

大人になったという自覚はどのようにして芽生えるのか 臨床心理学的視点から

小原 玲仁

(山 愛美ゼミ)

背景

2022年4月、民法改正により、日本の成年年齢は明治9年以来維持されてきた20歳から18歳へと引き下げられた。これは、憲法改正国民投票や選挙権の年齢が18歳に引き下げられた流れを受け、18歳・19歳の若者を大人として扱うことは自己決定権を尊重し、社会参加を促すことにつながると考えられたためである。この「成年年齢の引き下げ」によって、社会制度が示す人々の「大人」のイメージは大きく変化した。

一方で、法的な成年年齢が18歳に引き下げられた現在も、毎年1月の第2月曜日は、「成人の日」として、その年度で20歳になる人達が成人式に参加するという文化も自治体によって維持されている。内閣府は、この日を「おとなになったことを自覚し、みずから生き抜こうとする青年を祝いはげます」ための日として定めている。

しかし、私達は18歳の誕生日を迎えたその日や、成人式を終えたその時から、真に「大人になった」と言い切れるのだろうか。筆者自身は、法的な成年年齢の18歳、そして20歳の成人式をすでに経験したものの、自分が大人になったという実感があまり湧かない。また、筆者と同世代の人々を見ると、精神的な成熟度、さらには社会的役割を果たしている様子などから、自分よりもはるかに大人びていると感じることが少なくない。

そこで、本研究は臨床心理学の知見を通して、大人とは一体どのような存在であるのかを捉え直すとともに、「大人になった」という自覚はどのようにして芽生え、形成されていくのかについて考察することを目的とする。

I. 「大人」の定義と社会的基準 — 臨床心理学的視点との対比 —

『広辞苑』(2018)によれば、「大人」とは「十分に成長した人」「一人前になった人」「成人」などを指し、また「考え方・態度が老成しているさま」「分別のあるさま」とも説明されている。関連する言葉である「成年」についても「人が成長して完全な行為能力を有するに至る年齢」と定義されている。

また、「大人」と関連性の高い社会制度として、「成年年齢」がある。法務省のホームページ(https://www.moj.go.jp/MINJI/minji07_00238.html)を参照し、日本社会の「成年年齢」の歴史を振り返ると、本人のみで契約を結ぶことができるという意味の「成年年齢」が最初に定められたのは明治9年であるといわれている。それ以来、2022年までは、日本では成年年齢は20歳と定められていた。しかし、近年、憲法改正国民投票や選挙権の年齢が18歳に引き下げられるなど、若者の政治参加を促す政策が進められてきている。このような流れを受け、市民生活の面においても、18歳以上の人を「大人」「一人前」として取り扱うことが適当であると考えられるようになり、民法の成年年齢は18歳へと引き下げられた。

また、同じく法務省が若者向けに公開している成年年齢引下げに関する特設ウェブサイト(https://www.moj.go.jp/seinen/chapter_01/commentary.html)では、以下のようなことが示されている。

現在、日本の民法は成年年齢を18歳と定めているが、「大人」という概念が法律上で一律に定義されているわけではない。ただし、各種の法律において、何を・何歳で行えるかという年齢要件を定める際には、民法の成年年齢が基準として用いられることが多い。そのため、民法で定められた成年年齢に達すると「大人になった」とみなす

考え方が、社会的には広く浸透している。

一方で、臨床心理学の立場から「大人」について考察すると、前述したような社会的基準とは異なる側面が見えてくる。それは、「一人前になった」「成年年齢に達した」といった形式的・外的な状態や、一定の基準・条件によって定義することが難しいという点である。むしろ、心理的成熟や自己理解の深さ、他者との関わり方といった内面的な要素を重視して捉えることが特徴的である。このような視点に立つと、「大人」とは単に年齢や社会的地位によって規定される存在ではなく、他者との関わりや、取り巻く環境、さらには時代的背景など、複雑に絡み合う要素の中で形成されていくものとして理解できる。そのため、臨床心理学的に「大人」を定義することは容易ではなく、そこには多様な見解や解釈が存在すると考えられる。

