

青年期を通した心理的自立の変遷過程の検討

安富, 碧人
九州大学大学院人間環境学府

小澤, 永治
九州大学大学院人間環境学研究院

<https://doi.org/10.15017/6796236>

出版情報：九州大学総合臨床心理研究. 14, pp.47-53, 2023-03-20. Center for Clinical Psychology and Human Development, Kyushu University

バージョン：

権利関係：



青年期を通した心理的自立の変遷過程の検討

安富碧人 九州大学大学院人間環境学府 / 小澤永治 九州大学大学院人間環境学研究院

要約

本研究は大学生を対象にインタビュー調査を行い、大学生が捉える青年期を通した心理的自立の変遷過程及びそこに関連する要因について検討することを目的とした。大学生8名を対象にインタビューを行い、中学3年生時、高校3年生時、現在、大学卒業後2年目の心理的自立の程度について、それぞれ1～10で評定してもらい、心理的自立の程度の変化の過程やそこに影響した要因について尋ねた。結果より、心理的自立の変遷過程に影響を与える要因として「社会人・社会経験の有無」、「周囲の自立した人の存在」、「親子間の葛藤」、「責任・決定の求められる立場の経験」、「幅広い対人関係」、「将来像を明確にイメージできること」、「過去の振り返り」、「その他」の8つが得られた。「周囲の自立した人の存在」「過去の振り返り」は本研究で新たに得られた要因であり、周囲の自立した人の存在がどのように青年の心理的自立の促進に影響しているのか今後検討していくことが必要であると考えられた。また青年の心理的自立には漸進的に上がる場合、早期に完了する場合、一時期停滞する場合等複数の変遷パターンがあることが示された。

キーワード：心理的自立、大学生、青年期

問題と目的

1. 青年期における心理的自立

自立は青年期における重要な発達課題の1つとして挙げられ、心理的自立は青年期の精神的健康と関連することが指摘されている。大石・松永（2008）は、大学生の自立と自尊感情の間に正の相関があることを示した。山田（2011）は、大学生を対象に心理的自立における悲しみや怒りなどの感情を制御できるという内容を示す項目で構成された「情緒的なコントロール」という傾向の間に有意な負の関連があり、独りになることへの不安や寂しさという内容を示す項目で構成された「個性の未確立」という傾向との間に有意な正の関連があることを示した。また、近年ひきこもりやニートなどの自立に困難を抱える青年が社会的問題として取り上げられることも多く、青年の自立について検討することは重要であると考えられる。

大石・松永（2009）は自立を測る尺度の結果から大学生の自立の類型化を行い、「総合自立型」、「低自立型」、「身辺自立型」、「親依存型」の4つのクラスタに分類した。その上で大切だと思う大人の条件について尋ねたところ、いずれのクラスタにおいても「精神的に成熟する」の得点が高かったとしている。このことから、本研究では大学生にとって特に重要であると考えられる心理的自立について検討したい。

2. 先行研究における心理的自立の捉え方

心理学研究における心理的自立の定義は多様であるが、山田（2011）はこれまでの先行研究での自立の定義の共通点を「自立を複数の側面をもつ次元構造として理解する点」「自立の定義・概念に『自分で』『自分の意思で』『自分の力で』等の表現が含まれていること」「自分で判断し行動したことに伴う責任を負うこと」の三つに整理している。そのうえで、心理的自立を「自分の感情や考え、行動に関して自ら主体的に管理・決定すること、かつ、それらに関して責任をもつこと」と定義している。社会に適應することに焦点を当てた他の研究として、福島（1992）は心理的自立を「親や他の大人への依存から脱却し、一人の人間として大人社会の一員になる過程」と定義し、心理的自立は精神的自立と社会的自立の2側面から成り立つものであるとしたうえで精神的自立を「個の確立を重視した自立、親からの心理的離乳がなされ、主体性を持ち、自分のことは自分で

判断し責任が持てる存在となること」、社会的自立を「個と個、また個と社会を重視した自立、人と人との関係を大切にし、他者と自分の立場を区別した上で相手との関係を調整でき、他者と相互の関係を築ける」としている。高坂・戸田（2005）は心理的自立を行動・価値・情緒・認知の4つの概念的枠組みに基づいて捉え、「成人期において適應するために必要な心理・社会的な能力を有した状態」と定義している。

これらの研究では、社会的な自立や経済的な自立の要素も含めた概念として心理的自立を捉えている。心理的自立は、経済的状况や周囲との関係性によって大きく影響を受けることは想定されるが、本研究で捉えたい心理的自立の中核には、山田（2011）がまとめている通り、自己の行動や考えに対する自分の意志による判断・決定等といった心理的な側面がある。そこで本研究では、心理的自立について、経済的自立や社会的自立から独立した概念として考え、山田（2011）の定義をもとに「自分の感情や考え、行動に関して自分の力で判断・決定し、それらに責任を持てるようになること」として検討を行いたい。

