

## 〔1〕今の子どもたちをどうとらえるか

### 【思春期・青年期の心理】

#### ○理想の自己と現実の自己

人は、身体的発達・性的成熟・社会的存在感の獲得、人生観の獲得等を通して大人になっていきます。その過程でこうありたいととらえる「理想自己」と「現実自己」の間にギャップが生まれ、それに伴って起こる心の揺れは、誰しもが経験するものです。そのギャップを成長の糧として生かせればよいのですが、「理想自己」像が極端に高かったり、「現実自己」を強く否定したりすると、自己嫌悪感が強まってしまいます。

#### ○自己、他者、社会のあり方への批判や疑問

自己の成長に伴い、人、物事、出来事を客観的に認識し、自分の理想や経験に基づき、様々なことを感じたり考えたりすることができるようになってきます。ただ、理想のみを求め過ぎることで、「いい加減さ」や「適当さ」を受け入れられなくなり、結果的に自分が苦しくなってしまうことがあるのです。

#### ○自立に伴う不安

この時期になると、幼児期・児童期まで見られた親への依存状態から脱却して、親離れしていきます。時には批判や反発、拒否をしながら、自分の道を探し進もうとします。自分と向き合い、他者と向き合い、時には分かり合えない孤独にも耐えていきながら成長し、自立していくのです。

### 1 自己肯定感の希薄さ

#### (1) 自己肯定感とは

「自己肯定感」は「I'm OK」、つまり「私はありのままでもいいんだ」ということであり、乳幼児期の発達課題である「基本的信頼感」がベースになって育まれます。基本的信頼感は、乳児期に身につけねばならない大切な発達課題です。しかし、育児放棄、虐待など、親が子ども

にも害を与えていれば、当然、自己肯定感を獲得することができません。自己肯定感を高めるためには、他者から受け入れられること、自分のことを認めてもらえること、必要とされているという実感が持てることなど、成功体験の積み重ねが重要です。

しかし、親に殴られたり、精神的苦痛を与えられると、子どもはその理由を「自分が悪いからだ」と位置づけてしまいます。自己否定感を抱えたまま青年期に至ると、アイデンティティを確立する際に、この「自己否定」が前面に押し出され、問題化します。自分で自分を否定しているのに、自殺企図、自傷行為、摂食障害、アルコール中毒、薬物中毒、極端な浪費、不特定多数との性交渉など、自分を傷つける行為に出ることが多いのです。

#### (2) アンケートから見える中・高校生の姿

○『不登校児童生徒の援助・指導の在り方に関する調査研究Ⅱ』（栃木県総合教育センター H15.3.発行）の調査では、欠席には至っていないものの、欠席へと発展する可能性のある「行きたくない」群の児童生徒の実に65%が、自己に対する否定感が強いという結果が出されました。

○『中学生の生活意識に関する調査』（2002 日本青少年研究所）によると、

・「私は自分に大体満足している」

アメリカ54%、中国24%、日本9%

・「私は人並みの能力がある」

アメリカ57%、中国49%、日本16%

・「私は他の人々に劣らず価値のある人間である」

アメリカ52%、中国49%、日本9%

という結果が出されています。

○『高校生の未来意識に関する調査』（2002 日本青少年研究所）では、

・「自分のことを自分で駄目な人間だと思

ますか？」

アメリカ46%、中国37%、日本73%

・「自分に何一つ誇れることがない」

アメリカと中国23%、日本53%

という結果が出ています。

上記のアンケート結果から、日本の中・高校生は“何一つ誇れることがなく、価値のある人間だとは思えない”という、自己肯定感が非常に乏しく、寂しい現実が見えてきます。

### (3) 友人関係における同調圧力

思春期という時期は、発達的に友人関係、仲間関係、グループ関係が最大の関心事であり、その中で自分の存在を確認していく時期です。そこでは、無意識に同調を強いるような圧力が働きますが、それが「同調圧力」です。この圧力はきわめて強力であり、大人から見れば異様と思えるほど仲間と同じであろうとする心理機制を生み出します。そこで、仲間から“変わっている”とか、“暗い”とか、“まじめ”や“いい子”などと思われないように気を遣い、また、“雰囲気壊さないように”“雰囲気を盛り上げるように”気を遣います。その結果、仲間への気がねや遠慮、緊張や防衛が働き、他人の意見に合わせ、反対しないということが起こります。それは、同時にまた、自分の意見に反対されると不快に感じ、深く傷つくことになります。だから「傷つきたくない」ということで、深入りすることを避ける友人関係が生まれるのです。

それを裏付けるかのように、前述の当センターの調査研究における中・高校生の自由記述では、

- ・なかなか本当の自分を出せない。(中学生)
- ・他人から嫌われないように他人と歩調を合わせていくだけ。(中学生)
- ・学校は、みんなと同じ行動を取った方が有利なところだ。(中学生)
- ・高校で友達がたくさんできたけど、ありのままの自分を見せることができないし、友達の話に合わせるのが辛い。(高校生)
- ・楽しくなくても笑わなくてはいけない時がある。すごく疲れる。(高校生)

という感想や意見が見られます。

人間は、人とのつながりの中でしか生きていきません。傷つけ合ったり、それを修復し合ったりして人とのつながりを作っていくのです。この時期に必要なことは、かけがえのない自分と、かけがえのない他者の存在に気づき、異質ないろいろな人と折り合い、助け合ったりすることを学んでいくことです。

## 2 行動化してしまう子どもたち

様々な悩みを持ち、「生きづらさ」を感じているけれども、うまく表現できない子どもたちが増えています。その思いを言葉にできず行動に表すことを「アクティング・アウト (acting out) = 行動化」と呼びます。アクティング・アウトの中には、援助交際や家出、非行、薬物依存、自傷行為、自殺企図などが考えられます。

80年代の初め頃に、竹内敏晴は、「言葉が失われるとそれが身体にあらわれる」と指摘しました。それは学校に行かなければという心とは裏腹に、“身体が学校を拒否する”不登校を見れば分かります。私たちは言葉を抑圧されれば、熱が出たり、皮膚に湿疹が出てくるというように、身体が反応してくるのです。

現代は、表面的な人間関係が多くなってきています。個性の尊重が叫ばれてはいますが、かえって認められる「個性」の幅は狭くなってきているように思われます。その中で「偽りの自己」を作り、「よい子」を演じる人たちには、生きづらさを感じている人が多いのです。そうしないと周囲からの承認を得られない。しかしながら、心の底では、「本当の自分」とは何かを求め、もがいているのです。

非行に走る少年たちも同じように、心の葛藤を言葉で表現することが苦手で、衝動的に行動で表してしまいます。これもアクティング・アウトであり、少年たちが心に抱えた問題を外に表現した「SOS信号」と見ることもできます。