達にとって挑戦しがいのあるストレッサーのタイプ，数，タイミングを考慮した上で，コーピングスキルの育成，ソーシャルスキルトレーニングを中心としたものであり，抑うつの減少が主な目的とされている。Newcomb, Huba & Bentler（1986）でも指摘されるように，思春期及び青年期はコーピング能力の発達にとって重大な時期であり，Rice ら（1993）のプログラムを通してコーピング能力が育成されることは，単に抑うつの減少のみならず，自我機能の成熟にも寄与していることが予想される。Newcomb ら（1986）は，青年期のストレス体験の望ましさについて，ストレスフルな出来事の体験が，首尾一貫した外界知覚の統合を促し，自らの傷つきやすさを認識したり，自己知覚を構成するに当たって重要な意義を有しているとしている。Newcomb ら（1986）が指摘するように，ストレスは常に悪影響をもたらすものではなく，コーピングに対する動機づけを高め，成長に対する積極的で力強い源となる。ある状況での予期せぬ出来事は，想像力，創造性，そして知的資力へのチャレンジの場となり，ある種のストレスは個人の成長への原動力になりうると言えよう。

この点について，Park, Cohen & Murch（1996）は，大学生を対象にストレスに関連した成長の実証的な研究を行っている。彼らは，Schaefer & Moos（1992）の概念モデルに基づいて，ストレスフルな出来事の後に生じた肯定的な結果を測定する「ストレスに関連した成長尺度（SRGS)」を開発し，その信頼性及び妥当性を検証している。ストレスに関連した成長とは，社会的資源の増進，よりよい自己概念の構築，コーピングスキルの発達，人生観や人格の変化を含んだ項目で構成されているが，因子分析の結果は1因子構造とみなされ，ストレスに関連した成長の内的相関の高さが示されている。また，その予測子としては，内発的な宗教心，ソーシャルサポートの充足，体験した出来事のストレスフル度合い，肯定的に再解釈することと受容することという二種類のコーピング，及び最近のポジティブな生活出来事の数が有意であった。この結果は，従来ストレッサーの及ぼす否定的影響にのみ焦点が当てられてきたストレス研究にとって，成長という肯定的影響を導く変数の同定という面で大きな意義を持つと言えるだろう。ただし，この研究では，ストレスフルな状況でポジティブな意味を見出す傾向は，ある程度は個人の安定した特性であるとされており，ストレスフルな体験からの成長には大きな個人差のあることが指摘されている。しかし，その個人差が何で説明されるかは未検討であり，今後の課題と言えよう。また，トランスアクション・モデルの枠組みで

研究がなされているため，ストレスに関連した成長が，ある種のコーピングを測定しているという問題点も指摘されている（Park, Cohen & Murch, 1996)。加えて，それらの成長がストレス体験の持ついかなる要素によって引き起こされたかは明らかにされていない。

以上より，ストレスを自己成長の好機ととらえる研究はいくつか見られるものの，自我機能の成熟や自我の強さの促進との関連について明らかにした研究はほとんどみられず，ストレス理論のみで Blos（1962）の言う自我発達との関連を説明することには限界があると言えよう。

5．自我発達に及ぼすストレス体験の積極的意義に関するモデル構築の提案

以上の議論を踏まえて，本稿では，思春期の自我発達に及ぼすストレス体験の積極的意義に関するモデルの必要性を提案する。Blos（1962）は，第二の個性化を達成する前に，反抗的な抵抗の努力や，実験の段階，自分を試すことといった，孤立，孤独，混乱の感情を伴う様々な体験が必要になるとしている。「思春期の精神性的発達は，環境が本能衝動の精神的な仕上げに対して同時に好機会を提供するならば，その情緒的成長を保証することができる。常に変化する社会条件は心的体制化に決定的な影響を及ぼし，生物学的な要求と社会的条件は相補的なものと見られるべきである」との指摘は見られるものの，Blos（1962）の自我発達理論では，社会的環境の影響は補足として言及されるにとどまっており，自我発達の直接的契機を与える変数とは見なされていない。Blos（1962）は，思春期の環境の能動的な利用について，「青年の体験はこの過程の主観的な局面であり，それらは環境の資源や彼の前進的な発達を支持する刺激を利用する能力に従って変化する」と述べている。従って，Blos が人格形成の促進要因として挙げた残遺外傷の克服過程と，社会的条件や刺激への対処過程は深く関連していることが予想される。そのため，Blos の精神性的自我発達に及ぼす外的環境のもたらす影響を考慮した理論の拡大が今後の検討課題であろう。

