

現代日本における青年期女性の「慰める存在」としての 移行対象とその心理的機能

Adolescent Girls as "Comforting Presences" in Contemporary Japan
Transitional Objects and Their Psychological Functions

西島 花音
Kanon Nishijima

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード：青年期，移行対象，慰めるもの

Key words : Adolescents, Transitional objects, Comforting objects

1. 研究目的

移行対象 transitional object とは, Winnicott(1953)が提言した概念であり(井上, 2009), 乳幼児が肌身離さず持ち歩き特別な愛着を寄せる, 最初の自分では無い所有物(例えば毛布やぬいぐるみ等)である(岩崎, 2015). 移行対象は, 自分の内的世界と外的世界の中間領域に存在し(Winnicott, 1971 橋本・大矢 2015), 不安を落ち着かせる, 自らを慰める要素を持つ(井原, 2006). 幼少期は毛布やぬいぐるみなどいわゆる移行対象が慰めるための手段を担っているが, 成長するにつれて, 芸術や宗教など別の存在がその役割を担うようになる. それらがこころを慰めてくれる存在となる. 乳幼児が移行対象を所有することは個人差や文化差の影響が大きく, 日本では欧米と比較し所有率は低かった(井原, 2009). しかし, 近年, 日本の乳幼児の移行対象の所有率は増加していることがわかっている(赤津, 2019). その理由として, 女性の社会進出, 核家族化などが移行対象所有率の増加の一因ではないかとされている(赤津, 2019). 今後も女性の社会進出が進むと予想されるため, それに伴い, 移行対象の所有率が上がることが推測されるが, 日本における移行対象研究は非常に限られている. 森定(2006)は, 乳幼児から青年期の人々に対して「先駆物」から「拡散された移行対象」に至るまでを対象とした研究を行っている. それぞれ移行対象には分離不安や抑うつ気分を和らげる「慰める」機能を持っているとし, これを「慰める存在」と定義している。「慰める存在」

の範囲は広く, 日記(森定, 2006)やコンパニオンアニマル(井原, 2009)など, 慰める存在には物だけではなく行為や生き物も幅広く含まれている. 移行対象における慰める機能に関してはWinnicottも指摘していた(森定, 2003)が, 青年期のみ焦点を置いた「慰める存在」としての移行対象の研究には少なく, 青年期女性にとっての慰める存在についてはその知見が限られている. ところで近年, 特に青年期女性の抑うつに関心が集まる. そこで卒業論文では女子大学生を対象に移行対象の拡散された形の1つとも言われる空想が抑うつに対して適応的に働いていると仮説を立て検証したが, 空想=慰める存在とはならず, 空想が必ずしも抑うつに耐える力とはならないことが示唆された.

本研究の目的は, 現代日本における青年期女性の「慰める存在」としての移行対象とその心理的機能を検討することである. より多角的な視点で「慰める存在」の持つ心理的機能について検討することで, 抑うつを多く抱えている青年期女性にとって慰めとなるものを理解する.

2. 研究実施内容

方法

本研究では, 青年期における慰めるものに関する質問項目を作成するため, KJ法(川喜田, 1967)を用いてデータの分類を行った.

まず, 「慰めるもの」に関する項目の抽出にあたっては, 井原(2006)の定義を参照しつつ, 筆者が関連性が高いと判断した既存尺度の項目や研究

で抽出された因子をもとに、「慰める存在」に関する質問項目を収集し、1項目ごとに短文で記述したカードを作成した(全122枚)。次に、意味内容の類似性に基づきカードをグルーピングし、視覚的に把握しやすいように近接配置を行った。グループ化されたカードには、それぞれの意味内容を代表するラベルを付与した。さらに、同一の意味内容を示す小グループを編成し、それらが上位の意味で統合可能である場合には、グループ同士の再編成を実施した。

結果

本研究では、先行研究から得られた項目をKJ法にて分類を行った。その結果、カードは内容的特徴の類似性に基づいて10のカテゴリーに分類され、さらにそれらを包括する4つの上位カテゴリーが抽出された(Table1)。

まず、「実用的な価値」と名付けられたカテゴリーには、「困ったときに助けてくれる人がいる」や「生活に必要な支援が得られている」など、日常生活を物理的・経済的に支える存在や資源に関する内容が含まれていた。これらの内容は生活基盤に直結する実利的な側面を持つことから、「具体的な慰め」という上位カテゴリーに位置づけられた。

次に、「情緒的つながりと受容」「存在価値の実感」「社会的承認」の3カテゴリーは、いずれも他者との関係性を通じて得られる慰めに関する内容であった。「無条件に愛されていると感じる」「○○の支えになっている」「自分の地位を誇りに思う」など、自分が他者にとって意味ある存在であると実感することや、他者からの評価・承認によって自尊感情を支えられる様子がうかがえた。これらはすべて「対人的な慰め」という上位カテゴリーに統合された。

さらに、「心理的安全」「こころの実感」「未来への期待」「不安・依存」「感情の表出」の5カテゴリーは、いずれも自己の内的経験や認知、感情の調整を通して慰めが得られている点で共通していた。「安心できる場所がある」「大切な思い出が支えになっている」「生きる目的がある」「一人になると落ち着かない」「気持ちを言葉にすることで楽になる」など、自分自身の内面に向き合い、それを整理したり受け入れたりすることで精神的安定が得られる様子が記述されていた。これらのカテゴリーは「内面的な慰め」として括ることができた。

