〔個別研究〕

思春期における女性のこころの問題の心理臨床学的考察(第1報)

愛育相談所　千賀悠子

[要約]
本研究においては、思春期における女性のこころの問題について心理臨床学的に考察する。本研究における思春期の期間は１０～１８歳とした。それは、身体的変化と成熟の過程であり，また心理社会的適応の期間として考えられるからである。思春期は心身ともに変化し、おとなの世界へ移行して行く。本稿では、思春期の女性のこころの問題ついて報告する。

1　新しい世界への移行を経験する。
①具体的思考から抽象的思考へと変化し、外界での遊びの世界から心の内界ーファンタジーの世界に入っていく。そして、同性同輩との関係を経験し、親からの自立と理想モデル探しをし、自己発見をしていく。女性は友人関係において思い遣り（配慮）と親密性を育くむ。　②第二反抗期であり自立と依存の葛藤を経験し、情緒不安定で精神的な均衡を欠きやすい。　③月経の体験とおとなの女になっていく時、友人関係に齟齬を生じ孤立感を持つ。理想の母親イメージが持てず女性の大人になっていくことに不安を感じる。

2　子どもの死と大人への再生の過程で、主体性と責任感及び配慮性を育てていくことを経験する。

3　母娘関係で大切なことは、真の母親イメージがもて、母親の程よい守りと暖かさのある世話を経験することにより母親イメージが統合され、真の母親像にであい女性性の獲得に一歩踏み出すことである。

4　こころの危機は、早期からの発達課題の問題がある場合に生じることがある。例えば、自己中心的な自己愛などの場合、この時期から不適応をおこすことがある。

[見出し語]：思春期、女性、心理的問題、死と再生、性的同一性、母親イメージ

A CLINICAL VIEW OF PSYCHOLOGICAL PROBLEMS IN ADOLESCENT FEMALES: PART 1

Yuko Chiga

This study was reports on the psychological problems of adolescent(ages 10-18) females, the view point of clinical psychology. In adolescence transform into adults, physically and psychologically. This transformation starts slowly, from about eight years of age, as individual achieve different pshchological tasks.
First, as children enter "a new world", they change from concrete to abstract thinking, experience a change from outer-world play to inner-world fantasy, and independency from parents to females. They are also seeking ideals and a real-self. The important thing for females is the intimacy and sympathetic consideration of friends. Second, this age is a"second period of rebellion", so they experience the conflict of dependence vs. independence from parents, and feel emotionally unstable. Third, with beginning of menstruation, they often face difficulties of relationships between friends, and feel self-disclosure with friends. Axiety of becoming a woman occurs, because many can't attain their ideal mother image. In addition, adolescents experience both death as children and rebirth as adults. As adults they must know all about the world, take responsibility for their actions, and also know how to love. The relationship between a mother and daughter is important in exploring the real mother image. It is also important that a daughter experiences a positive relationship, and is given warm-hearted care by her mother. This enables her to integrate a mature woman's personality, and to accept her gender identity.
Finally, a psychological crisis often occurs in adolescence, rooted in the pshychological problems of an earlier period. In the case of egocentric narcissism, the symptoms of maladjustment often start in this period.

[key word] adolescence, female, psychological problems, psychological death and rebirth, gender identity, the maternal image

Ⅰ　はじめに

２１世紀を迎える今日は、遺伝子組み替えなどに関しても生命科学のありかたが問われ、文化・社会、そして自然環境や生命環境を包含した歴史の大変革にあるといっていいだろう。このような激動の影響は現代に生きる人々すべてが受けていると考えられる。そこで、この歴史の渦中にある思春期・青年期の人々の精神やこころにはどのようなことが起こり、生きていくことがどのように大変なことなのか、どのような援助が必要なのかを考察していくこととした。

それはまた筆者が日頃、思春期の方々の様々な心の相談の中で最近痛感することが多々あるからである。彼らの問題等について考える際「どうしてこのような状態までになるんだろうか、今までの理論や学問の理解の仕方では何か分からないものがある。何か重く深く、クライエント一人の人生の時間を越えた長い時間の層を感じ、幾世代かに渡った問題がありそうだ」と思うのである。クライエント一人だけの辛さだけではなく筆者のこころも触発され、重奏な響きのようなしんどさが漂うことに気づくのである。

既に、思春期・青年期（adolescence)の人々に関わる精神科医や心理臨床家からは、我が国のこの期の人々の精神状態の深刻さについては昨今多数報告されている。思春期・青年期の方々に出会うセラピスト（医師、心理臨床家など）の多くは、彼らが理論や技法を越えた何かを求めていることに気づいている。

