

## 青年期の実存不安に関する研究

— 転機のプロセスモデルから —

友 松 香寿美

### 問題と目的

多様で複雑、曖昧な現代社会において、青年たちはどう存在したらよいのかわからず、存在に関する空虚感に苦しんでいると言われている。

榎本（2002）によれば、日々が虚しいのは、現実に興味を与えることのできない内的枠組みに問題があるのだという。だとすれば、世界に意味を見出すような内的枠組みを持ち得た時、自己の存在は満たされると考えられよう。そして更に、現代社会の多様さ、複雑さに対応するには、Vaillant, G.E. (1977) が提唱する、柔軟な防衛機制を目指すことが必要だと思われる。そのような自我機能を備えた内的枠組みを持つ自己を作り上げることこそ、現代青年が達成すべき課題であると言えるだろう。

また諸富（1997）は、虚しさを抱える理由として、自分が社会に存在しているという実感がなくことを挙げている。人間は本来、自らの存在の意味を充足するという欲求を抱いている。しかし、その立場は世界へと投げ込まれたものであるため、そこで求められる何かを為すことによってしか存在の意味は生まれてこない。世界が求めるものを為すことに基づく「実存」という存在様式によって生きる時、存在の意味は満たされることだろう。

ところでFrankl, V.E. (1961) は、大人として必要な要素の中に、苦悩する力を挙げている。苦悩によって存在の意味を見出した時、生きることの充実感を抱くのだという。

そこで本研究においては、苦悩する力に注目し、研究Ⅰで柔軟な防衛機制を備えた内的枠組みを持つ自己を作り上げるプロセスを、研究Ⅱで「実存」という存在様式が形成されるプロセスを検討することとする。

### 研究Ⅰ 青年期における転機のプロセスモデルの検討

転機のプロセスの仮説モデルとして、以下の3タイプを考えた。

- Aタイプ 崩壊→喪失→混乱→空白→蘇生→  
とりあえず／妥協→没頭→再構成→誕生
- Bタイプ 崩壊→喪失→混乱→修正／調節→再生
- Cタイプ 崩壊→喪失→混乱→回避→再生

### 方 法

20代の男女26名に対し、1対1での半構造化面接を行

なった。

### 結 果

面接内容を、仮説モデルの各段階に分類した結果、転機のプロセスについて、以下の5つのモデルが見出された。

- モデル1 崩壊→喪失→混乱→空白→  
とりあえず／妥協→没頭→再構成→誕生
- モデル2 崩壊→喪失→混乱→とりあえず／妥協→  
没頭→誕生
- モデル3 崩壊→喪失→混乱→再構成→誕生
- モデル4 崩壊→喪失→修正／調節→誕生
- モデル5 崩壊→再構成→誕生

### 考 察

モデル1では、柔軟で成熟した内的枠組みを持つ自己が作り上げられていた。

モデル2では、**没頭**によって自分のポジティブな面を発展させ、ネガティブな面に関しては修正するという構えが生まれている。それゆえに、生産性を目指した、また、矛盾を許さず、一面的な内的枠組みを持つという自己が誕生していた。

モデル3においては、それまでの自己を「死」へと追いやった問題を解決することによって、**混乱**の段階を脱し、**再構成**、**誕生**に至っている。そのため、自己を崩壊させた問題を解決したという自信に基づく積極的姿勢を持つものの、多面的、矛盾を引き受けることの出来ない自己が誕生している。

モデル4は、自己の「死」に伴う不快感情に耐えられず、自己修正、自己調節が行なわれている。その結果、最終段階においては、防衛的な姿勢を備えた偽りの自己が誕生していた。

モデル5は、**崩壊**において、それまでの自己の「死」と引き換えに、魅力的な新しい物の見方が提供されている。そのため、すぐにそれを取り入れ、内的世界が再構成された結果、新しい自己の誕生へと至っていた。それゆえ、新しい自己は、状況依存的で非内省的な姿勢を持つ、脆弱で不安定なものであると思われる。