以上を踏まえ、本論文では「大人」を主題として取り上げた関連文献を参照し、それらの内容を比較・整理することで、臨床心理学的に見た「大人」の捉え方の1つのパターンを提示するという形で「大人」について探求する。

Ⅱ. 時代の移り変わりと「大人」観の変化

本章では、河合隼雄(1996)の著書『大人になることのむずかしさ』に基づき、時代によって変化した社会構造と文化的背景を踏まえ、「大人になること」がいかに変容してきたのかを検討する。「大人になること」と社会の変化との関連を検討する際、社会のあり方はおおよそ二つの型に分けて捉えられる。未開社会や古代社会のような前近代的な社会と、近代社会や現代社会のような発展的社會である。そして、「大人になること」と社会の変化との関連を理解するうえで、重要な概念として挙げられるのが「イニシエーション」である。イニシエーションとは、個人が成長し、ある段階から次の段階へと移行する際に、それを可能にするための儀式のことを指し、「通過儀礼」とも訳されることがある。

未開社会において、イニシエーションは社会制度の中に深く組み込まれた不可欠な儀礼であり、「成人式(現代のものとは異なる)」や「成女式」など、集団的または個人的な形で行われていた。

これらの儀式は単なる通過の行為ではなく、共同体の成員として正式に認められるための重要なプロセスとして機能していた。

未開社会における成人式は、男性のための場合であることが多く、成人になる男性は「修練者」と呼ばれる。そして、未開社会における成人式は、一般的に次の四つの要素から構成されていた。

第一に、「聖所」を設けることである。これは俗世から切り離された神聖な空間であり、修練者たちは一定期間そこに隔離され、儀式の時間を過ごす。

第二に、修練者は母親や女性たちから引き離される。母親の庇護のもとで生活してきた子どもは、母子関係の強い結びつきを断ち切ることで、社会的・心理的に独立した存在へと移行することが求められた。

第三に、修練者たちは隔離された場で、部族の宗教的伝承や文化的知識を教え込まれる。この過程は、大人として必要な知識や価値観の習得に加え、共同体の一員としての自覚を再確認する役割を担っていた。

第四に、修練者は身体的あるいは精神的な試練を課される。身体的試練には抜歯や割礼、皮膚への損傷などがあり、精神的試練には断食や沈黙、視覚の遮断などが挙げられる。とりわけこの要素は、痛みや苦しみに耐えることを通じて、意志の強さや精神的成熟を示す重要な意味をもっていた。

一方、成女式は男性の成人式とは異なり、集団的ではなく個人的に行われる傾向が強い。初潮の到来、あるいはその兆候を契機として実施され、一定期間隔離された場で部族の慣習や役割を学んだ後、共同体の前で披露されることで、成人女性として社会的に承認される。部族によっては、初潮から出産に至る一連の経験をイニシエーションと位置づける場合もある。いずれにせよ、成女式の特徴は、身体の変化を契機に、個人的な過程の中で大人としての地位を獲得する点にある。

このように、未開社会の成人式や成女式は、現代社会の成人式とは大きく異なり、共同体の成員として認められるための通過儀礼として、極めて重要な社会的・文化的意味をもっていたといえる。

また、未開社会におけるイニシエーション儀礼の役割を踏まえたうえで、現代社会における「大

大人になったという自覚はどのようにして芽生えるのか 臨床心理学的視点から

人」観について考察するには、未開社会・古代社会と近代社会・現代社会の社会構造の違いについても検討する必要がある。

前者の社会構造には、「進歩」という概念は存在せず、世界はすでに完成し閉ざされたものとして認識されていた。そのため、後から生まれてきた者は、その既存の世界へと「受け入れられる」ことが最も重要であった。したがって、子どもが大人へと移行するためには、その世界（社会）への参入を象徴する様式としてのイニシエーションが決定的な意味をもっていたのである。このような社会においては、一度のイニシエーションにより、完成された世界の一員として迎え入れられることで、子どもははっきりと大人になり、それで安心することができる。

