Tsukuba Psychological Research
1993, **15**, 195-200

青年期における分離-個体化と不安

筑波大学心理学系　山本　誠一

The separation-individuation process and anxiety in adolescence.

Seiichi Yamamoto (*Institute of Psychology, University of Tsukuba, Tsukuba 305, Japan*)

This study aimed at examining the relationship of different aspects of separation-individuation process and two distinct aspects of anxiety (positive anxiety, negative anxiety) in adolescence. Japanese Separation-Individuation Test of Adolescence (Takahasi, 1989) and two anxiety scales (Yamamoto, 1988) were administered to 963 high school students and 323 undergraduates.

The results indicated a significant relationship of negative anxiety to some of primitive aspects of the process like factors of"incapacity to be alone", "need for symbiosis", "rejection of interpersonal relation", while they indicated a significant relationship of positive anxiety to a well-developed aspect of the process like factor of "achievement of separation-individuation".

Key words : separation-individuation, negative anxiety, positive anxiety, factors, adolescence

青年期は，特に人格形成の時期と言われ，この時期の在り様は青年に大きな影響を及ぼすとされる．なかでもこの時期にいつの間にかやってくる，親(或いは慣れ親しんだ価値観等)からの分離・独立の衝動に対する青年自身の取り組み方は，その如何によって「第二の誕生」の言葉のとおり，青年をまったく変容させてしまうほどである．この点について西平(1990)はその生育史心理学の視点から，青年が自我に目覚め，親や周囲からいつの間にか獲得し慣れ親しんできた(借り物の)価値観に疑問を抱き，いったん精神的に親から離れ，試行錯誤する過程で再び親を自分と別個の人間として認め共感する，といった心理過程を「第一次心理的離乳」・「第二次心理的離乳」と捉える等，洞察に富む検討(自分らしい独自のものを追及し獲得形成して行く過程における高次精神生活での心理的離乳として，さらに「第三次心理的離乳」の提言等)を行っている．

また近年，対象関係論の流れを組むMahler.M.S.(1975)の提唱した「分離－個体化過程」(Separation-Individuation Process：乳幼児の母親からの精神的・身体的分離の発達過程)の考えをもとに，P.Blos(1962)らは上述のような青年期の心性を精神分析的な観点から理解し，青年期を「第二の個体化過程」として捉えた．さらにこの視点の有効性は，その後多くの研究者によって支持され発展してきた．(Kroger, J.F., 1985; Levine, J.B., Green, C.J., & Millon, T., 1986; Levitz-Jones, E.M. & Orlofsky, J.L., 1985；高橋蔵人，1989など)

この分離－個体化過程とは，Mahler.M.S.によると，乳児ははじめ身体的・精神的に母親と一体化した共生的関係にあり，次に自他未分化な状態にある乳児が次第に母親から分離し外界に興味を持ち初め(分化期)，母親をホームベースとして身体的にも外界への志向・探索が始まる(練習期)．次の中間段階はより危機的で，慣れ親しんだ母親から離れると分離不安を感じ，不安となって戻ると，同時にそれとは逆の「のみこまれる」ような不安を覚えて，母親からの離脱を欲求する(再接近危機)．このようなアンビバレントな依存と自立を巡る葛藤が，分離－個体化過程の大きな特徴である．だが，乳児はやがて玩具などの「移行対象」(青年では，友人)と言う母親の代理的存在の助けを得，母親との間に適切な距離を見いだしてこの危機を越え，母親と自分とが異なる存在であることを受け入れて安定した自律的な

存在になる(個体化期・情緒的対象恒常性の確立時期). 青年がこのような過程を精神内的なレヴェルで, 親に代表される幼児的依存対象に対して繰り返すというのが, 青年期における第二の分離－個体化の考えである.

また, 青年が, 慣れ親しんだ親やその価値観から分離して, 試行錯誤で自分らしい独自のものを追及し獲得形成していく過程(一種の創造過程)においては, 不慣れでこわい未知な世界と対峙し, 逃げずに挑戦し対決することを強いられ, 青年はいつもどこかに不安感を抱くことになると考えられる. つまり青年の第二の分離－個体化過程はまた様々な不安に彩られ, 不安とは切っても切れぬ不可分のものであるとも言える.