一方，人間と環境との間の関係性に焦点を当てたストレス理論においても，媒介変数であるコーピング能力の育成やソーシャルサポートの更なる構築は説明可能であっても，それが自我の強さを促進する可能性については未だ検討されていない。Lazarus ら（1984）のモデルにはストレスの長期的影響として，身体的健康，身体的疾患，モラール及び社会的機能が組み込まれているが，このモデルでは原因となる先行条件の後に引き続いて生じる結果のみが扱われることとなる。しかし，自我機能の成熟はそれ自体プロセス的特性を有しているため，ストレス体験に引き続いて生じるとは限らず，それが未解決であった場合にも，また危機の最中にも起こりうる可能性がある。そのためにはトランスアクション・モデルの本来の意味である，人間と環境の二方向性に焦点を当てることによって，このプロセスが思春期の自我発達といかなる相互作用を起こしているかを検討する必要がある。個人の特性が出来事をストレスフルなものにする可能性もあるし，また出来事が個人の特性を形成することもある（本明，1986）という両者の関係は，上述した Erikson の相互性の概念とも通ずるものである。本明（1986）は，人は自然に個人的信条や自分がコミットしている事柄に多大なエネルギーをそそぐものであり，自分自身に起こりつつある意味を求めるコーピングの過程はまた Erikson のアイデンティティという概念にふれあうものであるとも述べている。

現在のところ，Blos の精神性的自我発達理論と，Erikson の標準的危機を含むアイデンティティ理論，そして Lazarus らのストレス理論は，各々独立して研究対象とされてきている。アイデンティティとストレスの関連を扱った研究は散見されるが，その多くが，アイデンティティ・ステイタスによるストレス過程の差異や，コーピング資源として民族アイデンティティを取り上げたもの（Dubow, Pargament, Boxer & Tarakeshwar, 2000）にとどまっており，アイデンティティ形成とストレス過程の相互作用について検討したものは，ほとんどみられない。そこで自我発達の契機としてストレスを取り上げ，両理論を関係づけることで，ストレスの慢性化が指摘されている思春期を対象に，自我の強さの促進を目的とした成長促進的介入のあり方についての知見を得ることができると考え，そのモデル構築の必要性を提案したい。

最後に，両理論を関連づけたモデルの構築を提案するにあたって，留意する必要があると思われる課題を以下に三点挙げる。

第一は，自我機能の一つである防衛機能とコーピングの関連である。両概念の相違は，コーピングが無意識過程を考慮しなかったために実証的研究の対象となりやすかったという背景はあるものの，相互の関連性について明らかにした研究は数少ない。特に，ある程度現実を歪曲することも精神的健康を維持するにあたって必要である（中西，1999）との指摘もあり，種々のストレスマネジメント教育におけるコーピング能力の育成と，自我機能の成熟がどのような相互作用を有するかについてモデルに組み込む必要があろう。Hartmann は，「葛藤があるから自我が自律性を獲得する」という二次的自我自律

性の概念を示している。二次的自我自律性とは，依存対象や社会環境との否定的交流との葛藤の中で形成される防衛機能の獲得を指す。自律的自我は，個体と環境の間の適応（adaptation），人格の連続性と統合性を維持する統合（integration）の機能とともに，「自我のための自我による一時的部分的退行（temporal and partial regression in the service of ego, Kris, E)」と「進展」の弾力的な機能によって，エス（欲動）のエネルギーを生産的なものに昇華する機能を営む。そのため，コーピングと防衛機能の関連を示すことで，コーピング過程と二次的自我自律性獲得過程との相互作用を明らかにすることができると思われる。

第二は，自我機能を特性ととらえるか状態ととらえるかという問題である。Blosの立場に依拠することは，自我が発達するものであるという前提に立つことを意味するが，Juni, Stack & Burton（2000）は，物質乱用施設にいる収容者を対象に自我機能のアセスメントを行った結果，ほとんどの下位尺度で再検査信頼性係数が高い数値を示したことで，自我機能が性格的な特性と言える可能性を示唆している。本稿でも指摘したように，ストレス体験を自己のさらなる成長に結びつけてとらえようとする認知自体に個人差がみられている（Parkら，1996)。この点については，自我機能の中でも変動しやすい機能とそうでない機能が混在している可能性もあり，更なる検討が必要であろう。