Ⅱ　研究の目的と視点

現代における思春期・青年期の人々は激変して行く社会にあって、そのこころの問題は広範囲にわたり社会的問題も含んでいる。非行、児童期からの不登校、中途退学、性的問題行動などである。

それには規律性や責任感、欲求不満耐性の脆弱性などの児童期の発達課題の問題があることも考えられる。また、幼児期に適切で十分なこころの環境を経験することがなく、青年期にいたって実践と責任を回避するために自分探しという名のもとに社会から脱落・逃避していくこともある。責任をとる苦悩を放棄し、権威的・支配的な存在に身をゆだねてしまう青年もいる。自己を知りいかに生きるべきかを考えずに権威的な存在からの庇護を受けることを安易に望み、指針や規律を与えてくれる権威やシステムに取り入るものもいる。また、摂食の問題や常に心身状態が不良な訴えを持っている人々もいる。

このように個人としての成長と成熟を回避・延期してしている人々が思春期・青年期にみられる。その背景には幼児期からの発達課題の問題をもち、この期にパーソナリティーの問題が活性化しこころの発達危機に遭遇することも稀ではない。また、思春期の初め１０～１２歳前後の同性との友人関係等の発達促進的課題が発展しない事例にも出会い、発達的には早期の問題もあるが、第二次性徴前後の親の非適切な対応による外傷体験などがある。そのこころの傷の深さは特に女性の性的同一性の問題となり、成人期にまで持ち越されていることを少なからず経験している。

そこで思春期における女性の心理的問題について心理臨床学的に考察をする。

本論では

第一に、思春期のこころの有り様（特徴）とこころの仕事（発達課題）について考察する。

第二に、心の問題について心理臨床学の立場で考察をし、こころが整うこと・癒されることの意味について事例を中心に理解を深める。

第三に、現代社会におけるこころの危機と問題の意味について考察する。

本年度は紙面の関係上、第一の思春期のこころの有り様と仕事（発達課題）ついて報告する。

Ⅲ　こころの有り様とこころの仕事（発達課題）

１　思春期とは

「思春期」という言葉には、急速な身体的変化と成長に伴なったある体験を秘められ、若葉の芽生えのごとくある初々しい一時期のことを指して語られている。そして思春期は、児童期から青年期への移行期として考えられているのが社会通念であろう。しかし、確固たる定義に基づいた専門用語としては位置付けられてはいない。

身体発育と運動機能発達の観点から見た思春期及び青年期についてＷＨＯの刊行物の中から高石[1]が紹介したものを示す。それによると思春期はpuberty という event からadolescence というphase に入ることで、puberty は心身の急変を示す比較的短い移行の期間を表し、adolescence はその移行期から成熟に達する比較的長い期間を表している。婦人科学における女性の思春期についての定義は[2]、<性機能が活動して第二次性徴の発現する８～９歳からこれがほぼ完成すると見られる１７～１８歳までの期間を思春期>とされている。我が国

の精神医学分野では、思春期puberty は第二次性徴、初潮等身体的、生物学的変化の時期を意味して用いられている。それに対して青年期adolescence はそれら生物学的な変化そのものより、むしろそれに伴う心理・社会的な変化の時期を意味して用いられている。両者は時間的に異なった２つの時期を意味するものではなく、むしろ時間的に重なり合っている期間に見られる２つの側面をそれぞれ表現する用語ということになると考えられている[3]。特に精神的な発達をしめすものとして思春期という言葉ではなく青年期と一般的は呼ばれている。

現在、我が国の思春期青年期精神医学では曲折があったがPETER BLOS[4]の発達論の影響を受けており、思春期青年期（adolescence)という用語を用いている。そしてBLOSの前思春期（10~12 歳）思春期前期（12~15 歳）中期（15~ 18歳）後期（あるいは後思春期18歳以上）という考え方が踏襲されている。

１０歳から１８歳頃までの時期（前青年期から青年期中期）を、身体的変化と成熟期の観点から思春期あるいは青春期とも呼ばれることもある。　かつて、笠原は[5]「１０歳前後から３０歳前後の２０年間くらい～」を青年期の期間として提唱しており、思春期・青年期の終りが延期されていることが注目されている現在では、笠原のこの説も理解できる。

本論では、身体的変化と成長・成熟の過程で、かつその過程にたいする心理的社会的適応の期間である児童期から成人期の移行期の期間を、その身体的変化と成熟期の観点から１０歳前後からおよそ１８歳頃までとして、思春期と定義する。BLOSの思春期の区分は、心理臨床においても発達の特徴と障害を考えるにあたって示唆にとむので参考にする。