しかしながら, これまで青年期の分離－個体化過程と青年期の不安との関係について実証的な観点から検討を行った研究は見当らない.

従って本研究では, 特に青年期の不安の中でも, 山本(1988, 1989, 1990a, 1990b, 1991, 1992)により提出され検討された, 主に従来から心理学で取り上げられてきた不安(抑制不安：人間的成長によりネガティブな意味をもつ不安), およびそれとは異なる青年期の自己実現や人格形成期に特徴的な不安(成長不安：人間的成長によりポジティブな意味をもつ不安), の2不安とこの青年期の分離－個体化過程の諸々の様相(どういう状態・段階か)との関連性を, 具体的な尺度を用いて実証的に検討することを目的とする. (なお, 本研究では分離－個体化過程を測定する尺度項目やその規定因子等については, 高橋蔵人(1989)の研究に拠っている.)

具体的な本研究の目的は, 1)第二の分離－個体化過程の7つ因子に関して, 学年(高校1年から大学2年まで)と性差(高橋(1989)では検討されていない)の2要因について, 主効果と交互作用について検討すること, さらに2)分離－個体化過程の7因子と成長不安・抑制不安との関係を検討すること, である.

<方　法>

岩手・茨城・千葉・鹿児島県の高校生　計963名(1年男子88名・女子120名, 2年男子202名・女子212名, 3年男子106名・女子235名)および茨城県内の大学生計323名(1年男子106名・女子107名, 2年

Table 1　分離－固体化尺度の因子別項目例

1)「両親からの分離欲求」……青年が, 両親から心理的および物理的にも, 距離をとろうとする態度を示す。両親に対する依存性は否認され, 両親は本人の自由を束縛するものと感じられている.
　例)親が邪魔で私は本当にやりたいことができない。
　　一人暮らしをして, 親から一人になる日が待ち遠しい.

2)「対人交流の拒否」……他者に対する依存性を否認し, 両親や友人との情緒的な対人交流に背を向けて拒否的に引き籠もっているという態度を示す.
　例)人を心の底から信用するなんて私にはできそうにない.
　　親友は, 特に必要だと思わない.

3)「自惚れ」……自己の能力に対する通信や自惚れを表す.
　例)私は周囲から尊敬されている。
　　時々自分の能力と才能にびっくりしてしまう.

4)「共生欲求」……他者との共生的な関係を求める気持ちやそういった関係を維持したいという気持ちを表している.
　例)仲の良い友達とは同じクラスになって同じクラブに入って, できるだけ一緒の時間を多く持ちたい.

5)「分離－個体化の達成」……自己と他者との違いを認識し自分自身の判断による行動を望むといった態度を表し, 対人関係において他者の長所と短所の両面を見ることができるといった特徴を示している.
　例)友達は友達, 私は私で好きなことをやればいいと思う.
　　親のいうことが絶対正しいとは限らない.

6)「友人関係の確立」……友人関係における親交や親密さを表す.
　例)私には何でも話せて一緒にいるととても安心できる友達がいる.
　　私のことをとても良く知っていて, 私が何を考えているか本当に分かってくれるような友達がいる.

7)「一人でいられなさ」……一人でいることの寂しさが強調され, 誰かと話をしたい, 接触を持ちたいという気持ちが示されている.
　例)一人でいるとふと淋しくなって友達に電話をかけたりすることが時々ある.

男子47名・女子63名)に対し，1991年５－７月にかけて以下の尺度を実施した．

①分離－個体化尺度(JASITAの100項目のうち，因子として残された52項目で，「まったくちがうと思う」～「まったくそう思う」まで各１点～５点配分の５件法)，(なおJASITAは，Levine, J.B. ら(1986)のSITA: separation-individuation test of adolescenceをベースに高橋が作成したものである．)

②山本(1988)の成長・抑制不安の両尺度(各々10項目，15項目の計25項目で「全然そうではない」～「まったくそのとおりだ」まで各１点～６点配分の６件法)を併せて実施した．