それに対して、後者の社会構造においては、人々は、「社会の進歩」という概念を有し、自らをその歴史的発展の過程の中に位置づけようとする傾向をもっている。このような社会観のもとでは、ある時代において「大人」と見なされる存在となっても、社会が進歩し、変化するにつれて、新たな時代に適応した「大人」であることが求められるようになる。したがって、社会の進歩や変化に十分に対応できない人々は、「大人として認められない存在」と見なされたり、「子ども」と「大人」の境界において曖昧な状態になったりする可能性が十分にある。

この両者の社会構造の違いについて踏まえたくて、現代の「大人」観について検討すると、近代社会や現代社会においては、制度的かつ本質的なイニシエーションは消滅したといえる。現代社会にも「成人式」という制度的イニシエーションの形式は存在するが、未開社会や古代社会のそれとは性質の異なるものである。制度的イニシエーションを失った現代人の生き方に注目すると、そこには個人レベルにおいて、イニシエーション儀礼に相当する経験が生じていることが明らかになる。そして、それは大きく2つの特徴を持っているといえる。

第一に、個人レベルで生じるイニシエーションは、当人にとって予期しない形で起こりやすく、本人や周囲がそれをイニシエーションとして認識しにくい点が挙げられる。そのため、生じたイニ

シエーション的状况と十分に向き合わないまま過ぎてしまい、後の人生において望ましくない影響を及ぼす可能性がある。

第二に、現代におけるイニシエーションは、一度で完結しない場合が多い。現代社会では、イニシエーション的状况が人生の過程で複数回経験され、その都度、大人へと移行していくと考えるほうが妥当である。未開社会で行われていたイニシエーション儀礼が非常に手の込んだものであったことを踏まえれば、それを放棄した現代において、繰り返しが必要となるのも当然であろう。

以上の河合（1996）の主張を踏まえ、筆者は、時代の移り変わりに伴う「大人」観の変化について以下のように考察する。

まず、未開社会においては、イニシエーションを通過することが「子ども」から「大人」への移行を明確に示す指標として機能し、その基準は社会全体で共有されていた。そのため、「大人になること」に伴う葛藤や曖昧さはほとんど存在しなかったと考えられる。また、古代社会に特有の「世界はすでに完成しており閉ざされたものである」という世界観のもとでは、社会全体で単一的な価値観が保持されていた。その結果、社会における大人像もある程度固定化されていたと推察される。未開社会の子どもにとって、目指すべき大人像が明確であったとするならば、イニシエーション儀礼を通過することは、その大人像に近づきつつあることを社会から保証される契機となり、一定の安心感をもたらしていたとも考えられる。

これに対し、現代の成人式は内閣府が示す通り、20歳に達した若者を祝う行事として位置づけられており、すでに成人であることを前提として実施される点に特徴がある。未開社会におけるイニシエーションが「大人になれるかどうかを見極める場」であったのに対し、現代の成人式は「大人になったことを祝福する場」としての側面が強い。このような相違を踏まえると、現代の成人式はイニシエーションとしての機能を十分には果たしていないと捉えることができるだろう。

さらに、近代以降、人々が社会の進歩や発展という概念を強く意識するようになり、社会変化への適応が大人として求められる資質の一つとして浮上してきた。制度化されたイニシエーションが

存在しない現代では、日常生活におけるさまざまな試練や経験が、イニシエーション的状況として反復して生起し、それらを通じて徐々に大人へと移行していくと考えられる。また、個人や自由を重視する価値観の広まりに加え、SNSの普及によって他者の意見が容易に可視化されるようになった今日の社会状況を踏まえると、明確な大人像や成熟の基準を設定することは困難である。このような環境においては、自分が大人になっているという実感が得られにくくなり、「大人」と「子ども」の境界が曖昧化することは自然な流れであるといえるのではないか。