２　思春期のこころの有り様

１）思春期の特徴

思春期は、内分泌系の影響が身体的変化ばかりではなく精神・こころにも影響を与え心身ともに不安定な時期である。一過性の身体的不均衡感や不安や疲労、抵抗力の低下等が起きることもある。その変化は性的欲動をももたらしその対応に困惑し精神的な均衡も欠きやすい。情動の不安定さやいらだちの結果、第二反抗期と呼ばれる反応を見せる。知的には児童期の具体的思考段階を脱却し抽象的思考が盛んになり、児童期のアンチテーゼとして、親や学校や社会などの矛盾や非合理性に気づく。また自我の葛藤に悩み、否定的で批判的で破壊的で反社会行動をとることもある。かつ内向的であることも特徴である。

この期は親への依存を脱却し、社会的心理的に離乳し第二の分離個体化とも言われる。自立と依存というアンビバレントな状態に彼らは悩み、親子関係に問題を生じやすい。多くの人は、高校生（青年期中期）頃より親との間に人格的関係を起立することができようになる。

親から自立し不安の中に自分を探し自己を形成していくという＜移行の時＞であることを象徴的に教えられる夢の報告がある。

＜＊事例Ａ＞：１４歳の女性。理想のおとなの女性像にあこがれつつも自分は到底無理と思い、理想と現実の自分の状態のギャップに悩み、幼い少女の侭であることを無意識的に選ぶが如く、幼児のような食事をとりはじめ摂食の問題で相談にみえた。

（夢）暗い中につり橋が架かっています。私は誰もいないこの空間の中にいて、女の子の赤ちゃんを腕に抱いてこのつり橋を渡っています。この橋は深い谷に架かっているようで底は見えません。私は一歩々歩いて行きます。橋の向こうには町があります。

クライエントの方々の箱庭療法や夢分析等の心理面接ではよく『橋』が登場し、『渡る』というテーマで心模様を表現される。この夢は女性の『渡る、移行』の大変さとその意味を象徴的に語っているものと考えられる。

２）こころの有り様

中学生や高校生の女性達は「箸が転がってもおかしい年頃」とよく言われるように、些細な事でも感激したり怒ったりし＜情緒不安定＞である。好きな歌手がちょっと振り向いただけで自分だけを見てくれたと感激する。だが、ある日突然何かの理由によりその英雄像が崩れて一夜にしてファンではなくなることもある。音楽性などは別のようである。

友人より早く身体の変化や初潮を体験すると、何か異質なものを身の内に感じ、友人達との間の＜異質性＞に困惑し＜孤独感＞を持つ事もある。ある２０歳の短大の女性は思春期の頃を思い返し「～自分だけが初潮があるなんてどうしよう、このことが友達に知れたらもう一緒におとなを批判できなくなる。それで月経調査ではまだ初潮はありませんと応えた」と語っていた。初潮の体験は、身体の変化によるおとなの女を受け入れる事の困難さをうみ、また友人の中にあっては異質性をもった自分に耐える事のつらさをもたらす。また、大学４年の女性は思春期を次のように振り返って語った。

＜＊事例Ｂ＞：その当時、私は自己中心的で友達を思いやることができなかった。～都合の良い時には他人に対して依存を求めるばかり～自分をコントロールする

事が不可能で感情のおもむくままに過ごしていた〜次第にクラスメートと波長が合わなくり単独行動をとるしかなかった。〜しかし一人でいる経験から一人で考え・行動する力をつけられたように思う。徐々に他人に依存せずにやれ、行動範囲が拡大した〜いつも誰かを従えていたので、他の友人達は私を敬遠していたことに気づき、そのことから新しい経験や機会が半減していたことにも気づいた。

まさに＜情緒不安定＞＜自己中心性から他者への配慮＞＜心の内面に向かう事で外界のことが分かる経験＞など、思春期のこころの有り様そのものを経験してきた女性であるといえよう。

思春期では、自分で考え・選択し行動していかねばならず保護的環境は変化する。しかし、未だどのようにしていいのか分からずに不安や孤独を感じていることもある。友達関係のことや学習の仕方を手取り足とりと親が援助しにくくなるので、手も足も出ない＜手なし娘＞の状態になる女性もおり、芒洋とし＜心の空白＞ができ＜意欲のない、無気力な状態＞になることもある。女性の場合は、児童期の終わりに見せた頑張りに陰りがみえ、自分探しや自分作りにこころが向かい、学習意欲が減退する場合もある。現代では女性も学習面の優秀さだけを求められ育てられ、思春期の思いでは勉強しかないということも稀ではない。

