

青年期の心理的距離感の葛藤へのアプローチ方法の検討

－アタッチメント理論の観点から－

加藤 結芽

1. はじめに

人間が、産まれてから始めに行うことの一つとして、主要な養育者との間に親密な二者関係を築くことが挙げられる。人間は、このような親密な二者関係を足掛かりとして、他者との関係を構築していく。乳幼児期、児童期においては、親が主要な養育者として果たす役割は大きい。しかし、青年期になると、その様相は変化していく。また、青年期の中でも、大学生になると、親元を離れる人が多くなる。そのため、親に代わる重要な他者とのような関係を築くことができるのかは、青年期の大学生にとって重要なテーマとなる。そこで本稿では、青年期の親以外の重要他者との二者関係について扱う。なお、その中でも、相手との程度近く、そして、どの程度離れた関係を築くのかという、心理的距離のとり方の葛藤に着目する。このような重要な他者との二者関係には、「アタッチメント理論」が関係してくるため、本稿においては、青年期の親に代わる重要他者との関係における心理的距離感の葛藤について、アタッチメント理論を援用して検討する。そして、このテーマを扱うにあたり、有用だと考えられる手法について提案することを、本稿の目的とする。

2. アタッチメント理論

2-1. Bowlby とアタッチメント理論

重要な他者との二者関係における理論として「アタッチメント理論」があるが、この「アタッチメント理論」の創始者は、John Bowlby である。Bowlby は、医師であると同時に、精神分析家でもあった。Bowlby は、精神分析家として臨床経験を積む中で、盗癖のある子どもたちに関する研究 (Bowlby, 1944) を発表した。こうした研究が注目される中、Bowlby は、世界保健機関 (WHO) から依頼されて、戦争孤児に関する調査を行うに至った。その調査を得て提唱されたのが、「母性的養育の剥奪 maternal deprivation」という概念である。「母性的養育の剥奪」が本来意味するところは、「子どもに母性的養育を施しうる、子どもにとって最も親密な大人の剥奪」(遠藤, 2021) であるが、“maternal” を字義通り受けとり、子どもの心身の発達においては、母親が絶対的に重要であることを意味すると誤解されることもあった。その後、Bowlby は、それまでの考えに加えて、比較行動学と認知科学の知見を取り入れ、“Attachment and loss” というタイトルからなる三部作 (Bowlby, 1969, 1973, 1980) を世に出し、「アタッチメント理論」を提唱するに至った。

2-2. アタッチメント

では、「アタッチメント」とは何であるか。英語では“attachment”であり、日本語では「愛着」と訳されることも多いが、「愛着」は「愛情」と誤解されることもあるため、本稿では、“attachment”はそのまま「アタッチメント」と表記する。Bowlby は、アタッチメント理論を提唱する際に、比較行動学の知見を取り入れたと上述したが、その一つに、Harry Harlow によるアカゲザルの代理母実験 (Harlow, 1958) がある。これは、子ザルを母ザルから引き離し、一匹にした状態で檻に入れ、子ザルの行動を観察した実験である。檻の中には、針金でできたミルクをくれるサルの模型と、布で包まれているが何も与えてくれないサルの模型を用意する。そして、子ザルの様子を観察すると、子ザルは、ミルクを飲む時だけ針金の模型のところへ行くが、それ以外の時は布で包まれた模型のもとで過ごすことが明らかになった。特に、何か子ザルにとって怖いことが起きた際には、布の模型にくっつくことがわかった。ここに、「アタッチメント」が本来指すものをみることができる。「アタッチメント」の“attach”とは「くっつく」ことである。Bowlby は、個体がある危機に遭遇したり、それを予知したり、恐れや不安の情動が強く喚起された時に、特定の他の個体への接近、および、その個体との関係を結ぶことを通して、主観的な安心・安全の感覚を回復・維持しようとする行動傾向を「アタッチメント」と呼んだ (Bowlby, 1969)。言い換えると、何か怖い時や不安な時に、信頼できる特定の他者にくっつき、安心感を回復する動きが「アタッチメント」である。一方で、アタッチメントとは、相手にくっつき続けることではない。健康的なアタッチメントが形成されている場合、個体は、恐れや不安が喚起された際に、アタッチメント対象にくっつき、安心感を得るが、ひとたび安心感が回復されたら、またアタッチメント対象のもとを離れ、探索活動を始めることができる。

3. 青年期

3-1 青年期におけるピア

乳幼児期、児童期、青年期へと年齢が上がるにつれ、アタッチメントの対象は、親から、友人・恋人といった「ピア」へと移行していく。ピアが、「近接性希求 proximity seeking」「安全な避難所 safe haven」「分離苦悩 separation distress」「安心の基地 secure base」の四つの機能を備えた、完全な形でのアタッチメント対象となり、親に代わる存在となりうるのは、青年期以降である (Zeifman & Hazan, 2016) といわれている。つまり、青年期においては、親に代わる存在としてのピアと、どのような関係を築くことができるのかが、重要なテーマとなってくる。一方で、同じ青年期の中でも、親元で生活している間と親元を離れた後では、ピアの重要性もまた変わってくるであろう。日本学生支援機構による、大学生を対象とした、2020年発表の「平成30年度学生生活調査」における「居住形態別学生数の割合」を学校区分全体の平均で見ると、実家から大学へ通っている人は約47.4%、学生寮から通っている人は約5.2%、下宿やアパートなどを借りている人は約47.5%となっている。つまり、大学生になると、一人暮らしを始め、親元を離れる人が多くなるといえるだろう。そして、ピアの重要性は、親元を離れた後の方が増してくると考えられる。

