



## 子どもの心の健康講座 ⑨

# 子どもの精神発達 (3)

今月は、エリクソンが提唱した発達段階のうち、中学生から20代前半ごろまでにあたる「青年期」についてお話しします。

エリクソンは青年期の課題を「同一性（アイデンティティー）」の確立であるとしました。これは、自分が本当は何者であるのかを知ることです。

人は幼児期から、自分の内や外の出来事に対して感情を感じる、意味づけをする、行動するなど、独自の反応をし自分の好みによって物事を取捨選択して、自分とはこういうものであるというパターンを形作っていきます。

青年期では特にこの傾向が強まります。友人、恋愛相手、仕事仲間などと関係を密にし、良いことも悪いことも含めて深い交流を重ねる中で、自分というものを知っていくのです。

趣味や学業生活の内容、職業、さまざまな活動に對

する姿勢、行動の仕方、人間関係を営むあり方の特徴など、個人の特性によって、あるいは社会がその青年をどう受け入れ認めるか、によっても自己の同一性が形成されます。

自分のアイデンティティーに迷ったり、自信を持ってない時、集団の中で認められる感覚に乏しい時に「同一性の混乱」が起こります。

これは自己を確立する上で、だれでもある程度は必ず経験する、当たり前で必然的な感覚でもあります。

大人の皆さん、今この年代に生きている青年期の皆さん、『自分はどういうものなのかを問い続け、迷い、悩む』、もしくは『はつきりと嫌なことがあるわけではないけれど、自分が葛藤

していることに気づかずに何だかもやもやしている』『イライラする』『苦しい』という感覚を抱きながら、毎日やっとなりやっとなり切っていく』という感覚に覚えがあるのではないのでしょうか。

自分というものを激しく探究する時期であるため、自意識がとて強くなりま

す。○自分が社会の中でどんな役割や立ち位置にあるか○人からどのように見られているか○どんな人と仲間になるか○など過剰なほどに敏感になる時期です。

過敏になり過ぎると、自信を損ね、対人不安や恐怖を感じ、心のエネルギーを摩耗して、学業や対人交流という社会活動を続けられなくなる、ということもあ

ります。

自分を確立するための自分探しと選択、選別の時期

互いに敏感なため、けんか、疎外しあうなど、対人トラブルも往々にして起こります。対処するスキルも未熟なためにトラブルが長引くことも多く、手助けを要する時期です。家族や指導的な立場にある大人は、適度な距離感を保ちつつ、本人の気持ちや細やかに受け止め、支えていくことが大切です。

この時期、エリクソンが提唱する「強み」は「忠誠」です。

幼児期から学童前期期では、信頼しうる導き手として依拠する対象は、主として親的な存在です。しかし青年期には、親的な存在を必要としつつも、徐々に先輩、教師、地域活動のリーダー的存在などの年長者、好きな分野の本、メディアの中の憧れの存在にメンターや指導者を求めます。さまざまな考え方や価値観、信念、信仰、政治、集団組織というものにも興味を持ち、傾倒されやすい時

期とされます。

この「忠誠」をもって自分と他者を重ね合わせ、他者を理想化して目標とするようになります。同時に「役割拒否」といって、これは自分とは違う、自分はこれを選ばない、という選択と選別を行い、この世界の中に自分の境界線を位置づけていきます。

同一性の確立は、素質や本能的な欲求、才能、「自分はこうである」というイメージと、社会から役割を請け負うことや社会参加での経験を調和させて作られます。

エリクソンは、青年期を「心理・社会的モラトリアム」の期間としても位置づけました。性的、知的には成熟していても、最終的に自己の役割を決定するまでに猶予された期間であると指摘しています。

現代では価値観や役割の多様化に伴って、アイデンティティーの確立が難しいといわれて久しく、モラトリアムの期間が長くなる傾向にあります。

児童精神科医

北畑 歩