子ども時代を十分に経験したと思う１２歳前後の子どもたちの中には、その子ども時代との別れを心の深いところで感じる。だが次はどの世界に生きるのかそのイメージが生まれずに、あたかもこの子ども時代で生きる世界が終焉したかのようなイメージを持ち空白の時にいるかのように抑うつ的になっていることもある。

『死』を身近にそして儀式等で象徴的に体験する事の少ない現代にあっては、『死』を直接に選択する子どももいる。また身体の死を選択しなくとも、小学高学年頃より部屋に閉じこもり不安と孤独の世界に存在し、こころの死を体験している子どもたちもいる。この死との境界から立ちあがるには相当の力と時を要する。子どもが『死』を自分のこととして感じ始める年齢は、筆者の経験では７歳である。７〜１０歳の前思春期にかかる子どもたちが死にたいという思いを持つことを心理面接を通じて筆者は知っている。

＜＊事例Ｃ＞：Ｃは高年齢の親と年齢差のある兄弟の末っ子でおとな世界の中で育った。Ｃは十分に子どもの生活を体験せずにおとなの価値観や規範を身につけていたが、家庭では大人社会に入れず学校では子ども社会に入れずに＜居場所＞がなかった。おとな不在の昼間の時間と空間をかろうじて自分の場として確保していたのだが「生きいても楽しいことはないよ、死にたい」と言って相談にみえたのは８歳であった。

言葉としての『死』が社会で溢れているからといって子どもの発する『死』を無視することはできない。８歳の子どもが居場所がなく、生きているイメージがわかないというその孤独感はいかばかりかと思う。またＣは「風」を非常に怖がり、葉っぱのそよぎ程の風をも感じ外に出られない。この風の中に身を置いたら未知のい世界に連れ去られてしまうのではないかという怖れと、今でさえ居場所がなく自分を確認できないので、＜存在＞に対する不安とも理解できる。

ギリシャ語で風はanemosといいラテン語のanima と同じ言葉であり、こころ・魂・息・動く気の表象と関連している。ちなみにanima 的要素という言葉は意識化に関わり女性性の人格的成長にかかわる力動的要素と理解されており、変容する要素である。古代の人は風の中に魂の動き精神性をもたらす何かを見いだしていたのであろうか。精神がこころが変容していくとは、風のような力を受け入れながら、翻弄されても踏ん張りつつその変容に身を任せることなのであろう。

この期では、対人というより風や空気のような外の＜何か＞が怖いといって、窓やドアーの戸締まりにこだわりを示すことがある。変化をもたらすものが怖い時期がある。Ｃにとっては十分な＜時＞をかけて、こころの育みが行われてきていないので、急激に変化をもたらすものに対する怖れがあるのではないかと理解できる。

このように子どもには怖れもあるがまた＜憧れ＞もある。理想を描けるのもこの＜憧れ＞ゆえである。多くの子どもたちは＜憧れ＞をもってファンタジーの世界を描く。そしてそのイメージがあるので、真っ暗やみの深い谷に架かる＜橋＞を渡り、おとなの世界へと踏み出していけるのであろう。事例Ｃのように子ども時代にファンタジーに遊ぶ経験が乏しいと、学校社会などから一時占め出された場合、逃げ場や再生する場がないのであろう。子ども時代にファンタジーの世界に生きることがどんなに重要かは児童文学がより鮮明にそして深く我々に教えてくれている。

しかし、不登校の子どもたちの中には、乳幼児期から子ども時代の心の課題を不消化のままに育ち、思春期の＜移行の橋＞のたもとに佇むことさえできない子どももいる。また、子ども時代と別れを告げて行くその道で同行者や水先案内人がいないこともあるが、多くの子どもは文学や芸術などに、あるいは漫画やアニメ映画などに苦しみや夢を投影し、案内人を見つけていく知恵を持っ

ている。

現代の特徴は多くの人が語っているように、親や兄弟そして同輩や年上の仲間達による次の世界へ水先案内人が少ない場合が多い。秘密結社のような世界での秘密や小さい悪い事の体験に誘われる事も少ない。次の世界に対する憧れと怖れを抱く遊びの時と空間が少ないと思われる。

３　こころの仕事（発達課題）

１）自我同一性の獲得に向けての過程

先ずおとなの身体に変化していくその身体と性差の受容がある。新しい身体との出会いは、スポーツに熱中し身体の限界に挑戦したり、音楽の世界などの感性に開かれた世界に身体を任せるなど、熱中する傾向があるのは新しい身体の感覚を得ようとする象徴的行為であろう。彼らは多様な形で新しい身体と出会っていく。