3. 心理的自立の発達の変化

心理的自立が青年期において重要な課題であることは多く指摘されているが、どのように心理的自立がなされていくのかその変遷過程について明らかにした研究は少ない。青年期における心理的自立の程度の変化を検討したものとして、福島（1992）は中学生・高校生・大学生・成人を対象に調査を行い、心理的自立の発達の傾向について検討している。その結果、男子の精神的自立は中学から高校にかけてと大学から成人にかけて上昇傾向が見られ、社会的自立については高校から大学、成人にかけて上昇傾向が見られている。女子においては精神的自立・社会的自立ともに中学から高校にかけては大きな変化はなく、大学生から成人にかけて急激な上昇が見られる結果となった。高坂・戸田（2006）も同様に中学生・高校生・大学生・成人を対象にそれぞれの心理的自立の程度を調べ、青年期における心理的自立の発達の変化の調査を行った結果、男子は年代による心理的自立の程度の有意な変化は見られず、女子は年代を経るにしたがって心理的自立の程度が概ね上昇していることが明らかになっている。

このように、青年期における心理的自立の発達の変化につい

ては一貫した結果が得られていない。また、これらの調査ではそれぞれの年代集団に対して調査を行っており、1人の青年における心理的自立が具体的にどのような変遷を経るのかについては十分に検討されていない。

4. 心理的自立の関連要因とその測定

青年の心理的自立に影響を与える要因として、先行研究では友人関係や親子関係など対人関係に着目した検討が行われている。山田（2011）は、心理的自立は大学生の認知する親の養育態度よりも、基本的信頼感との関連の方が大きいことを示した。また山田（2011）では心理的自立の性差について、男性における友人関係がほとんど心理的自立に影響を及ぼさなかったのに対し、女性では友人関係の「一線を引いたつき合い」が心理的自立のすべての下位尺度と正の関連があった。また女性に比べ男性においては、全体的に心理的自立と対人関係的要因との関連が小さいことを明らかにしている。高坂・戸田（2005）は、大学生とその親を対象に心理的自立に及ぼす家族機能の影響の調査を行い、青年が家族機能に対して肯定的な認知をしていると、青年の心理的自立の獲得が促進されることを明らかにした。

その他にも青年の自立に関連する要因について行われた調査には、経済的自立及び社会観との関連を検討したもの（高坂、2018）、「大人度」、「大人願望度」、「理想の大人の存在」、「大人の条件」などの「大人観」との関連について検討したもの（大石・松永、2009）などがある。しかし、これらの研究は全て量的研究であり青年の心理的自立の変遷を連続的な視点で捉えられているとは言い難く、様々な関連要因や変遷過程が予想される心理的自立についてインタビューを通して青年の語りを得る

ことは意義があるといえる。

山田・宮下（2010）は大学生3名を対象に心理的自立の程度や心理的自立の発達に影響した要因についてインタビュー調査を行っている。その結果、心理的自立の発達に重要なこととして、大人による子どもへのサポートや何でも話せる友人の存在などが挙げられている。同研究では、現在及び10年後の心理的自立の程度を0～100の数値で尋ねているが中高生時点での心理的自立の程度は検討されていない。また、心理的自立に影響した要因についてそれぞれの要因がどの時点で影響したかについてもより詳細な検討が必要だといえる。

5. 本研究の目的

以上より本研究では、大学生を対象に心理的自立に関する面接調査を実施し、大学生が捉える青年期を通じた心理的自立の変遷過程及び心理的自立に影響する要因について検討することを目的とする。

方法

1. 調査参加者

九州地域の4年制大学に所属する大学生8名（男性3名、女性5名）を対象とした。

2. 調査内容および手続き

調査参加者に対しては、事前にWebフォームを利用した質問紙調査を実施し、K10（古川ら、2003）への回答を求めた。K10のカットオフポイントである25点以下の参加者を対象に、表1に示すインタビューガイドに沿った半構造化面接を実施した。インタビューでは、青年期の心理的自立の変遷を捉えるため、