なお，分離－個体化尺度の因子別項目例をTable 1に示す．

＜結果と考察＞

(１)分離－個体化過程の学年差・性差

分離－個体化の各下位の因子について，学年(高校１年・２年・３年・大学１年・２年)×性(男・女)の二要因分散分析を行った．その結果，いずれの因子についても２要因の交互作用は見られなかった．性の主効果は，「分離－個体化の達成」を除くすべての因子において，５％水準で有意となった．すなわち，「両親からの分離欲求」「対人交流の拒否」「自惚れ」は男子の方が女子よりも有意に得点が高く(順に，$F(1,1173)=54.32$, $p<.01$, $F(1,1173)=4.11$, $p<.05$, $F(1,1173)=3.95$, $p<.05$)，「共生欲求」「友人関係の確立」「一人でいられなさ」では女子の方が男子よりも有意に得点が高かった(順に，$F(1,1173)=5.54$, $p<.05$, $F(1,1189)=27.65$, $p<.01$, $F(1,1189)=24.77$, $p<.01$)．また学年の主効果では「両親からの分離欲求」「共生欲求」が学年を経るにつれて有意な得点の変化(減少)が見られ(順に，$F(4,1173)=4.75$, $p<.01$, $F(4,1173)=14.53$, $p<.01$)，一方，「分離－個体化の達成」「一人でいられなさ」では学年を経るにつれ有意な得点の変化(増加)が見られた．(順に，$F(4,1173)=14.11$, $p<.01$, $F(4,1189)=9.34$, $p<.01$)

次に，分離－個体化尺度の各因子毎の検討を行った．(Fig. 1に分離－個体化の各因子得点の学年推移の結果を，Table 2-1には各因子の学年平均点，Table 2-2には有意差の見られた学年対(５％水準)を示す．)

「両親からの分離欲求」では，高校生間，大学生間では有意差はないが，高校から大学への過程で得点が下がる．また全体的には，男子の方が女子よりも得点が高い．津留(1970)の指摘では，青年期過程

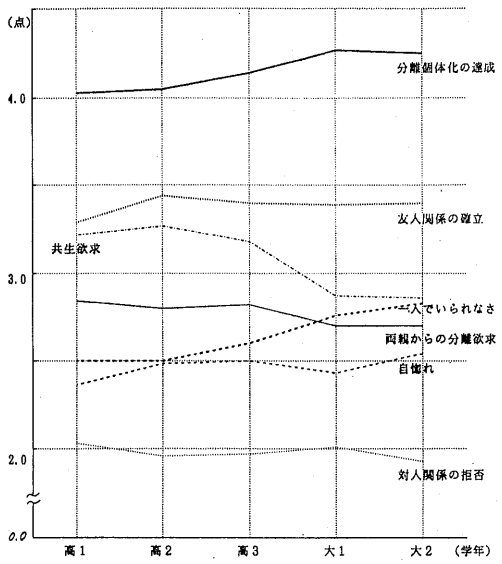

Fig. 1　分離個体化の各因子の学年推移

は男子より女子の方が約１年早く進んでいるとするが，この結果からも同様のことが示唆される．また男子と女子における分離－個体化過程の様態事態が，本質的に異なっているためとも考えられる．この点について，例えば高橋裕行(1990)は同一性と次の親密性の獲得という発達課題の視点から性差に関する研究を行っている．

「対人交流の拒否」では特に学年間の差は見られなかった．性差では男子の得点が高く，特にこの差は高校段階で顕著であった．

また「自惚れ」も学年間で差は見られず，男子の方が高得点であった．

「共生欲求」も「両親からの分離欲求」と同様，高校から大学にかけて低下していることは，分離－個体化が進んでいることを示す納得のいく結果であった．性差で女子の方が高いという結果は，これまでの日本文化では女子の方が，より許容されている部分が強く，分離－個体化過程の遅れというより，日本女子の分離－個体化過程の一つの特性を表すものとも考えられないだろうか．

「分離－個体化の達成」では高校段階と大学段階とで有意な差があり，得点が上昇する傾向，つまり高校段階より大学段階で「分離－個体化の達成」の段階に入る人が多い傾向が見られた．これは分離－個体化という考え方が，青年期の発達を検討する際の指標として妥当性を有するものであることを示唆する結果とも考えられる．また，この因子にだけ性