そして、自己の性格や能力への反省と洞察は仲間の中で促進され、優越感・劣等感・孤独感・焦燥感・感動・感激などの自我感情が育っていく。また不安と葛藤を通し自己概念が形成されていく。

親の保護から離れ同性の仲間との新しい親密な関係に入っていくが、この新しい体験は心身にとっては居心地のよかった家族の世界からの脱皮であり、葛藤の世界へ入ることでもある。

E.Erikson のepigenetic chartでは、自己確信、役割の受容、達成への期待、性的同一性を獲得し、自我同一性－ego identityを確立する時期であると言っている。

このようなidentityの形成には、理想モデルとなる存在が必要であり、そのモデルから様々な思考や行動などを取捨選択し自分のものに獲得していく。親や家族や先生がモデルになるが、前述したように児童期までに確立した価値観に対して批判力が芽生えるので、理想モデルを持つに至るまでには相当の葛藤がある。

外界にも関心が広がるが、自己洞察的でありこころの働きは内面に向かうのが特徴である。内閉的な状態になることもある。

２）親からの自立

①　理想モデル探しの旅～そして自己の発見

これは保護をし勇気づけを与えてくれた親から完全に独立することを意味しない。幼児期からの親との親密な体験を整理し、親あるいは家族以外に依存あるいは理想モデル発見することにより、親の意味や家族以外の人々の関係の意味を見いだす作業をしていくことである。依存の仕方が変わり自立の仕方を学びそのバランスを経験していくのである。

自立は、身体の内的・外的変化に一人対処することである。それは秘密にしておきたいものが生じ、密やかに自分の内面と向き合いたい思いからも始まる。露にする恥ずかしさもあり一人耐えることである。このような密やかさとつき合うこともこころを内面に向かわせる。親の干渉や世話がうっとうしくなり＜反抗＞がおき、私の＜身体の置き所＞を求め個室の要求も出てくる。

皆川[6]は、「～親を親としてではなく、自己の一部に同一化することによって勇気づけてくれる外的対象がいなくとも勇気をもてる自己になり、自己愛に傷つく場合にも、それを他者に過剰に依存することなく、一人で癒せて自己になること」、そして「思春期に子どもたちはこのような喪の仕事に対峙するのだが、喪失は思春期に始まるのに対して、喪の仕事は思春期に遅れて始まり」と述べている。喪の体験とは前述した死と再生の心のプロセスである。この喪の仕事を始めるには、新たな理想なしにはできない。そして親を失った心の状態で達成するほど人間の心は強くないので、モデルの存在がこの意味においても大切であるとことを指摘している。

親以外の人々との関係では、これまでの親からの価値観と新しい価値観の間に葛藤し理想像の混乱も生じる。だが、この葛藤を経験しながら彼らは慎重に受容できる価値観を身につけていく。この時、親が否定し受容していない価値観をいかに受容するかということと、特に本人の自己の要素の中で否定されてきたものの処理が難しい。親に否定されていた自己の中の要素を肯定的に受容できるのは、多くの場合は青年期後期あるいは成人期まで持ち越される。

②　本当と嘘の意味を知り、折り合いを見いだす

幼少期に親から「お前は橋のたもとから拾ってきたんだ」と聞かされることが多い。（捨て子の慣習の意味はあるがここではそれには触れない）その捨て子だったという冗談が思春期の初めには妙に気になるものである。親の厳しさ、己の考えや主張を受け入れてくれない頑固さ理解のなさに、本当の親は他にいてもっと素晴らしい親に違いないと空想が生じてくるのである。

現実に見えている親やおとなたちの有り様を批判的に捉え理想モデルを空想する。また、社会や家で真実・事実とされていることに対する懐疑心を空想世界で広げている。そして現実社会の本当と嘘の意味を知り始め、自分なりに第三の道を見つけ自分の規範や折り合いを捻り出す。そしてまた、空想の中での嘘と本当の世界にも開かれてき、それは『秘密の花園』であり他者の侵入を許