第三として，今日の我が国における思春期の様相と，Blos（1962）の発達論における思春期の様相では若干のズレがあるのではないかという疑問である。この点について，筆者がスクールカウンセラーとして現代の中学生・高校生と接する中で，直感的理解として得た疑問であり，実際にいかなるズレが生じているのかについては明らかでない。しかし，本稿で提案したモデルの構築にあたっては，単に理論上でその関連を検討するのみならず，現実の思春期青年期の主観に基づいた理論にする必要があると思われる。

まとめ

以上本稿では，思春期の自我発達に及ぼすストレス体験の積極的意義に焦点を合わせたモデルの構築について提案し，関連概念の先行知見を展望した。

元来，自我の強さという概念は，心理療法の効果を予測するための構成概念であり，ベースラインとしての重要性が強調されてきた（別宮，1976)。本稿では，むしろいかに自我の強さが促進され，自我機能の成熟がもたらされるかという点に焦点を当て，考察を行った。第1節では，自我の強さ及び自我機能の定義について概観し，それらを前提条件の一つとして扱った研究は散見されるものの，その促進要因に関する研究がほとんどみられないことを指摘した。第2節では，Blos（1962）の自我発達理論を検討することで，思春期の自我発達を促進する要因としてBlosが用いた残遺外傷理論の有効性及びその限界について述べた。第3節では，自我発達の促進要因としての危機概念の有効性について検討した。しかし，通常，危機という概念は，日常生活において頻繁に体験される事象というイメージはない。本稿の最初に述べたように，思春期の自我発達を促進しうるような，すべての児童生徒を対象とした成長促進的介入を考えるにあたっては，危機概念のみでは限界がある。森田（1964）は，転機について「明暗の岐路である転機をもたらすものの力の方向を見ると，内と外と上からという三方面があるように思われる。心の病や精神の世界の消息においては，とくに内面から溢れでる力，心理的転換，自己洞察によることが多い。しかし外側からの治療教育刺戟等の力が加わって，触発されることもある。またさらに本人がはっきり自覚せず，内からの力もなくなったと思われるとき，格別外からの力が加わったとも思われないのに，天来の恵みのように訪れることもある。」と述べている。転機となるような危機には，個体の側のレディネス，環境的要因，さらには目に見えない「上からの力」が働いているとの指摘である。そのため，自我発達の契機に危機を据えることは，運命論的観点に陥る危険性を伴う。そのことも踏まえ，第4節では，自我発達の促進要因として，通常誰もが体験するストレスを取り上げた。これによって，日々の生活の中で，身近に体験されるストレスをきっかけとして，思春期の自我発達を促進しうるような介入を検討する視点が開かれたと言えよう。しかし，現在のところ，ストレスを自己成長の好機ととらえる研究は散見されるものの，自我発達過程と関連づけた研究は見られない。以上の議論を踏まえて，第5節では，思春期の自我発達に及ぼすストレス体験の積極的意義に関するモデル構築の必要性について提案した。

本稿のねらいは，今日の我が国の教育指針の一つである「生きる力」の育成とも関連して，すべての思春期青年に対する自我の強化及び自我機能の成熟という成長促進的介入のあり方を模索するところにある。しかし，本稿の提案は，特別な援助ニーズを有する，問題の顕在化した事例に対する理解にとっても一助となると思われる。臨床家の仕事は，主訴の顕在化を機に来談したクライエントにとって，来談を契機として人格的成長をもたらす好機としていくような，いわば災い転じて福となすようなアプローチの可能性を模索していると言えるのではな

いだろうか。精神療法そのものが患者の人生における一大転機であり，発病の契機は回復の転機となり，契機も転機も，危機，岐れ目である（小此木，1964）。

今後，個別具体的な事例研究とともに，スクールカウンセリング活動を通じて，あらゆる思春期青年を対象とした成長促進的介入に関する臨床実践を重ねる中で，自我発達過程とストレス体験過程の相互作用を明らかにしうるような理論構築を進める必要があると考える。

引 用 文 献

馬場謙一　1987　青年期とは何か―精神分析からみた青年期―　馬場謙一・福島章・小川捷之・山中康裕（編）青年期の深層　日本人の深層分析10

Bellak., Hurvich, M. & Gediman, H. 1973 Ego function in schizophrenics, neurotics, normals. New York: Wiley.

別宮哲　1976　自我の強さの各段階における自我機能の特徴―ロールシャッハ予後評定尺度の諸研究―　心理学評論，19，4，273-307.

Bjorklund, P. 2000 Assessing ego strength: Spinning straw into gold. *Perspectives in psychiatric care,* **36**, 1, 14-23.