表1. インタビューガイド

心理的自立に関する説明	① 最初に、心理学的自立について「自分の感情や考え、行動に関して自分の力で判断・決定し、それらに責任を持てるようになること」と説明した。
現在の心理的自立の程度についての質問	② 現在の心理的自立の程度について、1（全く自立していない）～10（完全に自立している）のうち最もあてはまるものを回答するよう求めた。
	③ 現在の心理的自立の程度を②のように答えた理由を尋ねた。
中学3年生時の心理的自立の程度についての質問	④ 中学3年生時の心理的自立の程度について、1（全く自立していない）～10（完全に自立している）のうち最もあてはまるものを回答するよう求めた。
	⑤ 中学3年生時の心理的自立の程度を④のように答えた理由を尋ねた。
高校3年生時の心理的自立の程度についての質問	⑥ 高校3年生時の心理的自立の程度について、1（全く自立していない）～10（完全に自立している）のうち最もあてはまるものを回答するよう求めた。
	⑦ 高校3年生時の心理的自立の程度を⑥のように答えた理由を尋ねた。
心理的自立の変化に影響した要因についての質問	⑧ 心理的自立の程度が中学生、高校生、大学生間で変化している場合、どのような要因が影響を与えたのか尋ねた。心理的自立の程度が中学生、高校生、大学生間で変化していない場合、変化していないと考えた理由について尋ねた。
将来の心理的自立についての質問	⑨ 大学卒業後どの程度心理的に自立していかについて、1（全く自立していない）～10（完全に自立している）のうち最もあてはまるものを回答するよう求めた
	⑩ ⑨で答えた将来の心理的自立の程度が現在のものより高い場合、今の状態の何を変えたらよいと考えるか尋ねた。⑨で答えた心理的自立の程度が現在のものと同じである場合、そのように考える理由を尋ねた

心理的自立の程度を「1（全く自立していない）」～「10（完全に自立している）」の10段階で尋ねる方法をとった。また、心理的自立の自己評価の変遷を振り返ってもらうため、特に進学や就活というライフイベントを控え心理的自立の程度が変化しやすいと考えられる中学3年生、高校3年生時点での心理的自立の程度を尋ねた。また将来の心理的自立の変化について捉えるため大学卒業後2年目時点での心理的自立の程度を尋ねた。調査時期は2021年12月であった。

3. 分析方法

インタビューでの音声記録から作成した逐語録をデータとし、分析には質的分析手法である SCAT (Steps for Coding and Theorization) を採用した。SCAT はマトリックスの中にセグメント化したデータを記述し、テキストとし、それぞれに①テキスト中の注目すべき語句、②それを言いかえるためのテキスト外の語句、③②を説明するためのテキスト外の内容、④そこから浮き上がるテーマ・構成概念の順にコードを付す。これらの4ステップのコーディングと、④のテーマ・構成概念を紡いでストーリーラインを記述し、そこから「理論記述」を生成する分析手法である（大谷，2007；大谷，2011）。本研究においてもこの手法に則り、分析を行った。なお SCAT は手続きが明確で分析手続きが明示化されており、分析過程の省察可能性と反証可能性が高い（大谷，2007）分析手法であることを理由に採用した。

4. 倫理的配慮

本研究は研究への参加は自由意志であり拒否や中断も可能であること、参加しない場合にも不利益は生じないこと、面接内容は録音され、筆記記録と共にデータは厳重に保管されること、面接で知り得た情報は匿名化して処理され研究以外の目的で利用されることはないことを調査開始前に書面及び口頭で説明を行い、これらの説明に同意し、同意書への署名を受けた者のみをインタビューの対象とした。

結果と考察

1. 調査参加者の概要

調査参加者8名をそれぞれA～Hとし、概要を表2に示した。調査参加者の性別は男性3名、女性5名であり、学年は大学3年生が4名、4年生が4名であった。居住形態については現在一人暮らしをしている者が6名、親と同居している者が2名であった。この2名のうちFは一人暮らしの経験があった。

2. ストーリーラインと理論記述

8名の大学生の青年期における心理的自立の変遷過程についてのストーリーラインから理論記述が導き出された。年代を経るにつれ心理的自立の程度が上がっていった調査参加者の代表としてE、心理的自立の程度に変化がなかったと評定した調査参加者の代表としてFのストーリーラインを以下に示す。ストーリーラインの下線部は抽出された概念である。また、それぞれの調査参加者のストーリーラインから得られた理論記述を表3に示した。

(1) Eのストーリーライン

Eは中学3年生時、周りの意見に流されていた一方で決定したことに対する責任感は持っていたことから心理的自立の程度は5であるとした。高校では周囲が心理的に自立していたことや海外研修プログラムへの参加という主体的な決定の経験をしたことから心理的自立の程度は6となった。大学3年生時点での心理的自立の程度は8であると感じている。大学ではNPO団体に所属しており、社会人水準の責任感や主体的に決定することが求められている。EはNPO団体の代表が確固たる価値観を持っていると感じており模範としている。大学生になり一人暮らしを始めたことで親から干渉が減り、自分で決定する場面が増えた。大学卒業2年後は社会人として心理的自立の程度は10あってほしいと考え、そのためにはより主体的な行動が必要であると考えている。

(2) Fのストーリーライン

Fは精神的余裕のなさから中学3年生時の心理的自立の程度は5であると評定した。高校生になると中学校との雰囲気の違いによる居心地の良さを感じていたが、特に学業への専念による精神的余裕のなさから感情のコントロールが不十分であったと感じており、高校3年生時の心理的自立の程度も5であるとした。大学生になると社会的問題に興味を持ち始め社会の一員としての自分を考えるようになったこと、一人暮らしを始め親との距離ができたこと、就活を通じた価値観の明確化や将来像から逆算した思考をするようになったことなどを理由に大学4年生時には8になった。大学卒業後2年目は心理的自立の程度が9欲しいと考えており、そのためには社会人基準での行動、感情のコントロールが必要であると感じている。

3. 心理的自立に影響を与えた要因

青年期の心理的自立の変遷に影響を及ぼす要因を探るため、抽出した理論記述を類似の項目ごとに分類した。その結果、表4に示したように「①社会人・社会経験の有無」、「②周囲の自

表2. 調査参加者一覧

調査協力者	性別	学年	居住形態	心理的自立の程度			
				中学校3年生時	高校3年生時	現在	大学卒業後2年目
A	女性	3年生	一人暮らし	8	9	9	10
B	女性	4年生	親と同居	7	8	8	9
C	女性	4年生	一人暮らし	6	8	10	10
D	男性	3年生	一人暮らし	4	5	7	9
E	男性	3年生	一人暮らし	5	6	8	10
F	女性	4年生	親と同居	5	5	8	9
G	男性	4年生	一人暮らし	5	7	8	8
H	女性	3年生	一人暮らし	5	6	8	9

表3. 各調査参加者の理論記述

	中学3年生から高校3年生にかけて	高校3年生から現在にかけて	将来
A	①責任ある立場につくことは心理的自立の促進に影響する ②周囲の大人との意見のすれちがいは精神的余裕のなさや感情の不安定さに繋がり心理的自立の抑制に影響する ③将来なりたい姿やその過程を想像することは心理的自立の促進に影響する	④親との物理的距離が広がり心理的自立の促進に影響する ⑤自分への否定的認知は心理的自立の抑制に影響する ⑥アルバイトを通して社会経験は心理的自立の促進に影響する	⑦社会人としての責任感が必要である
B	①親や友人などの他人の意見に追従することは心理的自立の抑制に影響する ②明確な将来像を持つことは心理的自立の促進に影響する	③親からの干渉に対し反抗することは心理的自立の促進に影響する	④責任ある立場の経験などを通して大学生時よりも主体性や責任感を持つことが必要である
C	①周囲に心理的に自立した友人がいることは心理的自立の促進に影響する ②過去の他者の意見に流された経験を踏まえて決定することは心理的自立の促進に影響する	③就活での自己分析等を通して過去の失敗を振り返ることは心理的自立の促進に影響する ④塾のアルバイトにおいて生徒の模範的存在であることを意識することは心理的自立の促進に影響する ⑤心理的自立の程度が低い友人がいることは心理的自立の抑制に影響する	⑥より重要なライフイベントについて自分の考えを大切にすることが必要である
D	①将来像を明確に考えられるようになることは心理的自立の促進に影響する ②人との関わりを通して、他者の視点に立つて考えられるようになることは心理的自立の促進に影響する ③心理的に自立した兄弟の存在は心理的自立の促進に影響する	④他者と積極的なコミュニケーションを取ることで価値観が広がる、協調的な人間関係の築き方を学ぶなどして心理的自立の促進に影響する	⑤社会人としての水準の行動が必要である
E	①周りの友人が自分の意思で決定しているような環境は心理的自立の促進に影響する ②部活で自分たちで決定しなければならない経験を積むことは心理的自立の促進に影響する	③学生団体で自分たちで決定しなければならない経験を積むことは心理的自立の促進に影響する ④社会人水準での行動や責任感を求められることが心理的自立の促進に影響する ⑤心理的に自立した模範的な友人がいることは心理的自立の促進に影響する ⑥一人暮らしをして親に相談せず自分で決定する機会が増えることは心理的自立の促進に影響する	⑦社会人として主体的行動を取ることが必要である
F	①学業などによる精神的余裕のなさは心理的自立の抑制に影響する ②学校における人的環境の居心地の良さは心理的自立の促進に影響する	③社会の一員として自分を客観視することは心理的自立の促進に影響する ④一人暮らしをすることにより親からの干渉が減ることは心理的自立の促進に影響する ⑤就活を通じ自分の価値観が明確になることは心理的自立の促進に影響する ⑥将来像をイメージし、逆算して考えることは心理的自立の促進に影響する	⑦社会人基準での感情や行動のコントロールが必要である
G	①心理的自立の程度が低い人を反面教師とすることは心理的自立の促進に影響する ②将来像が明確になること、その過程をイメージできるようにすることは心理的自立の促進に影響する ③親・教師以外の大人と対等に話すことで自分で考える力や論理的に考える力を培うことは心理的自立の促進に影響する	④一人暮らしにより親の干渉・助けが減り自分で決定する機会が増えることは心理的自立の促進に影響する ⑤親・教師以外の模範的な大人へのあこがれは心理的自立の促進に影響する ⑥決定についての親の介入は心理的自立の抑制に影響する	⑦社会経験が必要である
H	①転校により新たな環境へ適応することは心理的自立の促進に影響する ②部活において学生たちで決定することは心理的自立の促進に影響する	③授業や部活で自己決定を迫られる環境に身を置くことで自己決定の機会が増えることは心理的自立の促進に影響する ④アルバイトを通じ社会経験を積むことは心理的自立の促進に影響する	⑤大学院における学問や研究についての判断が自分で行えるようになる必要がある ⑥広い人間関係を持つことで様々な視点を獲得することが必要である

立した人の存在」, 「③親子間の葛藤」, 「④責任・決定の求められる立場の経験」, 「⑤幅広い対人関係」, 「⑥将来像を明確にイメージできること」, 「⑦過去の振り返り」, 「⑧その他」の8つに分類された。

(1) 先行研究と一致した要因

先行研究で指摘されていたものと同様の要因としては、「①社

会人・社会経験の有無」, 「③親子間の葛藤」, 「④責任・決定の求められる立場の経験」, 「⑤幅広い対人関係」, 「⑥将来像を明確にイメージできること」が得られた。

最も多くの対象者から語られた要因は「①社会人・社会経験の有無」であった。ここには、アルバイトを通して社会経験を積むことや学生団体などで社会人水準での行動・責任感が求め

表 4. 心理的自立に影響を与える要因

要因名	語りの数	語りの例
① 社会人・社会経験の有無	10	・アルバイトをして…バイト先でもやっていけるじゃんっていう自信みたいなのは多少ついたとか (A) ・約束だったり時間厳守ってところは社会人になったら人として当たり前なのところなのでそこは突き詰めていきたい (D)
② 周囲の自立した人の存在	7	・お兄ちゃんの姿に僕も憧れてそういう人間に慣れたらいいなって思って (D) ・NPOの代表という同じ学年の人なんですけどその人が価値観をすごいしっかりもってほんとに自立しているような人だったのでそこを見て影響を受けたっていうのはあります (E)
③ 親子間の葛藤	7	・大学生になって一人暮らしも始めましたし、そういうのもあって物理的に自立したのに加えて親との距離感みたいなのも変わってきて (F) ・高校生くらいになると親も結構放任的になってきて自分がやりたいようにやらせてくれるようになったので…自分で考えてやってきたのが高校だったかなと思います (G)
④ 責任・決定の求められる立場の経験	7	・先生も放任主義だったので自分たちで色々練習方法とかも考えないといけない部活動だったので、自分の考え言ったりとかみんなで話し合って決めたりとか (H)
⑤ 幅広い対人関係	6	・色んな人と接することで自分の考えも変わるし色んな考えも得られて…居酒屋でアルバイトすることでお客さんにどんどん話しかけたりとか…それで自分の価値観も広がるなって思いました (D) ・中3の時に転校をして…全く知らない土地で新しいクラスにはいるの結構不安だったんですけど…新しい学校でも友達が結構できたので…結構ポジティブに中3の時は捉えられた (H)
⑥ 将来像を明確にイメージできること	5	・中学3年生は多分高校のことしか考えてなくて働くってことを考えてなかったんですけど高校生はやっぱちゃんと大学かつ何して働くかっていうのも考えていたから多分結構近い将来まで考えていたかなって (B)
⑦ 過去の振り返り	3	・本当にこれ自分はやりたいのかなみたいなのは考えるようになりました。それはやっぱり中学の時に自分がぶれた経験があったからですね (C) ・就活とかを経て自分の価値観とかを見直す機会があったので。そういう面で言ったらまあ昔よりはかは明確に自分の価値観を意識している…漠然としていたものがよりはっきりしてきたかな (F)
⑧ その他	4	・別にひがむ必要はないな、とか。自分のバックグラウンド的なものは誰とも被ってないからそこを依り代にしていけばいいんじゃないか (A) ・学問の中では全然知らないこともいっぱいだし、勉強とか研究とかしていく中ではこういう風に自分で考えたりとか自分で決めたりとかは全然できていないので (H)

られること、将来に向けて社会経験を積むことが必要であることなどが含まれ、アルバイトや学生団体などで社会人としての行動をとることが心理的自立の促進に影響する可能性が示唆された。福島（1992）は、青年の主体的自立は就職などを通した社会参加が契機となる可能性を示唆しており、これと一致した結果であると考えられる。

「③親子間の葛藤」には、親と意見がすれ違うこと、一人暮らしをして自分で決定する機会が増えることなどが含まれる。高坂・戸田（2005）は、大学生が心理的自立を獲得するためには、家族に対して肯定的な評価を持ち、まとまりがあると感じることが重要であることを指摘している。本研究でも、Aは親の干渉や意見の不一致などから心理的自立の程度が一時下がったと語っている。しかしBは親との良好な関係を築いており、親に反発したものの心理的自立は下がっていないことから、本研究でも心理的に自立していくには良好な家族関係が重要であることが示唆された。

「④責任・決定の求められる立場の経験」には、部活や学生団体、授業で責任のある立場になった経験や自分たちで決定する場面の経験が含まれる。E、Hは自分で積極的に選択してその立場についたわけではなかったことを語った。日常生活を送るうえで、自分で決定し、責任をもつことを意識する場面は少ないと考えられるが、部活や授業において責任や決定を求められる状況に身を置くことが心理的自立に繋がると考えられる。

「⑤幅広い対人関係」には、他者と積極的なコミュニケーションを取ることで、他者視点を獲得すること、転校の際新たなコミュニティに適応できたことなどが含まれる。ここでの他者としては学校の友人、アルバイト先のお客さん、塾講師、社会人など

が挙げられた。高坂・戸田（2005）の作成した心理的自立尺度第二版（PJS-2）には、他者と良い関係を築けるという内容を示す項目で構成された「適切な対人関係」という下位尺度が存在する。また、福島（1992）は心理的自立を構成する側面のうち、社会的自立には「他者と相互の信頼関係を築ける」ことが含まれている。これらの研究と同じく、本研究からも他者と良好な関係が築けていることで、関わる相手の視点に立ったり価値観や考え方を吸収したりすることができるようになり、心理的自立が促進されると考えられた。

「⑥将来像を明確にイメージできること」には、将来の目標や行きたい大学、就職などを明確にイメージできること、そこから逆算してその過程を考えることができることなどが含まれる。上記のPJS-2（高坂・戸田，2005）には「自分が将来何をしたいかについての考えを持っている」、「将来に対する見通し・考えをもって生活している」などの項目からなる「将来志向」因子があり、本研究からも大学生が進学だけでなく就職まで見据えた将来について明確な見通しを持つことは心理的自立に関連すると予測される。

（2）本研究で新たに得られた要因

本研究で新たに得られた心理的自立に影響を与える要因としては、「②周囲の自立した人の存在」と「⑦過去の振り返り」の2点が挙げられる。

山田・宮下（2010）では心理的自立に影響した変数として「目上の人からの学び」が得られている。自分よりも自立した人の影響を受けていると考えられる点では同様であるが、今回得られた「②周囲の自立した人の存在」では、塾の先生などの目上の人に比べ同級生や兄なども含まれた。『お兄ちゃんの姿に僕も

憧れてそういう人間に慣れたらいいなって思って』(D)『NPOの代表というか同じ学年の人なんですけどその人が価値観をすごいしっかりもっててほんとに自立しているような人だったのでそこを見て影響を受けたっていうのはあります』(E)など、年齢や立場に拘らず自分よりも自立していると感じた人を見て憧れ、それを模倣しようとすることで心理的自立が促進される可能性が示唆された。

「⑦過去の振り返り」では、『本当にこれ自分はやりたいのかなみたいなのは考えるようになりました。それはやっぱり中学の時に自分がぶれた経験があったからです』(C),『就活とかを経て自分の価値観とかを見直す機会があったので。そういう面で言ったらまあ昔よりかは明確に自分の価値観を意識している…漠然としていたものがよりはっきりしてきたかな』(F)などの語りがあった。山田・宮下(2010)では心理的に自立している人の特徴として「自分について熟知していること」が挙げられており、過去の失敗を糧により自立したことや就活を通して過去を振り返り自己分析を深めることで自分の価値観が定まってきたことなど自分の過去に目を向けることが失敗や後悔を今後に活かす、自分の価値観を見直すなどの行動に繋がり、心理的自立が促進される可能性が示された。

4. 心理的自立の変遷過程の比較

心理的自立の程度の変遷について、各時点での自己評価の得点を元に、中学3年生、高校3年生、現在と漸進的に上昇した参加者(C, D, E, G, H)と、早期に自立し高校3年生から大学生にかけて心理的自立の程度に変化がなかった参加者(A, B)、中学3年生から高校3年生にかけて心理的な自立が一時停滞したものの高校3年生から大学生にかけて心理的自立の程度が上昇した参加者(F)に分類して考察したい。

(1) 中学3年生、高校3年生、現在と漸進的に上昇した参加者(C, D, E, G, H)

C, D, E, G, Hは年代を経るごとに心理的自立の程度が上昇している。福島(1992)は中学生・高校生・大学生・成人を対象に調査を行い、心理的自立の発達の傾向について検討しており、男子の精神的自立は中学から高校にかけてと大学から成人にかけて上昇傾向、社会的自立については高校から大学、成人にかけて上昇傾向が見られている。高坂・戸田(2006)も同様に中学生・高校生・大学生・成人を対象にそれぞれの心理的自立の程度を調べ、心理的自立の発達の变化について検討しており、女子は年代を経るにしたがって得点が概ね上昇することを示した。本研究においても年代を経るにつれて心理的自立の程度が上昇している参加者が最も多く、心理的自立の変遷過程として典型的なものである可能性が示唆された。

(2) 早期に心理的自立し変化がなかった参加者(A, B)

A, Bは心理的自立の程度が中学から高校の間では上昇しているが、高校3年生から大学生の現在にかけては変化しなかった。Aは大学受験の際、親・教師の意見に従わず自分の意見を突き通したと語っていた。また、Bは大学生以前は主に受験や進路について自分の意見を持たず親の意見に追従した決定をしてきたと語っている。岡田(1993)はアイデンティティの早期完了の特徴について検討しており、強い信念、柔軟性のなさなどの内容を示す項目から構成される「硬さ・一貫性」と両親や年長者の価値観を取り入れる姿勢などの内容を示す項目から構成される「両親従順性」からなる早期完了特徴尺度を開発して

いる。以上のことからA, Bはそれぞれアイデンティティの早期完了の特徴を有していたと予測され、心理的自立が早期になされるパターンはアイデンティティにおける早期完了と一致する点が多いことが示唆された。

(3) 心理的な自立が一時停滞したもののその後上昇した参加者(F)

Fは心理的自立の程度を中学3年生時は5、高校3年生時も5、大学4年生である現在は8であると評定した。Fは中学3年生から高校3年生にかけて心理的自立の程度に変化がなかった要因について、精神的な余裕のなさから感情のコントロールが上手くいっていなかったことを挙げた。山田(2011)は心理的自立における悲しみや怒りなどの感情を制御できるという内容を示す項目で構成された「情緒的なコントロール」という傾向の間に有意な負の関連があることを示しており、本研究においても心理的自立と適応との関連が示唆された。またFは『中学生に比べたら少しは成長したと思うんですけど、この時は本当に勉強に精一杯でその分のマイナスが大きいかと思います』と語っており、ある特定のことにについては自立してきているが、他のことにおける自立の程度が下がったため、心理的自立の程度の変化がなかったと予測できる。Fはインタビュー時大学4年生であったが大学1年生～3年生時は心理的自立の程度は6であったと語っており、高校3年生時からの上昇に影響した要因として一人暮らしを挙げている。大学1～3年生から大学4年生にかけての変化には就活を通し将来像が明確になったことや社会人としての責任感が影響していることを語っている。以上より大学生になり中高では得られなかった一人暮らしや就活、アルバイトなどの要因が影響することで心理的自立の程度が上昇する可能性が示唆された。

以上より本研究では心理的自立の程度が漸進的に上がる場合、早期に完了する場合、一時期停滞する場合が見られ、青年の心理的自立には複数の変遷パターンがあることが示された。