3-2. 青年期の心理的距離感の葛藤

ここで「青年」「青年期」というものについてみてみると、青年は、個人としても発達途上で

あるが、他者との関係という点でも発達途上であり、親密な関係をもちたいが傷つけあうことを恐れており、個としても確立していないため離れることもできない(藤井,2001)とされている。つまり、相手との心理的な距離のとり方や親密さをめぐる葛藤は、青年期の重要なテーマの一つである。大学生になり、親に代わるピアとの関係が重要になってくる中で、その相手にどれくらい心理的に近づき、また同時にどれくらい心理的に距離をとった関係を築くのかという問題は、青年期において、避けては通れないものである。

このような、相手にどの程度心理的に近づき、どの程度心理的に距離をとるかということに関する葛藤は、「心理的距離感の葛藤」と呼ばれる。この心理的距離感の葛藤を代表する古典的なものとして、「山アラシ・ジレンマ」がある。山アラシ・ジレンマとは、Schopenhauer (1851)による山アラシの寓話をもとになっている。まず、Freud, S.が、この寓話をもとに、相反する感情の葛藤を説明することを試み、その後、Bellak (1970)が、人間関係における適切な距離のとり方に関する「近づきたい-離れたい」という葛藤を山アラシ・ジレンマ (porcupine dilemma) と名付けた(藤井,2001)。

この山アラシ・ジレンマを現代に即したものと変更し、尺度を作成したのが、藤井 (2001)である。現代の人間関係における葛藤は、以前の山アラシ・ジレンマでいわれるような「近づきたい-離れたい」という極端なものではなく、「近づきたい-近づきすぎたくない」「離れたい-離れすぎたくない」という微妙な葛藤であるとし、「近づきたい-近づきすぎたくない」ジレンマ尺度と、「離れたい-離れすぎたくない」ジレンマ尺度を作成した。この尺度においては、まず、相手に「近づきたい」「離れたい」欲求があるかという前提(以下、「前提質問」)を尋ね、その後、各尺度への回答を求める。

藤井 (2001)による現代版山アラシ・ジレンマ尺度に、さらに下記のような修正を加えたものが、加藤 (2022)によるものである。加藤 (2022)は、「自分と相手が近づきあって、親しい関係でいたいと思いますか」「相手と少し距離をとって、離れていたいと思うことがありますか」という藤井 (2001)における前提質問を、二問の対応が明らかになるように言葉を変更した¹。また、「近づきたい-近づきすぎたくない」「離れたい-離れすぎたくない」の二つの尺度のうちの「相手」と表記されている部分を、より相手を思い浮かべやすいように、教示にて指示したうえで「Aさん」と表記した。元々「相手」と表記がない項目にも「Aさん」を追記した。さらに、「離れたい-離れすぎたくない」尺度に関しては、「離れたい-離れすぎたくない」ジレンマを測る尺度にもかかわらず、離れる際に生じるジレンマだということが明記されていない10項目に、「Aさんから離れることで」という文言を追記した。

4. アタッチメントパターン

4-1. 内的作業モデル

Bowlby は、アタッチメント理論を提唱する際に、認知科学の知見も援用したと上述したが、それがあらわれているのが、内的作業モデル (Internal Working Model: 以下 IWM) の考えであ

¹ それぞれ、もっとも大切な友人「Aさん」を思い浮かべてもらい、「Aさんとの心理的距離を縮め、近づきたいと思うことがありますか」「Aさんから心理的に距離をとり、離れたいと思うことがありますか」という二問に回答してもらうように変更した。

る。IWMとは元々、認知科学者 Kenneth Craik が用いた言葉であり (Craik, 1943), 現在の認知科学の分野においては、「シミュレーション・モデル」や「メンタル・モデル」と指すところが近い (遠藤, 2021)。IWMとは、重要な他者との繰り返しの相互作用により形成される自己と他者についての心的表象のことであり、個人の認知・感情・行動を導く (Bowlby, 1969, 1973) とされている。そして IWM は、自己観と他者観がそれぞれ肯定的か否定的かにより構成される (Bowlby, 1973; Brennan, Clark, & Shaver, 1998)。この「自己観」は、自己に対する信頼と関連があり、自己観が肯定的か否定的かにより「自分は愛される価値のある存在か」ということに対する認識が異なる。自己観の肯定否定は、「見捨てられ不安」の高低ともいえる。一方、「他者観」は、他者への接近・回避に関係し、他者観が肯定的か否定的かにより「他者は信頼できるのか、他者は自分を助けてくれるのか」ということに対する認識が異なる。他者観の肯定否定は、「親密性の回避」の高低ともいえる。

このような自他に関する信念の違いにより、個人を4つのアタッチメントのパターンに分類することができる (Bartholomew & Horowitz, 1991) (Figure 1)。まず、自他観がともに肯定的な「安定型 (secure)」は、他者との親密な関係を心地よいと感じており、同時に自律性を保つこともできる。次に、自己観は肯定的だが、他者観が否定的な「拒絶型 (dismissing)²」は、自分には価値をおいているが、他者の重要性に対する評価は低く、親密さを回避し、独立性・自律性を求める。続いて、他者観は肯定的だが、自己観が否定的な「とらわれ型 (preoccupied)」は、自己評価が低く、他者から受け入れられることに依存的で、親密な関係にのめり込む。最後に、自他観がともに否定的な「おそれ型 (fearful)」は、自分に自信がなく、他者から拒絶されることも怖いため、結局、親密な関係を回避する。