Table 2-1　分離－個体化の各因子の学年別平均点

因子名	高1	高2	高3	大1	大2	全体
両親からの分離欲求	2.84	2.80	2.82	2.70	2.70	2.78
男子	3.00	2.93	2.95	2.81	2.79	2.91
女子	2.74	2.67	2.75	2.58	2.62	2.69
対人交流の拒否	2.03	1.96	1.97	2.01	1.93	1.97
男子	2.14	2.01	2.04	2.03	1.86	2.03
女子	1.95	1.90	1.93	1.98	1.99	1.93
自惚れ	2.36	2.48	2.50	2.43	2.54	2.46
男子	2.41	2.56	2.54	2.45	2.56	2.51
女子	2.32	2.41	2.47	2.41	2.53	2.42
共生欲求	3.22	3.27	3.18	2.87	2.86	3.12
男子	3.15	3.18	3.13	2.83	2.82	3.05
女子	3.26	3.35	3.20	2.93	2.89	3.17
分離-個体化の達成	4.03	4.05	4.14	4.27	4.25	4.13
男子	3.94	4.05	4.11	4.27	4.28	4.11
女子	4.09	4.07	4.16	4.27	4.24	4.15
友人関係の確立	3.29	3.44	3.40	3.39	3.40	3.39
男子	3.07	3.32	3.20	3.29	3.34	3.25
女子	3.46	3.56	3.49	3.50	3.44	3.50
一人でいられなさ	2.50	2.50	2.60	2.76	2.83	2.61
男子	2.38	2.36	2.44	2.68	2.72	2.47
女子	2.59	2.66	2.68	2.85	2.91	2.71

Table 2-2　有意差の見られた学年対(多重比較の結果)

	高1	高2	高3	大1	大2
高校1年					
高校2年					
高校3年	C	C,L			
大学1年	P,S,C,L	P,S,C,L	P,S,C,L		
大学2年	P,S,C,L	S,C,L	P,S,C,L		

P：両親からの分離欲求　D：対人交流の拒否
N：自惚れ　S：共生欲求
C：分離-個体化の達成　F：友人関係の確立
L：一人でいられなさ

差が見られなかったが，これは全体的に男子青年と女子青年とを比べた場合，「分離－個体化の達成」程度に特に差がないことを意味するものであろう．

「友人関係の確立」は，学年要因に関しては有意味な差はないが，性差では女子が男子より有意味に高得点を示した．これは女子の方が，男子より友人関係が親密なことを意味するが，この場合，男子の友人関係(の親密さ)と女子の友人関係が質的に異なることが推測され，むしろそれが原因ではないかと考えられる．例えば，男子が「友人」という場合，どちらかと言えば同性を指すことが多く，非共生的で，議論しあうような「親友」が多いと思われるが，女子では，より共生的な親密さが重要視されることが推測される．これはまた加藤(1987)が指摘するように，女子が自己開放性が高いのに対して，男子はより自己開示性が低くより閉鎖的であることを，反映した結果とも考えられるものであろう．

「一人でいられなさ」に関しては，学年差・性差ともに有意であった．高校後半からこの得点が徐々に上昇し，高校段階と大学段階との間に有意な差があった．この理由に関しては，大学入学後，受験の忙しさもなくなり，本来の青年期の課題である「自分とはなにか」などのアイデンティティの問題について，様々な経験を通して取り組まざるを得ず，この過程で「ひとりであること」(孤独)を，より強く意識するためではなかろうか．また，本研究では対象となった大学生がほぼすべてアパートや学生宿舎で生活し，親から離れて一人住まいであったことは，無視し得ない本研究の問題点であり，今後検討されるべき課題でもあろう．またこの性差については，女子のほうが男子より有意に高かったが，これは「友人関係の確立」で既述した女子の自己開放性の高さとも関連するものであるが，この時期の女子における対象希求性の増大とも考えられるのではなかろうか．

(2)分離－個体化過程と不安との関係

次に分離－個体化過程と青年期の不安との関連を見るため，分離－個体化の各因子と成長不安・抑制不安との相関係数(Pearson のr)を算出した．全体の結果を Table 3に示す．以下この結果に基づいて，結果を総合的全体的に検討していく．

まず，「対人交流の拒否」「共生欲求」「「一人でいられなさ」の各因子は抑制不安との間に弱い正の相関が見られた．これは「対人交流の拒否」「共生欲求」「一人でいられなさ」などの分離－個体化過程のよりプリミティブな段階の青年の不安が，人間的成長を抑制する不安と関連することを意味する結果であろう．

また「友人関係の確立」は抑制不安との間に弱い負の相関が見られた．これは，青年が分離不安を乗り越え，個の確立へとむかう孤独で危機的な過程に，その移行対象として(あるいは青年の自我理想に大きく影響する)友人関係をもつことが，退行的・行動抑制的不安をその青年がもちにくいことと関連すること，を意味する結果と思われる．

さらに「分離－個体化の達成」は成長不安との間に弱い正の相関が見られた．これを学年進級の視点で見ると，両者の正相関は学年が上昇するに連れて強くなる傾向のあることが推測される．つまり「分

Table 3　分離－個体化の各因子と２不安の相関

		両親からの分離欲求	対人交流の拒否	自惚れ	共生欲求	分離個体化の達成	友人関係の確立	一人でいられなさ
全体	成長不安	－.077	－.150	.164	.112	.240*	.040	.050
(1250～1315)	抑制不安	.116	.226*	－.185	.350*	.054	－.227*	.347*
高校全体	成長不安	－.098	－.145	.178	.114	.203*	.061	.086
(939～998)	抑制不安	.112	.191	－.160	.328*	.072	－.225*	.353*
高校１年	成長不安	－.102	－.058	.146	.129	.171	.036	.041
(189～203)	抑制不安	－.009	.170	－.101	.315*	.134	－.221*	.263*
高校２年	成長不安	－.097	－.208*	.164	.177	.190	.113	.085
(380～413)	抑制不安	.123	.131	－.127	.225*	.089	－.181	.308*
高校３年	成長不安	－.080	－.099	.199	.026	.257*	－.026	.095
(321～341)	抑制不安	.173	.271*	－.184	.440※	.001	－.285*	.442※
大学全体	成長不安	－.030	－.163	.179	.078	.408※	－.028	－.038
(310～319)	抑制不安	.135	.336*	－.263*	.259*	－.007	－.235*	.342*
大学１年	成長不安	－.069	－.153	.057	.095	.315*	－.051	－.031
(204～211)	抑制不安	.098	.316*	－.298*	.184	－.071	－.275*	.294*
大学２年	成長不安	.057	－.226*	.304*	.034	.583※	.028	－.038
(104～110)	抑制不安	.228*	.360*	－.136	.445※	－.164	－.148	.472※
男子全体	成長不安	－.117	－.244*	.195	.096	.261*	.088	.033
(526～556)	抑制不安	.151	.276*	－.139	.320*	.034	－.214*	.383*
女子全体	成長不安	－.041	－.070	.126	.128	.214*	.004	.053
(705～739)	抑制不安	.105	.190	－.226*	.299*	.057	－.243*	.332*
高校男子	成長不安	－.159	－.232*	.205*	.101	.195	.121	.092
(380～405)	抑制不安	.193	.220*	－.119	.372*	.058	－.222*	.403※
高校女子	成長不安	－.058	－.074	.144	.126	.190	.001	.070
(541～574)	抑制不安	.079	.171	－.193	.302*	.064	－.241*	.331*
大学男子	成長不安	－.017	－.277*	.168	.085	.488※	－.001	.108
(145～152)	抑制不安	.080	.428※	－.193	.235*	－.077	－.205*	.337*
大学女子	成長不安	－.009	－.033	.073	.074	.354*	－.034	.036
(159～167)	抑制不安	.201*	.266*	－.333*	.293*	.051	－.252*	.364*

(　)内：被検者数

$.0 \leqq |r| \leqq .2$：ほとんど相関なし，$.2 < |r| \leqq .4$：弱い相関あり(*)