さない自分の世界である。

③　親より大きい存在に気づく――非実在と現実性

幽霊や神や悪魔の存在がやたらに怖がるようになったり気がかりになる。それは何か自分の力や努力では越えられないものや、不安を与えるものの存在を感じ始めるからである。幼児期の万能感が通用しなくなり、また親がすべてを守ってくれないことも知り始めた怖れでもある。小学４～５年生から宗教的なものを体験的に理解する子どももおり、大いなる力を感じこころの中にその大いなる力を納めることが大切になってくる。親や先生の規範ではなく自分の規範作りが始まるが、この大いなる力の見守りがあってできるのではないだろうか、密やかな誓いをたて自分の規範を作り、頑固なまでに自分の規則を守っていることがある。非実在のものを実在するものと同じような存在意義を認められるようになってくることもおとなへの移行であろう。思考においては具体的操作から抽象的な形式操作が可能になってきているからでもある。

３）同性との友人関係づくり

Sullivan,H.S. は同性同年輩者との１対１の親友関係の大切さを強調している。そして、chum, peer-groupなどと表現されたpre adolescence からeary adolescence にかけての友人形成であると言っている。同性同年輩の友人関係を通じておとなを批判的にみはじめる。そして他のおとなや他の家族の有り様を知り世界が広がる。

友人との交流により身体や性などに関する不安や、未知なる世界への興味や関心を共有していく。

特定の仲間集団に帰属し親友を獲得し、やがて異性への関心と交流が生まれてくるのである。共感的交流を通じ、同性同年輩の友人との<親密>で<配慮性>のある交流ができることが大切である。

小学校高学年頃の女子の友人関係に見せるこころの動きは複雑である。情緒の不安定さもあって価値観や考え方がころころ気分によって変わることがよくある。友人たちのこころの動きにぼんやりしていると、間抜け扱いにされたりいじめの対象になる。常に人間関係と言動に注意を払い自分の気持ちの整理をしていないと複雑な人間関係に巻き込まれる。この期の女の子が友人関係に見せる気づかいとその複雑さはおとなには理解しがたいほどであるが、友人や相手の気持ちを一生懸命に考え思いやり、配慮性の第一歩を踏み出している。

また、身体的変化の差異からも人間関係に問題が生じる。だが、１２歳前後の一部の子どもたちは、このような一人にさせられる・疎外される経験を通じて、友人たちとの同一性のみを重んじていた過去の友人関係を卒業して、人間関係の中に<異質性>と<多様性>の意味を感じ始め、一人の世界・孤独を意味のある体験とし個を知っていく。

４）性的同一性の獲得（女性性の受容過程）

①身体の変化と新しい身体の受容

女性の第二次性徴は乳房のふくらみにより始まる。身体は運動や日常生活の面ではどこか邪魔で扱いにくく痛みも伴う。また外に表われるので秘密に隠しておくことが出来ない。同世代の中にあっては自慢出来るというよりむしろ異質な部分をもった自分の身の置きどころに困惑をすることも多い。女性の第二次性徴の経験は男性に比べ快の経験が少ないと言えるのではないだろうか。月経は不快な気分や痛みや疲労感を伴うこともある。身体の変化に対しては配慮が必要なのだが、１０歳前後で初潮を迎えた女子にとっては、配慮性などこころの準備が十分ではなく、どのような態度で自分の月経を受け止めていいのか分からずに困惑が生じやい。女性としての身体の成長を喜びをもって体験し難いこともある。

おとなの世界に入った自分の存在を直感的に知った周囲の友人達が、その異質な存在から遠のいていく場合もある。友達が離れていく理由が分からずに人間不信に陥ることもある。少しばかり先におとなの体になったことによる経験の違いが、人間関係に齟齬を生じさせる。表面だった喧嘩はないが女の子の世界にある重く尖った空気が漂い、女の子一人が苦しんでいることがある。親や先生はその状態になかなか気づかないものである。

思春期の女性は、痛みや不快の経験を通して自らの体を受けいれ自らの身体に配慮をし、そして他者への配慮性を学んでいく。女性としての身体を受容して行く過程では、こころの豊かさも増していくことを体験する。この橋を渡る時は、成人女性（母親）による心身への程よい心づかいを体験することが支えとなる。

②女性のペルソナの受容～～主体性と配慮性～～

おとなに向かうための自立的な活動性は、精神分析学で言うところの男根期に生じてくる。この期に生じてくる活動性を取り入れた自我は男子も女子も変わりなく、一様に主体的で主導的で積極的である。この主体的自我は男女の差はなくまさに人間のものである。

この期は、同性の親との同一化を通じかつ社会での体験を通じ、性差と性役割の理解し受容して社会適応を学ぶ時である。思春期初めの女性はいわゆる<おてんば>を体験し、活発な男の子のように生き生きとしている。それは女になっていくことを予感し抵抗するかのようで