Figure 1 アタッチメントパターン

		他者観(親密性の回避)	
		肯定	否定
自己観(見捨てられ不安)	肯定	安定型	拒絶型
	否定	とらわれ型	おそれ型

4-2. アタッチメントパターンの測定法

上記は、Bartholomew & Horowitz (1991) の考え方に基づいた、4つのアタッチメントパターンであるが、Bartholomew & Horowitz (1991) は、Relationship Questionnaire (以下 RQ) と呼ばれるアタッチメントパターンを測定する質問紙を考案した。RQは、強制選択肢式であり、一般他者をアタッチメント対象として測定する質問紙である。アタッチメントについて書かれた4つの文章の中で、最も自分に当てはまると思う文章を選んでもらうことで、アタッチメントパターンを測定する。

RQの他にも、もう一つ主要な質問紙があり、それは、Brennan, Clark, & Shaver (1998) が作成した Experiences in Close Relationships inventory (以下 ECR) である。ECRは、アタッチメントに関する「回避 Avoidance」と「不安 Anxiety」の二軸からなる、30項目以上の多項目式の質問紙である。ECRは一般他者をアタッチメント対象としたものだが、9項目の質問により特定の個人をアタッチメント対象として測定するもの (Experiences in Close Relationships-Relationship Structures: ECR-RS; Fraley, Heffernan, Vicary et al., 2011) も存在する。RQは、自己報告型の強制

² Dismissing は、「軽視型」と呼ばれることもあるが、本稿では、Rholes & Simpson (2004) を訳した遠藤・谷口ら (2007) の訳語に従い、「拒絶型」と記す。

選択式である点がデメリットとしてあるため、ECR-RS が開発されてからの 2010 年以降の研究では、ECR-RS が広く用いられている（大久保, 2021）。ECR や ECR-RS は、回避と不安の二軸によって構成されているため、各平均値を基準として、基準に対してそれぞれが高いか低いかの組み合わせによって、個人を 4 つのアタッチメントパターンに分類することができる³。

そもそも、アタッチメントパターンの測定は、乳幼児期におけるアタッチメントパターンを測定する観察法である、ストレンジ・シチュエーション法（Strange Situation Procedure: 以下 SSP; Ainsworth, Blehar, & Waters et al, 1978）から始まった。SSP は、子どもの見知らぬ場所で、養育者との分離・再会を 2 回経験させ、子どもが養育者に対してどのようにふるまうのかに焦点を当てて分析する方法である（中尾, 2021）。

その後、主に 18 歳以上である者のアタッチメントパターンを測定する面接法として、アダルト・アタッチメント・インタビュー（Adult Attachment Interview: 以下 AAI）が、George, Kaplan, & Main（1984; 1985; 1996）によって開発された。AAI は、所要時間が 1 時間程度の半構造化された面接法である。子どもの頃の主要な養育者との関係、アタッチメントにまつわる記憶、そうした経験が自身に与えた影響についてなど、およそ 20 項目の質問がなされる（上野・北川, 2017）。そして、面接の逐語録に基づき、AAI の資格を持つコーダーがコーディングを行う。AAI では、豊かな情報を得ることができるが、AAI を施行する認定を受けたコーダーになることが容易ではなく、また、実施にあたり、施行者・被面接者双方への負担が大きいことが課題（北川, 2006）とされている。

このような中、上記のような質問紙が開発されたことにより、アタッチメントパターンの測定は簡便になり、アタッチメントの研究は大幅な広がりを見せた。一方で、自己報告式の質問紙では、アタッチメント情報を処理する際の無意識的な過程に接近できないという限界がある（北川, 2006）ことが指摘されている。

4-3. 青年期のアタッチメントパターン

上述してきた測定法の中で、特に、青年のアタッチメントパターンの測定に用いることができる手法としては、質問紙と AAI がある。両者の関係としては、質問紙は、「個人が意識的に想起し得る関係性の側面」を捉えようとしており、AAI は、「個人の無意識的過程」に焦点を当てている（遠藤, 2007）とされている。そのため、質問紙と AAI で測定しているものは、異なるという考え方が現在は主流である。

両者では測定しているものが異なるため、それぞれによって分類されるアタッチメントパターンも異なっている。まず、質問紙においては、回避と不安のそれぞれの高低から、4-1 で上述した「安定型」「拒絶型」「とらわれ型」「おそれ型」の 4 つのアタッチメントパターンに分類することができる。一方、AAI においては、「安定自律型（secure/autonomous）」「アタッチメント軽視型（dismissing）」「とらわれ型（preoccupied）」「未解決型（unresolved/disorganized）」の 4 つのタイプに分類される。遠藤（2007）が、Main & Goldwyn（1984）、Main & Hesse（1990）、Hesse（1999）を基にまとめた内容によると、それぞれのタイプの特徴は次の通りである。「安定自律

³ 中尾（2017）は、このような分類手法について、二次元の測定手法を用いて 4 タイプに分類することは推奨できないが、行ってはいけないことではないと述べている。

型」は、過去のアタッチメント関係が自分の人生や現在のパーソナリティに対して持つ意味を深く理解している。また、他者および自分を深く信頼しており、対人関係は全般的に安定している。「アタッチメント軽視型」は、自分の人生におけるアタッチメント関係の重要性や影響力を低く評価する。潜在的に、他者との親密な関係を避けようとしていることがうかがえる。「とらわれ型」は、他者との親密な関係を強く切望する一方で、自分が嫌われるのではないかと見捨てられるのではないかと不安を抱いており、対人関係は全般的に不安定なものになりがちである。「未解決型」は、過去にアタッチメント対象の喪失や被虐待などのトラウマ経験を有し、それに対していまだに葛藤した感情を抱いている、あるいは、喪の過程から完全には抜け出していない。