$.4 < |r| \leqq .7$：比較的強い相関あり(※)，$.7 < |r| \leqq 1.0$：強い相関あり

離－個体化の達成」の得点は学年の上昇につれて高くなるという結果(高橋，1989)を既に得ているが，本結果は分離－個体化の程度が進むにつれ，病的な不安(抑制不安)よりもむしろ人間的成長を促進する不安(成長不安)との関連性が強まることを意味するものと考えられる．

要　約

本研究の目的は，青年期における第二の分離－個体化(心理的離乳)と２種の不安(成長不安と抑制不安)との関係を検討することであった．そのため，青年期の分離－個体化過程を捉える分離－個体化尺度(J.B.LevineらのSITA; separation-individuation test of adolescenceの，高橋による日本版JASITA内の７因子52項目)，および成長・抑制不安尺度(山本，1988作成)が，高校生963名，大学生323名に対して実施された．主な結果として，「対人交流の拒否」「共生欲求」「一人でいられなさ」など分離－個体化過程のよりプリミティブな段階の因子では抑制不安とに関連が見られ，「分離－個体化の達成」という分離－個体化過程のより進んだ段階を示す因子では成長不安とに関連性があることが明らかとなった．

引　用　文　献

ブロスP．　野沢栄司(訳)　1971　青年期の精神医学　誠信書房．

(Blos, P. 1962 *On Adolescence: A psychoanalytic Interpretation*. The Free Press of Glencoe, Inc.)

加藤隆勝 1987 青年期の意識構造－その変容と多様化 誠信書房.

Kroger, J.F. 1985 Separation-individuation and ego identity status in New Zealand university students. *Journal of youth and adolescence*., **14** (2), 133-147.

Levine, J.B., Green, C.J., & Millon, T. 1986 The Separation-Individuation Test of Adolescence. *Journal of Personality Assessment*, **50** (1), 123-137

Levitz-Jones, E. M. & Orlofsky, J. L. 1985 Seperation-individuation and intimacy capacity in college woman. *Journal of Personality and Social Psychology*, **49** (1), 156-169.

マーラーM.S.・パインF.・バーグマンA. 高橋雅士・織田正美・浜田 紀(訳) 1981 乳幼児の心理的誕生. 黎明書房.
(Mahler, M.S., Pine, F.. & Bergman, A. 1975 The Psychological Birth of Human Infant. New York: Basic Books.)

西平直喜 1990 成人になること－生育史心理学から(シリーズ人間の発達4) 東京大学出版会

高橋蔵人 1989 青年期における分離個体化に関する研究－質問紙調査による考察 心理臨床学研究 **7** (2), 4-14

高橋裕行 1990 「親密性地位」の検討と同一性地位と親密性地位との連関における性差の検討 教育心理学研究 **38**, 240-250

津留 宏(編) 1970 青年心理学 有斐閣

山本誠一 1988 青年期における不安の二側面 －「成長不安」と「抑制不安」の検討－ 筑波大学修士論文(未公刊)

山本誠一 1989 青年期の不安と人間的成長 －「成長不安」尺度の検討 1989, 日本教育心理学会第31回総会発表論文集, 207.

山本誠一 1990a 青年期における成長不安と悩みの関係 日本発達心理学会第1回大会発表論文集, 153.

山本誠一 1990b 青年期の成長不安と対人態度 1990, 日本心理学会第54回大会発表論文集, 143.

山本誠一 1991 青年期における成長不安と抑制不安の相互作用に関する検討－人間的成長性との関係について 筑波大学心理学研究, **13**, 115-160.

山本誠一 1992 青年期の成長不安・抑制不安を規定する要因の検討－自我の強さ・自尊感情の観点から－ 筑波大学心理学研究, **14**, 81-86.

付 記

本研究は多くの方々からのご協力を頂きました. 特に, 神戸大学教育学部講師斉藤誠一, 国立教育研究所研究員加藤 厚の両先生, また筑波大学人間学類3年(当時)の石田佳子さん, 大川雅代さん, 河原奈津美さん, 高橋久美子さん, 友田賢一郎君, 矢作博子さんには, 記して深謝申しあげたいと思います.

－1992.9.30受稿－