以上のことから、大人になるためのイニシエーションとなり得る転機のプロセスは、モデル1のみであると言えるだろう。

## 研究Ⅱ 転機のプロセスと実存不安

「実存不安」とは、「実存」を目指すと共に抱かれるものであり、ポジティブな意味をもつ不安である。より実存的に生きる程、より「実存不安」を抱くことになる。しかし、実存的に生きるという状態が瞬間のものである以上、「実存不安」も、我々の日常性においては明確に感知し得ない。そこで、本研究においては吉田・小熊(1988)の主張を支持し、どれだけ実存的に生きているかを測定することによってどれだけ「実存不安」を抱いているかを測定、研究Ⅰで提案された青年期の転機のプロセスモデルと、「実存不安」との関係を調査する。

## 方 法

転機の経験についての面接後、吉田・小熊(1988)の実存不安尺度に回答してもらった。

## 結 果

実存不安尺度の総得点において、中央値より30点以上高い得点の者をH群に、30点以上低い者をL群に、また各カテゴリーの合計得点において、中央値より5点以上高い者をH群に、5点以上低い者をL群とした。

H群、L群に属するものの転機のプロセスは以下のようである。

実存不安：H群＝モデル1

L群＝モデル4＋**回避**，**誕生**or**再生**

苦悩：H群＝モデル1

L群＝モデル4＋**回避**

実感：H群＝モデル1

L群＝モデル4－**喪失**＋**回避**，**誕生**でなく**再生**

仕事：H群＝モデル1

L群＝モデル4＋**混乱**＋**回避**，**誕生**or**再生**  
モデル5

活動：H群＝モデル1

モデル5

L群＝モデル4＋**混乱**＋**回避**

かかわり：H群＝モデル1

L群＝モデル3

モデル4

出会い：H群＝モデル1

モデル4＋**混乱**＋**空白**

L群＝一定のパターンは見られない

## 考 察

「モデル1」と「モデル4＋**回避**，**誕生**or**再生**」の大きな違いは、それまでの自己の「死」にまつわる不快感情へのかかわり方である。「モデル1」では、それらを全て引き受け、その中で苦悩するうちに自らの「生」を感じ取った結果、「生」を発揮させるに至っている。それに対して「モデル4＋**回避**，**誕生**or**再生**」においては、不快感情を引き受けることが出来ず、それを解消する試みが重ねられている。従って、自己の「死」に伴う不快感情について主体的にかかわり、苦悩することは、「実存」という存在様式へ近づくための手段だと考えられるだろう。

なお、『活動』は、「モデル5」を経ることによっても高められている。「モデル5」では、何らかの活動の結果ではなく、心の転換から新しい見方が生まれている。そのような経験は、活動に対する目的性、生産的な期待を大きく裏切るものであったに違いない。そのため、『活動』において、実存的なあり方が形成されたと考えられる。

また、『出会い』は「モデル4＋**混乱**＋**空白**」によっても高められていた。このプロセスでは、**空白**の中で心の転換が起きている。従って、心の転換の経験は、『出会い』という『実存不安』を高めるものと思われる。

更に、『仕事』は「モデル5」によって高められることはなかった。このプロセスには、自らの「生」全てを投げかけて何かを為すという経験が存在しない。それゆえ、「生」を投げかけて何かを為すことなど想像出来ず、ましてやそれを「仕事」として捉えるという視点が生まれるはずもない。「生」全てを投げかけて何かを為すという経験なくして、『仕事』という『実存不安』が高まることはないと言えよう。

そして、「モデル3」は『かかわり』を高めないことが示された。このプロセスでは、自分だけの世界に閉じこもる中で、自己の「死」をもたらした問題を解決している。従って、「死」にまつわる問題に対する閉ざされた姿勢から、『かかわり』という『実存不安』が高まることはないと考えられる。