4-1 で述べた質問紙によって測定されるアタッチメントパターンと、AAI によって測定されるアタッチメントパターンを比べてみると、それぞれ「安定型」は「安定自律型」に、「拒絶型」は「アタッチメント軽視型」に、「とらわれ型」は「とらわれ型」そのものに対応しているように考えられる。このように、質問紙と AAI によって測定できるアタッチメントパターンは類似しているが、名称からもわかる通り、完全には一致していない。また特に、質問紙法においては、AAI における「未解決型」を測定することができない。さらに、Kirkpatrick (1999) は、青年期以降のアタッチメントとして測定されるものが、発達早期の原義としてのアタッチメントそのものというよりも、繁殖に深く関わっており、その中でも AAI は養育、質問紙法は配偶に関係する要素に関わっていると述べている。つまり、AAI と質問紙法によって測定しているものは、根本としては似ているが、同一のものとして扱うことは避けたほうが良いと考えられる。

本稿では、青年期のピアとの関係における心理的距離感の葛藤を主題として扱う。ピアとの関係は、親子のような縦のつながりに対する、横のつながりである。AAI は「養育」により関連しており、質問紙法は「配偶」により関連するとのことであったが、関係の方向性を考えると、質問紙法の方が、ピアとの関係を捉えられるのではないかと考えられる。そこで、青年期のピアとの関係を扱う本稿では、アタッチメントパターンについて言及する際には、質問紙法に即することとする。

5. 心理的距離感の葛藤とアタッチメント

5-1. 青年期の心理的距離感の葛藤とアタッチメント

ここまで、2 節においてアタッチメント理論について述べ、3 節では青年期の心理的距離感の葛藤について述べてきたが、これらをかけ合わせ、青年期の心理的距離感の葛藤をアタッチメント理論の観点から検討することには意義がある。青年期には、親に代わる存在としてのピアとの関係が重要になると上述したが、親に代わる存在となりうるピアは、ピアの中でも主要な存在である、親友や恋人である可能性が高い。親友や恋人との関係は、重要な他者との二者関係と考えることができるが、親子関係に端を発する、重要な他者との二者関係を扱うには、アタッチメント理論を用いることが有用である。アタッチメント理論は元々、乳幼児期の親子関係を対象としたものであるが、親子関係を通して IWM が形成され、人はその IWM をもとに対人関係を築いていくため、重要他者との二者関係を検討するうえでは、アタッチメント理論を用いることが有効である。

加藤：青年期の心理的距離感の葛藤へのアプローチ方法の検討

青年期の心理的距離感の葛藤をアタッチメント理論の観点から検討した研究は、既に存在する。加藤（2022）は、青年期のピアの一形態である親友との関係における葛藤の様相を、心理的距離に着目して、アタッチメントパターン⁴ごとに明らかにすることを試みている。加藤（2022）は、質問紙法と調査面接法を行っており、その結果、アタッチメントパターン「安定型」においては、親友との関係における心理的距離に関する葛藤が表現されたが、その他のアタッチメントパターンにおいては、葛藤が表現されることはほとんどないことが明らかになった。ただし、加藤（2022）が行ったのは、質問紙法と調査面接法である。これらの手法は、調査という設定で行われており、質問内容から研究の意図を推測することや、社会的望ましさを考えて回答を歪めることが起きうる。そのため、加藤（2022）を通して検討できた内容には、意識が関与している部分が大きいと考えられる。一方で、心理的距離に関する葛藤には、意識的に言語化される葛藤と、意識的には言語化されにくい、無意識的な葛藤があると考えられる。加藤（2022）では、主に意識的葛藤を扱っており、今後は、無意識的葛藤にも迫っていくことが求められる。

5-2. 投映法

ここで、意識が関与する部分が大きく、回答が意識的に操作されうる質問紙法や調査面接法と比べ、意識の関与する度合いが低い、「投映法⁵」と呼ばれる手法を紹介する。投映法とは、「新奇で、通常の意味では一義的ではない不明瞭な刺激を提示し、それに対する自由度の高い反応を求めることによって、もっともその人らしいありようを表出させ、それを通してその個人を解釈的に理解しようとする方法」（池田, 1995）である。曖昧で多義的な刺激に対して反応を求めるため、全てを意識的にコントロールすることは難しく、反応には無意識も反映されやすい傾向があると考えられている。そこで、心理的距離に関する意識的には言語化されにくい、無意識的葛藤に迫るためには、投映法が有効であると考えられる。

5-3 (1). ロールシャッハ法

既に広く用いられている既存の投映法の中でも、投映水準が深く、被検者に検査目的がわかりにくい手法として、「ロールシャッハ法」がある。ロールシャッハ法とは、Hermann Rorschach が考案した投映法の一つである。紙にインクを垂らして二つ折りにしてできたおおよそ左右対称なインクのしみからなる 10 枚の図版を刺激とし、それが何に見えるのかを被検者に答えてもらう手法である。渡辺（1995）は、ロールシャッハ法について、「人間の心の深層に潜む無意識的な囚われや不安、抑圧された願望や衝動、さまざまなコンプレックスなどを明らかにする有効な方法であり、人間の深層世界を理解するのに役立つ」と述べている。そこで、心の深層にある無意識的葛藤に迫るには、ロールシャッハ法が有効なのではないかと考える。