Ⅲ. 「大人になること」を支える心理的要素

現代社会では、古代社会にみられたような画一的な価値観はなくなり、「個」が尊重されるなかで、人々の価値観は一層多様化している。また、社会そのものが常に変化しているという認識も広く共有されるようになった。そのような社会においては、変化にうまく適応できない場合に、「大人である」と見なされにくくなる可能性がある。しかし、社会に適応することだけが「大人になること」だと言い切れるのだろうか。

無論、社会の一員として生活していくうえで、社会への適応が重要であることは間違いない。しかし、大人になる過程において、社会への適応のみに意識を向けてしまうと、社会の動きを自分の判断基準にしてしまい、自分の意志や欲求と向き合う心理的成長の機会を失ってしまう可能性があるのではないか。

加藤諦三(2011)は著書『「大人になりきれない人」の心理』の中で、心理的成長と社会への適応について、「心理的に成長して、その結果として社会的に適応しているのと、心理的に成長していないのに、無理に社会的に適応しているのではまったく違う」(p.4)と述べている。また、心理的成長がある段階で止まったまま、社会に過剰に適応している人を「大人になりきれない人」と位置づけ、「五歳児の大人」とも表現している。「大人になること」を考えるうえで、最終的に社会に適応できるように成長していくことと、最初から社会への適応を目的とすることは区別して捉

える必要があると考えられる。

加藤(2011)が述べるように、心理的な成長や精神的な成熟は「大人になること」を支える重要な要素であるといえる。また、そのような心理的成長の機会を、河合(1996)が主張する「イニシエーション的状況」とも重ねて捉えることができる。

一方で、河合(1996)が想定した「イニシエーション的状況」とは、主に青年期に焦点を当てたものである。しかし、「真に大人になること」について考える場合、青年期以降の人生においても共通して求められる心理的要素に注目する必要があるだろう。この点に関連して、臨床心理士の諸富祥彦(2017)は中高年期の人に焦点をあてた自身の著書『「本当の大人」になるための心理学—心理療法師が説く心の成熟—』において、人格の成熟に必要な心理的要素について論じている。本論文では、諸富(2017)の議論の中から、筆者が中高年期に限らず重要であると考えた要素、並びに河合(1996)の主張と重なり合う点を取り上げ、「大人になること」を支える心理的要素について検討する。

筆者が諸富(2017)の主張の中から、河合(1996)の主張と関連があると考えた心理的要素は大きく2つ挙げられる。「現実検討能力」と、「自己価値感の確立」である。

第一の「現実検討能力」とは、「自分に出来ることや出来ないことを理解する」という心理的要素であると考えられる。諸富(2017)は、この「現実検討能力」について、加齢による体力の衰えなどで「出来ていたことが出来なくなること」に注目して論じている。しかし、筆者は「出来ることと出来ないこと」という意味では、「現実検討能力」は、決して中高年期に限定されたものではなく、人生の様々な段階において求められる心理的要素であると考えられる。また、自分に出来ることと出来ないことを理解することは、より広く捉えると、「自分を取り巻く現実を受け入れられる」ことでもあるといえるのではないだろうか。

この点において、河合(1996)の主張と重なり合う概念が、「断念」である。河合(1996)は、「大人になるためには、何らかのことを断念しなくてはならぬときがある」(p.178)と述べている。さらに河合(1996)は、「断念」を「単純な諦め

大人になったという自覚はどのようにして芽生えるのか 臨床心理学的視点から

とは区別しており、前者は苦しみや悲しみに包まれながらも、深い自己肯定感が生じてくるものであるとも強調している。

イニシエーション的状况における「断念」を経験して、ありのままの現実を受け入れられるようになることは、自分の成長や将来の方向性を考えるための第一歩にもなりうる。以上のことから、筆者は「現実検討能力」が「大人になること」を支える重要な心理的要素の一つであると考ええる。