あり、女でもおとなでもない時を楽しんでいるようである。親としては積極性が出てきたと喜ぶとともに面食らうこともある。

男根期を十分に通過せずに主体性を曖昧にしたまま育った人は、自分の慣れ親しんだ環境では人に同調しやすくい受容的で順応性がよいが、主体性に関わり責任をもった経験が乏しいので、他者との関係で考え方の違い等にに出会うと、その侵襲性に困惑し自分を失うまいと不適応をおこすことがある。

この期はまず主体性を磨き上げる時期である。その主体性は、他者との間に異質性と多様性に気づき自他を尊重する態度、自他を配慮するこころに裏付けられていることが大切である。前述した女子大生の回想にあったように思春期になっても男根期の主体性・活動性のままであるということは、配慮性に欠いた未熟な自己中心的は態度といえるからである。

③　母親探しと女性性受容の過程

女性としての性的同一性を獲得していくには、まず母親や身近なおとなの女性を通じて女性性を学んでいくのである。しかし、親に対する反抗・自立の時であり、かつ親の保護が必要なので、母親の援助も求めたいのでそのこころは揺れる。母親を通して女性としての性的同一性を獲得しなければならないことは困難なことである。

小学校の中・高学年の女性は、母なし子や継母にいじめられる娘の主題が空想の多くを占めることがある。箱庭療法では魔女や、氷や石の家や塔に幽閉された少女などが登場する。気が弱かったりこころ細い経験を幼い時からしてきて、またこの期にいじめなど友達関係に悩む女性にはまず心理的支えが必要であり、安心できる場が大切となる。だが、その体験が無いとファンタジーの中に氷の家や魔女が登場する。このような女性は暖かい体験を通して初めて真の母親イメージが持てるようになる。空想の中に真の母親（the mother）を求めていくのである。この意味においてもファンタジーに遊ぶといおうかイメージを作る力は大切である。

娘たちは「この母は本当に自分を守ってくれるか分かってくれているか」と、再接近期危機の母親確認のように思春期において母親の心理的守りを求め、真の母親イメージを探すのである。

母親が娘の自立の時だからと、娘一人に多くのことを任せたり、娘を夫の身代わりに依存する母親もいる。また反対に自立を望まずに娘に何もさせずに成長を止めるかのように娘を支配する母親もいる。優秀な娘に多いのだが、母から捨てられないようにとシンデレラのごとく尽くすこともある。このような場合、娘は疲れ果てて保護を求め、あるいは自立の戸口を見つけようと心身症や神経症症状を示したり不登校等になることもある。

いかにしても、娘の母からの自立は困難である。娘は保護し養育する母のこころの働きによって育てられたことを同性として知っているので、その母を断つことは苦しい。それは娘自身が自らの中に存在するこころの働きの自己否定にもつながるからである。実在の母親を全否定せずに、真の母親イメージを作っていかねばならないところに娘の苦しみと葛藤がある。

現代では女性像のモデルは多様であり、子どもを生み育てる養育性をもった女性像だけがモデルではなくなってきている。社会では女性に主体性、責任感を持った自立性などが求められている。このような現代にあっては母親自身が自分のidentityの確立が難しいので、思春期の女性は女性としてのidentityが確立しにくい。

以上のことなどがこころの仕事（発達課題）として考えられる。これらのことは、引き続き成人期の課題としても経験し築きあげていくものであろう。

４　葛藤と危機

１）葛藤とこころの傷

女性の大学生に「あなたの思春期は？」という題で自分史を書いてもらったところ、ほとんどの人は思春期に親に反抗し葛藤している。「母親のいい子ちゃんイメージがうっとうしく、母の呼びかけを無視していた～でも申し訳ない気持ちが起きてきた」「～いい母だったが、友人の悪口を言われて非常に腹が立った。友人が支えだったので、友人に対する批判は自分の丸ごと否定につながり、しばらく部屋に閉じこもり母親とは口をきかなかった。～後で罪悪感で一杯になった。～今思えば母から距離をとりたくて自立したくて必死だった。それからは母のいい子ちゃんから脱皮して自分の意見を少しずつ言えるようになった」と。子ども時代の自分から<脱皮>するには、相当の<力>が必要で、また<苦しみを引き受ける器>も備わっていなければならない。この意味においても前述した主体性・力が備わっていなくてはならない。それは娘ばかりではなく脱皮していく子どもをもっている<親の器>もここで試される。

また、女性の多くは身体が性的対象物に見られることを恥じ、容姿にも悩む時期である。日本では虐待やセクシャルハラスメント等の被害は表面化することが少ないが、成人の女性の心理面接では思春期のこのこころの傷について語られることが決して少なくはない。その傷は深く、癒しには相当の時を要する。女性にとっては後年まで深く残る癒し難い傷を受けやすい思春期である。