5-3 (2). ロールシャッハ法の分析

それでは、ロールシャッハ法を用いて、心理的距離感の無意識的葛藤をどのように検討するかであるが、その説明のためには、まず、ロールシャッハ法の分析方法について述べておく必要がある。ロールシャッハ法には、三つの分析手法がある。一つ目が、「形式分析」であり、被検者が産出した反応に対するスコアリングをもとに量的に分析を行い、「パーソナリティの力

⁴ 加藤（2022）では、アタッチメントパターンの測定法としては、質問紙 RQ を用いている。

⁵ Projection technique の訳語であり、「投影法」と表記されることもあるが、ここでは池田（1995）に則り、「投映法」と表記する。

動的構造、情緒や対人関係のあり方を読み取る」(名古屋ロールシャッフ研究会, 2018) 分析手法である。そして、二つ目の分析手法が、「継起分析」⁶である。ここでは、「被検者の体験過程、葛藤解決過程、表象形成過程を、ロールシャッフ反応の変遷過程の中でとらえることによって、動的パーソナリティ理解」をすることを目的とされる。最後に、三つ目が、「内容分析」であり、被検者が産出した反応の象徴的意味、心理学的意味を検討していく。主に、一つ目の形式分析が量的な分析であり、二つ目・三つ目の継起分析・内容分析が、質的な分析であるといえる。

5-3 (3). イメージカード

また、ロールシャッフ法は施行するにあたり、三つの段階がある。まず、図版に見えたものを被検者が自由に答える「自由反応段階」があり、続いて、自由反応段階で答えた反応一つ一つについて説明していく「質問段階」がある。そして、第三段階が、「限界吟味段階」である。そこでは、主に、最も好きなカード (Most Liked Card)、最も嫌いなカード (Most Disliked Card) が尋ねられる。さらに、父親イメージカード (Father Image Card)、母親イメージカード (Mother Image Card)、自己イメージカード (Self Image Card) が尋ねられ、父親・母親・自分のイメージに合った図版を選択することが求められる。また、それぞれのイメージカードの選択において、その図版を選択した理由も尋ねられる。イメージカードに着目した研究としては、石井 (2018) が、青年期の女性を対象とし、父親イメージカードの選択について、選択された図版の反応内容、選択に要した時間、選択理由の語りの展開に着目して、検討を行っている。

イメージカードとして主に尋ねられるのは上記の5つであるが、「父親や母親以外に、被検者にとって重要な人物がいる場合、その人物のイメージカードを聞くことで、その人と被検者との内的な関係を知ることができよう」(名古屋ロールシャッフ研究会, 2018) と考えられている。一般的に尋ねられる5つのイメージカードの中には、青年期に特に重要となるピアに関するイメージカードは、含まれていない。そこで今後は、青年期において親に代わる重要他者となりうる親友や恋人のイメージカードを尋ね、イメージカードとして選択された図版について分析することで、ロールシャッフ法を通して、青年期における重要他者との関係について検討していくことができるのではないかと考えられる。

なお、石井 (2020) は、父親・母親イメージカード選択について検討を行い、イメージカードとして選択された図版と選択理由を分析するだけでは、一面的な理解に留まる危険性があることを指摘している。そして、イメージカード選択に至るまでの被検者の心的動力を含めて十分に検討する必要性について唱えている。つまり、選択されたイメージカードとその選択理由についてだけ検討するだけではなく、ロールシャッフ法全体を通しての反応や流れについて検討していくことが求められるといえる。換言すると、イメージカードの検討だけではなく、ロールシャッフ法全体について扱い、形式分析、継起分析、内容分析それぞれを行い、量的側面と質的側面の両面から検討していく必要があるといえるだろう。

5-3 (4). 感情カテゴリー

ロールシャッフ法にはいくつかの技法があるが、その中でも、名古屋大学式技法 (以下、名

⁶ Sequence analysis の訳語であり、名大法では「継列分析」と呼ばれることもあるが、本稿では、馬場 (1995) にならい、「継起分析」と記す。

大法)には、反応内容に反映されている感情的価値、感情表現に注目し、その相違を分析、量化することによって、個人の感情構造を明らかにしようとする「感情カテゴリー」と呼ばれるスコアが存在する(名古屋ロールシャッフ研究会, 2018)。感情カテゴリーに着目しない場合、例えば、IIカードにおいて「二匹のサルが楽しそうに踊っている」という反応が産出されたとしても、「二匹のサルが激しく格闘している」という反応が産出されたとしても、同じスコアしかなされない⁷。しかし、感情的価値、感情表現に着目すると、この二つの反応は、それぞれ快的なものと敵意を含んだものであり、かなり異なった性質をもつ反応だといえるだろう。また、感情カテゴリーは、快・不快、対象の性質およびその関係、意識にのぼっている最も直接的で表面的なものから精神分析でいわれるような無意識的・象徴的な意味づけを必要とするものまで、包括的に取り扱っている(名古屋ロールシャッフ研究会, 2018)。このことから、ロールシャッフ法の中でも、名大法を用いて、感情カテゴリーに着目して分析することで、無意識的な葛藤に迫ることができるのではないかと考える。名大法の感情カテゴリーを用いた研究としては、探索的な調査研究や事例研究が複数存在するが、重要なピアを表すイメージカードを尋ね、その特定他者との関係における葛藤について、感情カテゴリーに着目して検討した研究はいまだない。一方で、イメージカードに選択された図版における感情カテゴリーに着目することは、心理臨床実践の場では一般的に行われることである。このように、現場では行われているが、研究としての積み重ねは乏しいため、研究を通して知見を深めていくことには意義がある。