最後に、「スピリチュアルなつながり」とされたカテゴリーには、「神様(仏様)が見守ってくれていると感じる」「自然の中にいると心が洗われる」など、自分を越えた存在や自然とのつながりに支えられているという感覚が記述されていた。こうした慰めの感覚は、宗教的・超越的な信念や象徴に根ざしており、「超越的な慰め」という上位カテゴリーに分類された。

このように、得られたカードは、他者との関係性、自己との関係性、物質的基盤、精神的なつながりといった多様な視点から構成されており、慰めのあり方が複層的かつ多面的であることが示された。

Table1 青年期における慰め存在の主要カテゴリー

上位カテゴリー	カテゴリー名	内容の概要	
具体的な慰め	実用的な価値	生活基盤を支える物質的・現実的な支援	
	関係性の慰め	情緒的つながりと受容	他者との深いつながりや共感による無条件の受容感
		存在価値の実感	他者や社会への貢献による自己価値の確認
内面的な慰め	社会的承認	他者からの評価による自尊心や誇りから得られる満足感	
	心理的安全	安心感や安定感を得られる環境や関係性による情緒的安定	
	こころの実感	物や記憶を媒介とした過去と現在のつながりの実感	
	未来への期待	人生の意味づけや目標の存在による希望	
	不安・依存	孤独への恐れや、愛着の不安定さに起因する心理的な揺らぎ	
超越的な慰め	感情の表出	言語化・表現を通じた感情の整理や癒し	
	スピリチュアルなつながり	信仰や自然、超越的存在との結びつきによる精神的支え	

3. まとめと今後の課題

本研究では、青年期における「慰めるもの」に関する122の短文カードをKJ法によって整理・分類した結果、10のカテゴリーが抽出され、さらにそれらを包括する4つの上位カテゴリー(具体的な慰め、対人的な慰め、内面的な慰め、超越的な慰め)が得られた。

まず、慰めをもたらす要素が多様な側面から構成されていたことに注目する。特に、「対人的な慰め」に含まれた3つのカテゴリー(情緒的つながりと受容、存在価値の実感、社会的承認)は、いずれも他者との関係性を通じて得られる心理的支

えであった。対人関係が重要な発達課題の一つであるが、今回の分類からも、他者との関わりを通じた安心感や自己価値の実感が、慰めの重要な要素となっていることが確認された。

また、「内面的な慰め」に分類された5つのカテゴリー（心理的安全、こころの実感、未来への期待、不安・依存、感情の表出）は、自己の内面での経験や処理を通じて慰めを得ている点で共通していた。ここには、安心できる場所や感情表出の機会、大切な記憶、将来への見通しといった多様な要素が含まれており、自己の内的リソースを通じても慰めを感じていることが示された。一方で「不安・依存」など、必ずしもポジティブな感情だけではなく揺らぎも含まれており、内面の葛藤や不安に対しては果たして慰めの機能が働いているのか議論の余地は残る。

さらに、「具体的な慰め」として抽出されたカテゴリーには、物質的支援や生活の安定といった現実的側面が含まれていた。これは、慰めが必ずしも抽象的・感情的な側面だけでなく、日常生活の基盤そのものに根ざす側面を持つことを示している。

最後に、「超越的な慰め」に分類された項目は、宗教的な信仰や自然との一体感といった、自己を超えた存在とのつながりに基づいていた。他のカテゴリーと比較して具体的な関係性や状況に依存しない点が特徴であり、精神的安定を得る手段として、超越的な価値や感覚をもっていることも確認された。

以上のように、本研究からは、慰めを得る手がかりは、対人関係、内的体験、物質的支え、精神的象徴といった多層的な側面から構成されていることが明らかとなった。これらの分類は、対人援助や心理的援助を考えるうえで、慰めの機能や意味をより具体的に捉えるための手がかりとなると

考えられる。本研究は、青年期における「慰める存在」に関する質問項目を作成するための基礎的検討として、KJ法を用いて項目の整理・分類を行ったものである。得られた分類は、慰めの多面的性質を可視化するうえで有効であったと考えられるが、いくつかの限界も存在する。

第一に、本研究で用いた122枚のカードは、既存の研究や尺度を参考に筆者が選定・作成したものであり、参加者から直接収集した自由記述データに基づくものではない。そのため、収集された項目に偏りが生じている可能性があり、青年自身を感じている慰めの全体像を網羅しているとは限らない。

第二に、本研究は質問項目の作成に向けた前段階であり、実際に作成された項目の妥当性や信頼性、尺度構造を検討するための量的研究は今後の課題である。抽出されたカテゴリーが青年期における慰めの構造を的確に反映しているかを確認するためには、調査票形式での実証的な検証が必要である。

以上のような点を踏まえ、今後の研究では、青年自身への自由記述調査などを通じて、より当事者視点に立った項目収集を行うことが望まれる。また、抽出されたカテゴリーや構造については、量的手法による妥当性の検討や他年代との比較検討を行うことで、「慰め」の普遍的および発達の特徴を明らかにしていく必要がある。

付記

本研究は大妻女子大学人間生活文化研究所の令和6年度大学院生研究助成(B)(DB2423)「現代日本における青年期女性の「慰める存在」としての移行対象とその心理的機能」を受けたものです。