Blos, P. 1962 On adolescence: A psychoanalytic interpretation. Free Press　野沢英司（訳）1971　青年期の精神医学　誠信書房

Compas, B. E., Orosan, P. G., & Grant, K. E. 1993 Adolescent stress and coping: implications for psychopathology during adolescence. *Journal of Adolescence,* **16**, 331-349.

Côté, J. E. 1986 Identity crisis modality: a technique for assessing the structure of the identity crisis. *Journal of Adolescence,* **9**, 321-335.

Dubow, E. F., Pargament, K. I., Boxer, P. & Tarakeshwar, N. 2000 Initial investigation of Jewish early adolescents' ethnic identity, stress and coping *Journal of early adolescence,* **20**, 4, 418-441.

Erikson, E. H. 1956 The problem of ego identity *Journal of the American Psychoanalytic Association,* Ⅳ.

Freud, A 1936 The ego and the mechanisms of defence Internatilnal universities press inc., New York

Green, S. 1954 The evaluation of ego adequacy. *Journal of hillside hospital,* **3**, 199-203.

井内紀代　1998　事例6摂食障害　母子分離と性的成熟をめぐる葛藤―高校1年生で摂食障害を示したB子が母親から分離するまで―　古屋健治・星野命・山田良一編著　青年期カウンセリング入門―青年の危機と発達課題―　川島書店　Pp.

石隈利紀　1996　学校教育における援助システムと援助のコーディネーション　こころの科学70号（特別企画：いじめ　河合隼雄編），2-10.　日本評論社

石隈利紀　1998　学校臨床　下山晴彦（編）教育心理学Ⅱ発達と臨床援助の心理学　東京大学出版会

Juni, S., Stack, J. E., & Burton, J. M. 2000 Ego function assessment of substance abusers: standardization and reliability. *Psychological Reports,* **87**, 1185-1195.

狩野力八郎　1990　青年期の特徴　精神分析学の観点から　臨床精神医学，**19**，6，733-737.

Karush, A., Easser, B., Cooper, A. & Swerdloff, B. 1964 The evaluation of ego strength Ⅰ: A profile of adaptive balance. *Journal of nervous and mental disease,* **139**, 236-253.

川添正人　1997　学校教育の内容と方法―教科外活動と生徒指導・生活指導　江阪正巳・川添正人・古賀皓生・高橋浩・松岡尚敏　現代教育論　学文社

Klopfer, B 1951 Rorschach prognostic rating scale. *Journal of Projective Techniques,* **15**, 425-428.

近藤邦夫　1994　教師と子どもの関係づくり―学校の臨床心理学　東京大学出版会

小谷英文・中村有希・秋山朋子・橋本和典　2001　青年期アイデンティティグループ―性愛性と攻撃性の分化統合を中核作業とする技法の構成―　集団精神療法，**17**，1，27-36.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. 1984 Stress, appraisal, and coping. New York: Springer（ラザルスR. S.・フォルクマンS　本明寛・春木豊・織田正美監訳　1991　ストレスの心理学―認知的評価と対処の研究―実務教育出版）

前田重治　1976　心理面接の技術　慶応通信

町沢静夫　1988　発達とストレス　青年心理　特集『ストレス』，**67**，12-21.

文部科学省　2001　21世紀の教育改革文部科学白書平成13年度

森武夫　1989　青年期の諸問題 ― 危機理論からの展望―　日本家族心理学会編　思春期・青年期問題と家族　金子書房

森田宗一　1964　転機とは何か　望月衛編　転機　現代の青少年第二巻　誠信書房

本明寛　1986　ストレスと対処行動――ラザルス説について――　ストレスと人間科学, 1, 34-41.

長尾博　1991　改訂学校カウンセリング――新しい学校教育にむけて　ナカニシヤ出版

長尾博　1999　青年期の自我発達上の危機状態に影響を及ぼす要因　教育心理学研究, 47, 141-149.

長尾博・前田重治　1976　同一性障害の分類の試みとその臨床的意義について　九州大学教育学部紀要（教育心理学部門), 21, 1, 15-24.

中込四郎　1988　人格変容要因としての危機　筑波大学体育科学系紀要, 11, 341-352.

中込四郎・奥田愛子　1993　危機様態尺度の開発および危機様態の分類　筑波大学体育科学系紀要, 16, 153-161.

中込四郎・吉村功　1990　過去の危機様態における相互性の程度と自我機能――ロールシャッハ反応に投影された自我の強さ――　筑波大学体育科学系紀要, 13, 47-56.

