青年期における挫折の乗り越えと社会的知恵の関連性 (3)

—挫折を一人で乗り越えるということ—

○矢島裕子¹・石川清子²

(¹春日部市教育委員会教育相談センター・²東京福祉大学大学院)

キーワード: 社会的知恵・挫折の乗り越え

Relationship between Social Wisdom and Overcoming a Failure in Adolescence (III):

Overcoming a Failure Alone

Yuko YAJIMA¹, Kiyoko ISHIKAWA²

(¹Kasukabe Educational Counseling Center., ²Tokyo University of Social Welfare)

Key Words: Social Wisdom, Overcoming a Failure

目 的

人は挫折を経験した際、その精神的ダメージから精神的健康を回復させるために、無意識的な自己防衛を行っている。しかし、もう一度その挫折と向き合い乗り越えることが出来た場合、挫折経験は辛い出来事にとどまらず、人間としてひとまわり成長することが出来る。そしてその挫折を乗り越えるためには人の支えが大きな力になることが多くの先行研究により明らかにされている(古木・森田, 2009; 神原, 2009)。しかし一人で挫折を乗り越えたという事例はほとんどない。そこで本研究は、重要な人との関わりや人のサポートによって挫折を乗り越えたケースと、誰にも頼らず一人で挫折に向き合い、一人で挫折を乗り越えたケースにおけるプロセスの比較について明らかにすることを目的とした。

方 法

〈調査時期と研究協力者〉2012年5月から2012年9月に関東圏内の私立大学に通う大学生4名に面接協力を依頼した。そのうち人の支えによって乗り越えた事例3ケース、一人で乗り越えた事例1ケースとなっている。

〈面接手続き〉研究協力者には許可を得てICレコーダーにて録音し、1回60分、計4回の半構造化面接を行った。分析方法は、M-GTA、ディスコース分析、エピソード記述を用いた。結果の【 】についてはM-GTAによる概念名である。また倫理的配慮については心理臨床学会の倫理的配慮に基づいて行った。

結 果

挫折当時(乗り越え前)の段階では研究協力者4名とも自己・他者へのネガティブな感情を抱き、同時に【現実逃避】、【継続中断】、【自己防衛】という一時的な回避行動を行っていた。これら回避行動は、ネガティブな感情を持ちつつも前向きに挫折を乗り越えようという暗示や、次のステージで自分がやらなければならないことと向き合う姿勢が存在しており、実際に行動が伴っていることが明らかとなった。

挫折の乗り越え途中の段階では、人からのサポートの有無における比較に変化が表れた。人の支えがあったケースでは、【アドバイスにより問題を振り返ることができる】、【人からの指摘によって自分を見つめ直せる】、【一人ではない】、【相談できる】ということが示された。一方、一人で乗り越えたケースでは【自己犠牲】が行われており、自分一人で我慢するといった行動が示されていた。この背景には、自分一人で辛さに耐えるという反面、誰かのために頑張るという代償がある。つまり本人自身が強くなければ難しいことである。しかし本ケースでは、心の支えとして、【守るべき存在】という重要な他者がいることにより、挫折と向き合うきっかけや、挫折を乗り越える原動力にもつながった。さらに【目標を持つこと】や【希望】をもつことでも挫折を乗り越える原動力になることが明らかとなった。

考 察

人は過去の様々な経験を元に、現在の自己を定位する。そして挫折を乗り越えるためには、過去の自分について見つめ直し、行動に移さなければならない。本研究4名のケースでも一時的な回避行動をした後、それぞれ努力を伴った行動を起こしている。その時の支えとして、人からのサポートがある場合では、挫折原因の追求に気づきやすいことや誰かに話せることで気持ちが楽になり、挫折経験の乗り越えを後押しする力につながったと考えることができる。

しかし、一人で挫折を乗り越える場合には、相当なエネルギーが必要とされる。自己犠牲については、自分に焦点を置いてはいるが、同時に家族や友人など自分の大切な人、また重要な人を巻き込まないという配慮がなされた行動であると考えることができる。また他者からのサポートだけでなく、挫折経験者自身の立ち向かう強さの背後には何かしらの「原動力」があることも明らかとなった。守るべきものという誰かのために頑張る、つまり希望をもつことで、どんなにつらいことでも自分を見失わず、強くいられるのではないだろうか。そしてこの「守るべきもの」とは家族や友人、自分をちゃんとみてくれている人の存在であるが、その人たちの気持ちに応えたいという強い想いが原動力となり、挫折経験者の心を突き動かしているのだと考えることができる。

人間はひとりでは生きていけないというのが、その言葉のとおり、誰か守るべき人がいて強くなれるものだと考える。人からのサポートだけでなく、心の支えとなる人の存在が非常に重要なのである。また、守るべきものという概念は、欧米のレジリエンスの研究でも、IQなどの個人の特性では捉えきれない、頼りになる他者との絆が重要であるという見解が主流になってきているため(Werner, E.E, 1993)、意味づけ方に他者との相互作用が影響を与えているのかもしれない。

引用文献

- 矢島裕子 (2013). 青年期における挫折の乗り越えと社会的知恵の関連性—人生を豊かに生きるための知恵とは—東京福祉大学大学院修士論文
- Werner, E.E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal.