

連載 “Well-being” ことはじめ

第 58 回 ポストアイデンティティのメンタルヘルス

臨床心理士・公認心理師・カウンセラ

三村 和子

日本心理臨床学会は心理学系の学会として 3 万人弱の会員数を有する国内最大の臨床心理士、公認心理師、精神科医、カウンセラなどが所属する職能団体です。今年度（第 41 回）の大会は、オンラインと対面の両方で実施されることになり、オンライン大会は 9 月 2 日から 25 日までの 24 日間、対面大会は 10 月 1 日、2 日の 2 日間の開催です。私は今月何度かオンライン大会にアクセスしました。コロナ禍で対面大会が大幅に縮小されて実施される点は残念ですが、オンライン大会はインターネット上の特設サイトでの配信であるため、都合のよいときに何度でも繰り返し観ることができることは有益と感じられます。

今年度の大会テーマは「心理臨床の未来と心理臨床学会」です。オンライン大会の一部は一般の方も視聴可能ですが、殆どが会員限定です。海外招待講演（会員限定）のうちの 1 つ、イタリアのカリアリ大学のステファノ・カルタ教授による海外招待講演「戦後史にみる 青年におけるアイデンティティ変容の三期－アイデンティティとジェンダーに関する臨床心理学的・人類学的問題－」から、働く人のメンタルヘルスにとって重要な課題となる内容を本メルマガにおいて検討して記します。

心理的な事柄について理解したことを部分的に切り取ることは誤解や偏見を招く懸念があります。しかし、カルタ教授が講演で示唆されたことから企業のメンタルヘルスで支援に携わる者としてこれから構想しなければならないと私が考えることを記すことは、IS 関係者にとって大切であると考え、私見として記します。

講演タイトルには「青年期におけるアイデンティティ」とありますが、講演では青年期とは多少変動しうるが思春期から 21 歳頃と想定し、カルタ教授は青年期の臨床的な枠組みには 4 つの次元が交差するといえます。その 4 つの次元とは以下です。

- 1) 個人的な次元
- 2) 集合的な次元
- 3) 身体的・本能的・生物的な次元
- 4) 社会／人類学的・歴史的な次元

講演において、カルタ教授は心理学において 4 つ目の次元「社会／人類学的・歴史的な次元」を考慮することが重要であることを強調されました。

青年期に関する理論として有名なものに、小児科医マーラーらによる「乳幼児期の母親からの分離－個体化理論」になぞらえて、精神科医のブロスが提案した「第二の分離－個体化

期」があります。これは、乳幼児期の 0 歳児などでは自分と母親は一体であると感じていたことが、自分と母親とでは別個の存在であること、そして同時に母親に対して愛着を持つという個体化に対し、ブ罗斯は青年期には子どもが心理的に親から独立することを第二の個体化としました。自我同一性理論を展開したエリクソンは 20 代でブ罗斯の紹介でフロイトの娘、アンナ・フロイトに出会い、画家から精神分析家へとキャリアを変更したと伝えられています。ブ罗斯との交流からずっと後の 50 代になり、エリクソンは青年期にはほとんどの若者が「アイデンティティの危機」、つまり葛藤や問題に直面すると仮定する自我同一性理論を提示しました。

講演の企画者によれば、カルタ教授の講演はエディプス・コンプレックスなどフロイトの理論（個人的な精神力動を理解するための理論）を、人類学的な文脈における戦後史に適用することを通して、今日的状況に基礎にあるものを理解しようと試みている点が、臨床心理学上は新規性があるとのことでした。

カルタ教授は、自身の臨床経験から「青年期の本質とはまさに、その自体のなかにある、未来とその実現に向かう純粋な努力」であるとし、臨床的支援において症状を抱えるクライアント（患者の青年）の過去に原因を求めることは適切でないと主張します。また、カルタ教授は、青年の発達に必要な「本能的かつ無意識的な衝動や情緒は、青年期に至るまでの全発達段階を通して、間主観的なフレームの中で内面化・象徴化されなければならない（メルマガ著者注：相手がこう思っているだろうと推測しながら、自分の内面にも意識を向けること）」といます。そして、この内面化・象徴化は父親や母親の家族の無意識を通して内面化されることが重要であると指摘します。そして、思春期からインターネット上のコミュニケーションを経験してきた世代であるデジタルネイティブ (digital native) には、圧倒的に家族を通じた内面化が不足しており、一方で彼らが没頭するソーシャルメディアという構造では内面化・象徴化されないことに留意するべきといます。

カルタ教授は情緒的で“libidinal body (リビドー的な身体)” (メルマガ著者注：人間の根源的な衝動に由来する心理的エネルギーに満ちた身体) は、文化的・社会的に安定した存在様式としてアイデンティティを確立する過程で、乳幼児期から青年期まで経験する複雑な対人関係で生じる間主観的な対話が欠かせないといっています。

カルタ教授が示した、戦後のアイデンティティ三期は以下です。

- I 期：1950 年まで 【エディプス期】「父なるもの」との同一化から得られる、複数の世代にまたがる安定性を前提
- II 期：1960 年代 【自己愛期】「父」の権威の崩壊。自己愛的なアイデンティティ
- III 期：現在 【ポスト自己愛期】社会生活の過度の断片化・原子化。選択の自由と自己実現の権利強化、自己愛的な幻想への幻滅

カルタ教授は、臨床的支援に携わる立場の人にとって必要なことは、フロイトの理論によ

る「父という権威に従う」ことを前提とした保守的な考え方を基本として、社会に適応することやアイデンティティの安定化を支えることであったことが、今日特別な様相を得ている」と警告しています。そして、エリクソンの理論では、今を生きる我々が経験している流動性を想定していなかったと指摘します。そこで、アイデンティティという概念そのものに疑念が生じているとの問題意識を示しています。

さらに、過去にみられた世代間の連続性が絶たれている、つまり理想となる「父」が不在となったことから、理想は「父」から「子」に移り、「自分はユニークで貴重な存在である」と過剰な自己意識を抱く自己愛意識の高まりがあることも指摘しています。エリクソンが構想した社会における「身体に根差した」アイデンティティが流動性を帯びており（メルマガ著者注：「父」との同一化により得られたものが得られないことにより、いつまでも安定しない）、青年期が「あらゆる年齢の人にとって」「引き延ばされる」とカルタ教授は言います。

カルタ教授は、現在の【ポスト自己愛期】の青年期における劇的な変化について、具体例を用いて危機感を表します。

- 1)社会生活が過度に断片化していること
- 2)過去の非理想化（自分自身で創造しなければならないという重荷）
- 3)メタバースにみられる経験の非物質化の進行と仮想世界の拡大・多様化
- 4)商品化された自己のあり方（実際には有意義な経験ではないのに、自撮りをして Facebook でいいね！を求める）
- 5)恋愛対象を一方向的に過度に理想化すること
- 6)自己愛的な幻滅から、過度に賞賛してもらいたいという強迫観念
- 7)グローバル化
- 8)気候危機など避けられないカタストロフィ（メルマガ著者注：この世は終わってしまうのではないかという悲劇的な将来イメージを抱くこと）

そしてカルタ教授は今やアイデンティティは「経験的な／ボトムアップのクラスターに属する属性」を指すこと、つまり SNS などで「自分と似ている」可能性のある同一クラスターに属する」流動的な集団に属し、模倣しようとする傾向があるともいいます。

以上、カルタ教授の講演から抜粋して、a)理想とされるものの変容（「父」から「子」への移行、b) アイデンティティの捉え直し、c)青年期のプロセスの概念化、を通して課題をみてきました。ここから全くの私論になりますが、カルタ教授が示した課題を視野に入れて、働く人のメンタルヘルスにとってどんな影響を与える可能性があるか、検討します。

「父」から「子」への理想が引き継がれないことは、企業組織における知の継承の問題にも当てはまると考えます。例えば、先輩社員を目指す理想の人物と想定しない後輩社員との間では、OJTはうまく機能しないかもしれません。また、伝統的な会社で強く求められた組織への帰属意識、「愛社精神」のようなものが、若年層には真に身体知として根付かない

ことも想定する必要があります。世代間が異なる人同士のコミュニケーションで十分な対話がないままでは、共通理解が進まないことが想定されます。カルタ教授はこのことを「学ぶプロセスが無視される」と表現されています。

ここから、今 20 代の働く人の発達段階の初期であった時代にまで遡って考えてみます。母体にいるとき、そして誕生してから授乳中にお母さんに抱かれていた時に既にコミュニケーションの量質ともに低下していることは明らかです。ある産婦人科医院では、出産に備えた入院中にスマホの持ち込みを禁止したところ、患者が激減したとのことで、すぐにスマホは持ち込み可能に変更されました。公園に出かけると、スマホばかり見ている親らしき人達、体を動かすことなくベンチに座ってスマホでゲームをしている子ども達ばかり見るようになりました。中高生になると、大人と同じように、あるいはそれ以上にスマホを使いこなします。現実世界の友達関係と SNS 上の友達関係やゲームの世界でのバーチャルな体験が同時並行していきます。ここでは、現実世界以外にもいくつかの世界の自己が断片化している状態となり、「ひとまとまりの自己」の形成が難しくなります。こうした発達段階初期から青年期にかけて不安定で断片化した状態を抱え続けることにより、不安障害や感情障害の診断数が増え続けています。カルタ教授は「対人関係的な関わりから退却する、(中略)、いわゆる、ひきこもりの現象」が日本だけでなく、欧米でも広がっていると警鐘を鳴らしています。（“hikikomori” という用語が欧米で用いられています。）

20 年ほど前に欧米ですでに導入されていたパーソナリティ障害と抑うつとの混合と考えられた症状が、日本の企業のメンタルヘルスにおいて数年前から不適応を抱える多くの人にみられるようになりました。これは、症状としては慢性的な抑うつの訴えがあり、基底に発達特性がみられるものです。例えば、若手の中に数か月しか勤務した経験がないのに、「自分にこの仕事は合わない」「自分は悪くない」と主張するタイプの人が増えました。当時「新型うつ」「仮面うつ」などとメディアで取り上げられました。

更に、2020 年にパワハラ防止措置義務化（中小企業は 2022 年 4 月から）をきっかけにパワハラへの関心が高まり、さまざまな変化が生じています。パワハラから救われるべき人を救える可能性が高まる大きなメリットですが、実際にはパワハラの理解が不十分なまま、「厳正に対応すべき」という機運が急激に高まっています。

しかし人事部やメンタルヘルス相談にパワハラを訴える件数は増える一方で、実際にパワハラと認定され上司が処分される割合は少なく、パワハラを恐れた上司が部下の指導に消極的になっているというのが実状です。例えば、某倉庫業では部下が必要な指導までパワハラと感じてしまうため、成長機会を逃し、部下は会社への不信感を募らせました。その一方で上司がパワハラと言われることを恐れて、大声での注意や厳しい言葉遣いを止めてしまいました。この場合の部下の従業員は、パーソナリティ特性上自己愛的なところがあり、経験不足と判断される段階で「自分は悪くない」と主張することがありました。そこに、パ

ワハラ教育によって「自分が悪くない」という方向に強化され、「危険な（＝嫌な）ことはしたくない」と主張するなど社内では問題児となっていきます。この従業員の家庭では、理想の父は不在で幻滅する父性イメージを持っており、父と同世代とみなせる上司や先輩社員からのことばから、学ぶことはできません。

一方で、プライベートでネットゲームに熱中して、SNSでは同じ「嫌な仕事をさせられそうになった」人達とパワハラの認知件数を競うことが楽しみになっています。ネット利用のため睡眠時間が不足し、仕事でぼーっとするようになりまし。そして仕事に習熟できないまま、本人には困っているという感情は生じないまま、心身に不応感が生じて休職となりました。

カルタ教授が指摘されるように、青年がおかれた状況はかつて想定されていた「アイデンティティの危機」とは異なる困難さを伴うものであると考えます。アイデンティティという概念により捉えることが難しいということなら、「ポストアイデンティティ」といってもいいのではないのでしょうか。

自己が断片化しているというのは単に不安定というのではなく、身体を持ち主である「自己」がひとまとまりの人格としての自己イメージを持つことができないということです。同じ組織で働く人同士であるという認識を持つことが重要です。そして、管理者や指導する立場の人の人は「真剣にあなたのことを考えている」と言語化して、行動、姿勢や態度にして表すことが大切です。人は同じような経験をしていると共感しやすいと言われますが、世代ギャップもあり、お互いのことをよく知らない場合は共感することが難しくなります。このことを踏まえた対応が必要です。「ポストアイデンティティ」を想定した人材開発および育成のプロセスには、パターンランゲージを適用した対話により、共通理解から始めて一体感を醸成することが有効と思われま。

若手社員の育成について、せっかく育成したにもかかわらず短期間で退職してしまうことはこれまでも問題でしたが、こうした社員が会社への辞職を願い出の際のストレスを回避するため、退職代行アウトソースまであります。プチッとボタンを押すように辞める感覚なのではないでしょうか。これではなぜ辞職するのか、組織は知ることができません。

今年度就職活動をしている大学生の多くは、ほとんどコロナ禍で学生生活を過ごしました。新社会人それぞれが抱くイメージは、これまでと異なるものかもしれません。また、圧倒的に face-to-face の対人コミュニケーション経験が不足していることが想定されます。

管理者はこれまでの部下の育成経験を前提にせず、必要に応じて専門家の支援へとつなげていく必要があると考えま。日本では企業組織とメンタルヘルス支援の専門家との交流がまだまだ不十分です。この交流においてもパターンランゲージを適用した対話を持つことが有効になると考えています。

IS 技術者の方々がやりがいを持って働くことができるよう、そして組織がよい方向に向

かうために何がよいのかについて、本稿では今後も探って参ります。皆様からのご指摘やご意見をお待ちしています。

<参考・引用>

- *1) 日本心理臨床学会 41 回大会(2022 年 9 月 2 日から 25 日開催) 海外招待講演原稿 戦後史にみる青年のアイデンティティ変容における三期アイデンティティとジェンダーに関する臨床心理学的・人類学的問題ステファノ・カルタ (カリアリ大学) 中野祐子訳 (帝塚山学院大学) ※会員のみ閲覧可能
- *2) ライフサイクルの臨床心理学 馬場禮子ら (1997). 培風館