中村留貴子　1998　事例4登校拒否　親からの分離・自立　古屋健治・星野命・山田良一編著　青年期カウンセリング入門――青年の危機と発達課題――　川島書店

中西公一郎　1999　防衛機制の概念と測定　心理学評論, 42, 3, 261-271.

中西信男・古市祐一　1981　自我機能に関する心理学的研究――自我機能調査票の開発――　大阪大学人間科学部紀要, 7, 189-220.

Newcomb, M. D., Huba, G. J. & Bentler, P. M. 1986 Desirability of various life change events among adolescents: effects of exposure, sex, age, and ethnicity. *Journal of research in personality,* 20, 207-227.

小川捷之　1965　自我の強さ（Ego strength）の測定に関する研究 ―その1―　東京教育大学教育学部紀要, 11, 107-122.

岡安孝弘・嶋田洋徳・神村栄一・山野美樹・坂野雄二　1992　心理的ストレスに関する調査研究の最近の動向――教育場面におけるストレッサーの測定を中心として――　早稲田大学人間科学研究, 5, 1, 149-158.

小此木啓吾　1964　精神療法における転機――精神分析の立場から――　望月衛編　転機　現代の青少年第二巻　誠信書房

大野裕　1990　青年期患者への治療技法――精神分析療法――　臨床精神医学, 19, 6, 939-943.

Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. L. 1996 Assessment and prediction of stress-related growth. *Journal of Personality,* 64, 1, 71-105.

Rice, K. G., Herman, M. A. & Petersen, A. C. 1993 Coping with challenge in adolescence: a conceptual model and psycho-educational intervention. Journal of Adolescence, 16, 235-251.

Riegel, K. F. 1975 Adult life crisis: A dialectic interpretation of development. Datan, N. & Ginsberg, L. H. Ed., Life-span developmental psychology: Normative life crisis. Academic Press

Schaefer, J. A. & Moos, R. H. 1992 Life crises and personal growth In Carpenter, B (Ed.) Personal coping: Theory, research, and application Westport, Connenticut London Praeger

Selye, H. 1936 A syndrome produced by diverse nocuous agents. *Nature,* 138,32.

下山晴彦　1998　青年期の発達　下山晴彦（編）　教育心理学Ⅱ発達と臨床援助の心理学　東京大学出版会

Simmons, R. G., Burgeson, R., & Carlton-Ford, S 1987 The impact of cumulative change in early adolescence *Child Development,* 58, 1220-1234.

Torki, M. A. 2000 Ego strength and stress reaction in Kuwaiti students after the Iraqi invasion. *Psychological Reports,* 87, 188-192.

Worden, J. W., & Sobel, H. J. 1978 Ego strength and psychosocial adaptation to cancer. *Psychosomatic medicine,* 40, 585-592.

（2002年9月30日　受稿）

謝　辞

本論文の執筆にあたり，特別なご指導をいただきました浦上昌則先生（南山大学）に，こころより感謝いたします。

原　　著

ABSTRACT

A theoretical examination of a factor of fostered ego development on adolescence
— Suggestion about framework focused on the positive meaning of stress —

Kanako TAKU

Key words: ego strength, ego function, ego development, crisis, stress, adolescence

The purpose of this paper was to suggest about necessity of new framework of ego development related positive meaning of stress on adolescence, by reviewing related literature in various areas of study. There are a lot of studies that aimed at ego strength or ego function as the baseline of psychotherapy. However, there have been very few studies about how ordinary adolescents develop their ego strength or ego function. And it is necessary to identify the factors that lead to ego development. In order to attempt to suggest about model, this paper consisted of 5 sections. First, ego strength and ego function on adolescence were discussed. Second, an interpretation of Blos(1962)'s theoretical notions of ego development was presented. Then the limitation and possibility of this theory were discussed. Third, research about crisis was discussed as a factor of fostered ego strength. Few systematic researches have been done for the positive meaning of crisis, though various authors assert that crisis has both positive and negative meaning. Forth, research about stress was discussed as a factor of spur ego development. In this area, the impact of life events has been shown to be a negative influential factor in a maladjusted reaction. But stress has also both meanings. So positive meaning of stress on ego development was discussed. Fifth, from these theoretical viewpoints, necessity of the framework of ego development related positive meaning of stress was suggested. And the possibility of suggesting model was explored. Finally, the future tasks are discussed. Especially, what factors included in stress process may contribute to ego development will be clarified. Moreover, it is emphasized that this suggestion is not only for research about normal students, but also clients and therapists at the same time.