2）こころの危機ーーパーソナリティー障害の問題

自分が何者であるかいまだ明確ではない中途半端な存在ゆえに、身体が露わになることや自分が出てしまうことは怖い経験である。他者に映る自分の身体が非常に気にするようになる。対人恐怖の兆候が出てくるのも中学生頃からである。

変化して行く過程を自らの力だけで保持し耐えることが困難な場合があり、乳幼児時期に形成された対象関係や自我の問題がこの期に再活性化し、衝動コントロールや現実検討力の問題が出てくる。

性的衝動や感情のはけ口をうまく見つけられるように見守ってもらえることも大切である。だが、彼らの衝動性や情動不安定さに対し一過性の事として親などが見過ごしていたり、親の規範を強引に持ってくると、彼らの内部に起きる様々な思いや衝動は未消化のままになりやり場がなくなる。自分の欲求を対象化し客観視することができるようになるためにも、<やり場>や<身の置き所>や置けないものどのようにするかなどの援助をするのが親やおとなの仕事である。　北山[7]は「壁」になることが大切であると言っている。自立の時だからと放任していると、主体性をもって自らの規範作りをし、社会の枠組と己の欲求と願望との折り合いをつけていく力の獲得が困難になる。

思春期のこころの発達課題をいかに乗り切るかは、個人のパーソナリティーと家族や社会などの環境との相互作用にかかっている。

パーソナリティーの形成には遺伝や生物学的な素因、幼児期からの体験、社会環境などが関わっていることは理解されているところである。精神分析的パーソナリティー論は心理臨床の活動にも理論的・実践的根拠を示している。J.F.MASTERSON[8]の知見を紹介すると、思春期の心理的困難は、統合されたパーソナリティをもつ子どもたちの場合は軽い抑うつ状態や不安程度を示すが臨床上問題にはならない。しかし、乳幼児期からのパーソナリティーの発達形成に問題を持ち柔軟性に欠ける子どもの場合は、臨床上問題となる。その症状は治まることもあるが、パーソナリティーの問題は残ると言っている。このようなパーソナリティの問題を持っていると考えられる事例を示す。

<＊事例D>：Dは１３歳より不登校。級友たちとは価値観が違うので学校が面白くない、楽しいことをしていたいと不登校。家に閉じこもり、（素敵な私）の絵を描き続ける。私ほど可愛く個性的な人はいないだろうと自己愛的である。対人関係はごく一部を除いて作れない状態である。

Dは幼児期頃より一人の世界を好み友達遊びができないが、世話がやけないので存在があるようでなかったというのが家族の印象である。Dはいわゆる機嫌のよい不登校ではあるがパーソナリティの発達に問題を持っている事例である。

笠原は[9]、思春期には葛藤回避のために自己愛とある強迫性をそなえたパーソナリティー障害ほどではないがある性格傾向を示す問題を持つことが見られると言っている。笠原の言う性格傾向を示す問題を持つ人や、パーソナリティーの発達に問題を持つ思春期の人にとっては、この移行の時はまさに危機的であり一人<橋>を渡ることは難しい。専門家の支えが必要であり、他者と安心して出会える対人関係の能力を育て、多少とも健康度のあるパーソナリティーに開かれる可能性が提供されることが大切である。

思春期のこころの危機については事例を中心に考察をし、第二報で報告する。

引用・参考文献

1）高石昌弘：1987「思春期における身体発育と運動機能発達」，看護MOOK，NO26 8-15

2）広井正彦：1987「思春期における”女性”の成熟」看護MOOK，NO26 24-30

3）岩崎徹也：1980「人格発達」，中沢恒幸編『精神医学』，理工学舎

4）P.BLOS　:1971「青年期の精神医学」，野沢栄治訳，誠信書房

5）笠原　嘉：1976「今日の青年病理像」，笠原嘉編『青年の精神病理－１』弘文堂

6）皆川邦直：1991「思春期の発達と臨床」，思春期青年期精神医学，VOL1 NO1 34-39

7）北山　修：1984「思春期危機の精神分析」，精神科MOOK,NO.6 9-14

8）J.F.MASTORSON:1979「青年期境界例の治療」成田善弘・笠原嘉訳、金剛出版

9）笠原　嘉：1991「青年期の発達とその精神病理」，思春期青年期精神医学，VOL1 NO1 39-42

10）皆川邦直：1979「青春期・青年期の精神分析的発達論」，小此木啓吾編『青年の精神病理』－２，弘文堂