5. 本研究のまとめと今後の課題

本研究の目的は、青年期を通じた心理的自立の変遷及びそこに関連する要因について検討することであった。8名の大学生の語りから、心理的自立の変遷過程とそこに影響を与える要因を8つに分類した。心理的自立を構成する要因や促進に影響する要因は先行研究において検討されてきたが(高坂・戸田, 2006; 山田・宮下, 2010; 山田, 2011; 福島, 1992), 本研究では新たに「周囲の自立した人の存在」「過去の振り返り」が青年の心理的自立の促進に影響する可能性が示唆された。また心理的自立の変遷過程の比較から、青年の心理的自立には漸進的に上がる場合、早期に完了する場合、一時期停滞する場合等複数の変遷パターンがあることが示された。また本研究では、心理的自立を社会的自立や経済的自立から独立したものとして捉えたが、心理的自立の程度の上昇には、一人暮らしやアルバイトといった社会的自立や経済的自立に関連すると考えられる出来事や経験からの影響の大きさも示され、これらの側面における自立との間で相互作用しながら変化していくことが示唆された。

今後の課題として、周囲の自立した人として友人や兄、塾の講師などが挙げられたが、それぞれの人が与える影響の違いや、どのように青年の心理的自立に影響を及ぼしたのかより詳細に検討する必要がある。また心理的自立の変遷過程について本研究では3つのパターンに分類できたが、さらに対象者を増やし今回得られなかったパターンについても検討していくことが求

められる。

〈付記〉

本研究の実施にあたり、ご協力いただきました調査参加者の方々にお礼申し上げます。また研究の計画から執筆に至るまで様々なお助言をいただいた研究室の皆様にお礼申し上げます。

文献

- 大石美佳・松永しのぶ (2008). 大学生の自立の構造と実態—自立尺度の作成—. 日本家政学会誌, 59 (7), 461-469.
- 大石美佳・松永しのぶ (2009). 大学生の自立の類型と関連要因. 日本家政学会誌, 60 (10), 899-907.
- 大谷尚 (2007). 4ステップコーディングによる質的データ分析手法SCATの提案—着手しやすく小規模データにも適応可能な理論化の手続き—. 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要. 教育科学, 54 (2), 27-44.
- 大谷尚 (2011). 質的研究シリーズSCAT: Steps for Coding and Theorization—明示の手続きで着手しやすく小規模データに適応可能な質的データ分析手法—. 感性工学, 10 (3), 155-160.
- 岡田努 (1993). 自我同一性早期完了地位についての一考察. 新潟大学教

- 育学部紀要 人文・社会科学編, 35 (1), 57-68.
- 高坂康雅・戸田弘二 (2005). 青年期における心理的自立 (Ⅲ)—青年の心理的自立に及ぼす家族機能の影響—. 北海道教育大学紀要 (教育科学編), 55 (2), 77-85.
- 高坂康雅・戸田弘二 (2006). 青年期における心理的自立 (Ⅳ)—心理的自立の発達の变化—. 北海道教育大学紀要 (教育科学編), 57 (1), 135-142.
- 高坂康雅 (2018). 大学生における心理的自立と経済的自立・社会観との関連. 和光大学現代人間学部紀要, 11, 123-134.
- 福島朋子 (1992). 思春期から成人にわたる心理的自立—自立尺度の作成及び発達の検討—. 発達研究, 8, 67-87.
- 古川壽亮・大野裕・宇田英典・中根允文 (2003). 一般人口中の精神疾患の簡便なスクリーニングに関する研究. 平成14年度厚生労働科学研究費補助金 (厚生労働科学特別研究事業) 心の健康問題と対策基盤の実態に関する研究協力報告書
- 山田裕子・宮下一博 (2010). 大学生の心理的自立に影響する要因に関するパイロット研究—半構造化面接による検討—. 千葉大学教育学部研究紀要, 58, 9-14.
- 山田裕子 (2011). 大学生の心理的自立の要因ならびに適応との関連. 青年心理学研究, 23, 1-18.

Investigation of the Transition Process of Psychological Independence through Adolescence

Aoto YASUTOMI

Graduate School of Human-Environment Studies, Kyushu University

Eiji OZAWA

Faculty of Human-Environment Studies, Kyushu University

This study aimed to examine the transition process of psychological independence and related factors throughout adolescence as perceived by university students using an interview survey. The participants were asked to rate their psychological independence on a scale of 1 to 10. Further, they were asked about the process of change in their level of psychological independence and the factors that influenced it. Consequently, the following eight items were obtained as factors influencing the process of transition to psychological independence: “working and social experience,” “presence of independent individuals around them,” “conflicts between parents and children,” “experience in positions that require responsibility and decision-making,” “broad interpersonal relationships,” “having a clear image of the future,” and “looking back on the past.” Notably, “the presence of independent individuals around them” and “looking back on the past” were new factors in this study. It is necessary to examine further how the presence of independent individuals around adolescents affects the promotion of their psychological independence. The study also showed multiple transition patterns in adolescents’ psychological independence, such as a gradual increase, early completion, and temporary stagnation.

Keywords: Psychological Independence, University student, Adolescence