以下、具体的にみていくが、「感情」と一口に言ってもさまざまな感情があるため、「感情カテゴリー」も、複数の下位カテゴリーを含む。下位カテゴリーは、「敵意感情 Hostility」「不安感情 Anxiety」「身体的関心 Bodily preoccupation」「依存感情 Dependency」「快的感情 Positive Feeling」「その他 Miscellaneous」「中性感情 Neutral」の7つからなる。それでは、心理的距離感に関する葛藤を検討するためには、具体的にどのような指標に着目すれば良いか。

まず、「敵意感情」と「不安感情」は、それぞれ単体の指標として用いることができるだろう。なぜなら、親友や恋人といった、重要で心理的距離が近いと考えられる相手に敵意や不安を抱いていること自体が、葛藤があることを表しているからである。

「依存感情」と「快的感情」は、それら単体としては、葛藤を表す指標としては考えにくい。しかし、「敵意感情」「不安感情」「その他」とブレンドしてスコアされた場合、葛藤を表していると考えることができる。例えば、「依存感情」と「不安感情」がブレンドしてスコアされた場合、スコアの内容によっては、“相手に物理的・心理的に近づき、依存したいが、自分が近づきたいように近づいて、相手に嫌われたり、嫌がられたりしないか不安である”と考察することができるかもしれない。「依存感情」は、相手に近づく方向性の動きを表し、「快的感情」は、心地が良いことを表しており、それら自体としては、相手との心理的距離感の葛藤を表すとは考えにくい。他の感情カテゴリーとブレンドされることで、葛藤を表しうる。

「中性感情」は、明確な感情的負荷のない反応であり、単独でしかスコアされないため、「中性感情」がスコアされたことから、何らかの葛藤があるということは難しい。また、「身体的関心」は、「リビドー、生命エネルギーといわれるものが、外界の対象に自由に向けられず、自分

⁷ スコアは、どちらの反応も、反応領域 D_{i+1} 、決定因 FM、形態水準 +、反応内容 A である。

の身体やその部分が性的な、あるいは破壊的な感情の焦点となっている」(名古屋ロールシャッハ研究会,2018)ことを示す指標である。つまり、当人の関心やエネルギーが自分の身体に向かっていることを表している指標であると考えられる。一方で、重要他者との関係における心理的距離感の葛藤は、関係に関するものである。このことを踏まえると、「身体的関心」は自分の身体に関する指標であり、他者との心理的距離感の葛藤を表す指標としては考えにくい。

5-3 (5). まとめ

以上をまとめると、ロールシャッハ法を名大法で実施し、イメージカードの選択において親に代わりうる重要他者のイメージカードを尋ね、イメージカードを含むロールシャッハ法全体について、感情カテゴリーに着目しながら、量的・質的両面から分析することで、青年期の親以外の重要他者との関係における心理的距離感に関する無意識的葛藤を扱うことができるのではないかと考えられる。この手法を用いることで、実際に、無意識的葛藤を捉えられるかということに関しては、まず、ロールシャッハ法自体が、被検者にとって検査の意図がわかりにくく、意識的操作がしづらいものである。加えて、イメージカードの選択は、自由反応段階と質問段階が終わった後に行われるため、既に反応は産出し終えており、イメージカードの選択に際して意識的に反応に変更を加えることは原則行われぬ。このように意識的操作が行われにくい中で産出された反応にスコアされる感情カテゴリーは、そのイメージカードが表す相手に対する感情を、意識的に歪められることなく表している可能性が高いと考えられる。

5-4. アタッチメント理論の援用

親友や恋人といった重要な他者との二者関係を検討するうえでは、アタッチメント理論を用いることが有効であると上述した。それでは、ロールシャッハ法を通して心理的距離感の葛藤を検討することにおいて、どのようにアタッチメント理論を用いれば良いかであるが、まず、アタッチメントパターンとの関係性を検討することが考えられる。つまり、どのようなアタッチメントパターンである場合、重要他者との二者関係において、どのような心理的距離感の葛藤を抱いているのかを検討するということである。

これを意識的な葛藤に関して検討したのが、加藤(2022)であるが、そこでは特に「拒絶型」に着目した記述がなされていた。それは、拒絶型は、理論的には、他者との関係において葛藤を抱えていることは想定しにくい、先行研究において、拒絶型も葛藤を抱えていることが示されつつあるからであった。しかし、意識的葛藤を中心に扱った加藤(2022)では、拒絶型の葛藤は明らかにはならなかった。そのような中、本稿で提示したロールシャッハ法を使用した、無意識的葛藤に迫る手法を用いることで、拒絶型の葛藤が明らかになる可能性が考えられる。ロールシャッハ法を用いることで拒絶型の葛藤が明らかになった場合、意識的側面を中心に扱う調査手法と、無意識的側面にも迫る調査手法において、葛藤の表現のされ方に差異があるといえる。また、意識的には表現されにくい、心の深層にある拒絶型の葛藤の様相に迫ることができる。拒絶型に該当するクライアントに対する心理療法において、セラピストは「締め出された感じ」を抱きやすいこと(工藤,2004)⁸が指摘されている。拒絶型の人が抱え

⁸ なお、工藤(2004)では、Dismissingは「軽視型」と表記されている。また、アタッチメントパターンの分類においては、質問紙 ECR を参考としている。

ているが、なかなか意識し表現することは難しい、無意識に近い部分の葛藤が明らかになることで、拒絶型に対する理解が深まり、拒絶型に当てはまるクライアントへの心理療法に寄与することが考えられる⁹。

6. 今後の展望

今後、本稿で述べた手法による研究を実際に行うことにより、青年期のピアとの関係における、意識と無意識の双方を含んだ包括的な葛藤について明らかにされることが望まれる。青年期の親に代わる重要他者との関係における葛藤の様相が明らかになることで、親に代わる重要他者との間に親密な関係を築くことができず、親から離れられない青年の心理への理解にも寄与するかもしれない。ひいては、近年、社会問題となっている、親に寄生し、親元を離れず実家にこもった生活を続ける「ひきこもり」の青年の事態解明とその対応にも、役立つかもしれない。本稿で述べた研究が行われることにより、古くから「疾風怒濤の時代」(Hall, 1904)といわれる青年期に対する理解が深まり、青年への心理的支援に寄与することが期待される。

7. おわりに

本稿では、青年期において親に代わって重要となるピアとの関係における心理的距離感の葛藤について、アタッチメント理論を用いて明らかにする手法を論じてきた。まず、青年期のピアとの関係における心理的距離感の葛藤の中でも、意識的には表現されにくい次元の無意識的葛藤を扱うには、投映法を用いることが有効であると考えられる。さらに、投映法の中でも、ロールシャッハ法を実施して、親友や恋人といった重要なピアのイメージカードを尋ね、名大法特有の「感情カテゴリー」に着目して分析することで、ピアとの関係における心理的距離感の無意識的葛藤に迫ることができるのではないかと示された。また、分析の際には、親密な二者関係に深く関わる理論である、アタッチメント理論を援用することで、より理解が深まるのではないかと考えられる。

8. 引用文献

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., & Waters, E., & Wall, S. (1978) *Patterns of attachment.: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- 馬場禮子 (1995) 改訂ロールシャッハ法と精神分析—継起分析入門. 岩崎学術出版社.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991) Attachment style among young adults: A test of four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, **61**(2), 226-244.
- Bellak, L. (1970) *The porcupine dilemma: Reflections on the human condition*. New York: Citadel Press.
- [ベラック, L. 小此木啓吾訳 (1974) 山アラシのジレンマ. ダイヤモンド社.]
- Bowlby, J. (1944) Forty-four juvenile thieves: Their characters and home-life. *International Journal of*

⁹ 例えば、意識的には「恋人との関係に悩みはない」と言っているが、ロールシャッハ法を行ってみると、“本当は恋人に心理的に近づき依存したい思いがあるが、重たいと感じられ見捨てられることが不安である (固着反応 Dcl と不安定反応 Abal のブレンドなど)”といった葛藤が読みとれるかもしれない。

- Psychoanalysis*, **25**, 19-53.
- Bowlby, J. (1969) *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books. [ボウルビィ, J. 黒田実郎・大羽葵・岡田洋子訳 (1976) 母子関係の理論 I : 愛着行動 岩崎学術出版社.]
- Bowlby, J. (1973) *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books. [ボウルビィ, J. 黒田実郎・岡田洋子・吉田恒子 (1991) 母子関係の理論 新版 II : 分離不安 岩崎学術出版社.]
- Bowlby, J. (1980) *Attachment and loss: Vol. 3. Loss*. New York: Basic Books. [ボウルビィ, J. 黒田実郎・吉田恒子・横浜恵三子 (1981) 母子関係の理論 III : 対象喪失 岩崎学術出版社.]
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998) Self-report measurement of adult attachment: An integration overview. In Simpson, J. A. & Rholes, W. S. (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Craik, K. (1943) *The nature of explanation*. Cambridge: Cambridge University Press.
- 遠藤利彦 (2007) アタッチメント理論とその実証研究を俯瞰する. 数井みゆき・遠藤利彦 (編著) アタッチメントと臨床領域. ミネルヴァ書房.
- 遠藤利彦 (2017) 生涯にわたるアタッチメント. 北川恵・工藤晋平 (編著) アタッチメントに基づく評価と支援. 誠信書房.
- 遠藤利彦 (2021) 入門アタッチメント理論 臨床・実践への架け橋. 日本評論社.
- Fraley, R. C., Heffernan, M. E., Vicary, A. M., Vicary, A. M. & Brumbaugh, C. C. (2011) The experiences in close relationships –relationship structures questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological Assessment*, **23**, 615-625.
- 藤井恭子 (2001) 青年期の友人関係における山アラシ・ジレンマの分析. *教育心理学研究*, **49(2)**, 146-155.
- 藤井恭子 (2004) 青年期の友人関係における心理的距離に関する研究動向と発達の意義. *愛知教育大学教育実践総合センター紀要*, **7**, 279-288.
- George, C., Kaplan, N., & Main, M. (1984; 1985; 1996) *Adult Attachment Interview*. Unpublished Manuscript, University of California at Berkeley.
- Hall, G. S. (1904) *Adolescence: Its psychology and its relations to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion and education, Vol. I*. New York: D Appleton & Company.
- Harlow, H. F. (1958) The nature of love. *American Psychologist*, **13(12)**, 673-685.
- Hesse, E. (1999) The adult attachment interview: Historical and current perspectives. In J. Cassidy, & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 395-433). New York: Guilford Press.
- 池田豊應 (1995) 臨床投映法入門. ナカニシヤ出版.
- 石井佳葉 (2018) ロールシャッハ法における父親イメージカード選択過程の検討—青年期女性の父親イメージに着目して—. *京都大学大学院教育学研究科紀要*, **64**, 317-329.
- 石井佳葉 (2020) ロールシャッハ法における父親・母親イメージカード選択を通じた多層的理解—発症初期の摂食障害女性を対象とした検討—. *ロールシャッハ法研究*, **24**, 1-15.
- 加藤結芽 (2022) 親友との関係における青年の葛藤—内的作業モデルと心理的距離に着目して

一. 青年心理学研究, **34(1)**, 19-38.

- Kirkpatrick, L. A. (1999) Individual differences in attachment and reproductive strategies: Commentary on Buss & Greiling. *Journal of Personality*, **67**, 245-258.
- 北川恵 (2006) アタッチメント測定手法としての投影法の意義・成果・課題. 四天王寺国際仏教大学紀要, **41**, 1-14.
- 工藤晋平 (2004) 「見立て」における成人アタッチメントスタイルの利用とそのアセスメント—語りおよび治療者の情緒的反応から見た特徴. 心理臨床学研究, **22(4)**, 406-416.
- Main, M., & Goldwyn, R. (1984) *Adult attachment scoring and classification system*. Unpublished manuscript, University of California at Barkley.
- Main, M., & Hesse, E. (1990) Parent's unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism? In M.T. Greenberg, D. C., & Cummings, E. M. (Eds), *Attachment in the preschool years* (pp. 161-182). Chicago: University of Chicago Press.
- 名古屋ロールシャッハ研究会 (2018) ロールシャッハ法解説—名古屋大学式技法—. 金子書房.
- 中尾達馬 (2017) 質問紙法. 北川恵・工藤晋平 (編著) アタッチメントに基づく評価と支援. 誠信書房.
- 中尾達馬 (2021) コラム2 アタッチメントの測定法. 北川恵・工藤晋平 (編著) アタッチメントに基づく評価と支援. 誠信書房.
- 日本学生支援機構 (2020) 平成30年度学生生活調査.
https://www.jasso.go.jp/statistics/gakusei_chosa/2018.html (2023/08/20 最終閲覧)
- 大久保圭介 (2021) 青年期・成人期におけるアタッチメント. 遠藤利彦 (編) 入門アタッチメント理論 臨床・実践への架け橋. 日本評論社.
- Rholes, W. S. & Simpson, J. A. (2004) *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications*. New York: Guilford Press. [ロールズ, W. S.・シンプソン, J. A. 遠藤利彦・谷口弘一・金政裕司・串崎真志監訳 (2007) 成人のアタッチメント—理論・研究・臨床—. 北大路書房.]
- Schopenhauer, A. (1851) *Perergera und Paralipomena: Kleine philosophische Schriften. Zweiter Band*. [ショーペンハウアー, A. 秋山英夫訳 (1973) ショーペンハウアー全集 14 比喩, たとえ話, 寓話. 白水社.]
- 上野永子・北川恵 (2017) 面接法—成人アタッチメント面接. 北川恵・工藤晋平 (編著) アタッチメントに基づく評価と支援. 誠信書房.
- 渡辺雄三 (1995) ロールシャッハ法(1) 実施法. 池田豊應 (編) 臨床投射法入門. ナカニシヤ出版.
- Zeifman, D. N. & Hazan, C. (2016) Pair bonds as attachment: Mounting evidence in support Bowlby's Hypothesis. In J. Cassidy, & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 416-434). New York: Guilford Press.

(臨床心理学コース 博士後期課程2回生)

(受稿 2023年8月30日, 改稿 2024年1月5日, 受理 2024年1月11日)

青年期の心理的距離の葛藤へのアプローチ方法の検討

－アタッチメント理論の観点から－

加藤 結芽

青年期には、親に代わる他者、主に友人や恋人などのピアとの関係が重要になるが、青年は「個」も「関係」も発達途上であり、親密な関係をもちたいが傷つけあうことを恐れており、個が確立していないため離れることも難しい。このように、他者との心理的距離のとり方や親密さをめぐる葛藤は、青年期の重要なテーマである。このような重要な他者との関係には、アタッチメント理論が関係しているため、本稿ではまず、アタッチメント理論について概観した。そして、青年期のピアとの関係における心理的距離感の葛藤について、アタッチメント理論に着目して検討した。なお、葛藤には、意識されている葛藤と、意識的には表現されにくい無意識的葛藤があるため、心理的距離感の葛藤の中でも、無意識的葛藤に迫るための手法について検討した。その結果、ロールシャッハ法のイメージカードを用いて、感情カテゴリーに着目して分析を行うことが有効であることが示された。

Examination of Approaches to Conflicts in Psychological Distance During Adolescence: From the Perspective of Attachment Theory

KATO Yume

During adolescence, relationships with peers, such as friends and romantic partners, become crucial as substitutes for parental figures. Adolescents are still in the process of developing both their “self” and their “relationships.” They desire intimate relationships but fear being hurt through such interactions, and because their sense of self is not fully established, distancing themselves from others can also be difficult. Therefore, conflicts related to how to maintain psychological distance and intimacy with others are significant themes during adolescence. Attachment theory is relevant to these important intimate relationships. This paper begins by providing an overview of attachment theory and then examines conflicts related to psychological distance in relationships with peers during adolescence through the lens of attachment theory. Conflicts involve conscious dimensions as well as unconscious dimensions that are difficult to consciously express, and this paper examines the way to approach the latter unconscious conflicts. As a result, it is suggested that utilizing Image Cards of the Rorschach method focusing on the Affective Symbolism is useful.

キーワード：アタッチメント、葛藤、心理的距離、ピア、青年期

Keywords: Attachment, Conflicts, Psychological distance, Peers, Adolescents