第二の「自己価値感の確立」とは、「他者からの承認や理解を得ずとも自分に価値があると思える」という心理的要素であると考えられる。諸富(2017)は、「真に成熟した大人というのは、たとえ人から承認されなくても自己価値感を十分に保つことができる、そういう安定した自己価値感が確立されている」(p.68)と主張している。

筆者はこの点が、前述した河合(1996)の主張する、断念の経験から生じる「深い自己肯定感」と重なると考える。河合(1996)は、青年が「欠点は人間本来の尊厳性とは無関係である」という理解をもつ他者との関係を通じて、自らの未熟さを認識しつつも自己嫌悪に陥ることなく、大人へと成長していくことが可能であると述べている。

この主張は、自分の「限界や欠点」という現実を受け入れつつも、それを「自分の価値を決定づけるものではない」と間接的・無意識的に経験することによって成立するものと捉えられる。そして、そのような経験は、河合(1996)が提唱するイニシエーション的状况と向き合う過程で獲得されうるものだと考えられる。

一方で諸富(2017)は、成熟した人格には自己価値感の確立が重要であると述べつつも、「何があってもまったく揺るがない自己価値感を持っている人などいません」(p.68)とも指摘している。諸富(2017)のいう「自己価値感」とは、他者からの承認を必須とするものではなく、多少の批判を受けても容易に自己が崩れ落ちるような恐怖を抱かない程度に保たれたものであり、これを「ほどよく安定した自己価値感」と表現している。

筆者は、「大人になること」を考えるうえで、この「自己価値感の確立」は極めて重要な心理的要素であると考えている。しかし同時に、それを個人の力のみで獲得することは容易ではないとも

捉えている。自分の限界や欠点に直面するとき、そこには悲しさや苦しさが伴うことも少なくない。そのような状況において、自分を過度に卑下せずにいられるようになることは、相当な内的エネルギーが必要とされるだろう。河合(1996)が述べるように、他者との関わりを通じて、自己価値感が支えられ、育まれる場合には、このような心理的負担は軽減される可能性がある。しかし、そのような支えが乏しい中で、自分の力だけで「自己価値感の確立」を達成しようとすることには、やはり大きな困難が伴うと考えられる。

IV. 「自立」と「大人であること」の関係性

現代社会において、「大人であること」について考える際、「自立しているかどうか」を一つの基準として捉える人は少なくないだろう。しかし、「自立」という概念を検討するとそこには経済的、社会的、心理的自立などといった複数の側面が含まれていることがわかる。

経済的・社会的自立という、「自身の生計を自らの収入で維持できている状態」や「親元を離れても生活が成り立つこと」、「社会の成員として一定の役割を果たしていること」などを指す。これらの自立は、金銭面や社会的立場といった外的要素によって比較的判断しやすい。そのため「大人になること」を考える際の基準として用いられやすい側面をもつといえる。

一方で、心理的自立について検討すると、外的な要素のみから「自立している」と判断することは必ずしも容易ではないと考えられる。例えば、「弱みを見せない」「他者を頼らない」といった、他者に依存しない態度は、一見すると自分の力で現実と向き合い、対処している状態として捉えられやすい。しかし筆者は、そのような「他者に依存しない」という態度そのものが、直ちに心理的自立のあらわれであるとは限らないと考える。

特に現代においては、親離れや子離れといった要素が自立することの基準として強く結び付けられて理解される傾向があるように思われる。しかし、河合(1996)や諸富(2017)は、このような理解から捉えられる自立と真の心理的自立には乖離が生じることについても言及している。諸富

(2017)は、核家族化が進み、個人を重視する文化へと変容した現代社会においては、自立ばかりが強調され、依存を否定的に捉える風潮が強まっていると指摘している。そして、そのような風潮を「自立偏重主義」と表現し、『『自己責任』という概念が私たちを孤立に追い込んでいる』(p.49)とも述べている。

また、こうした直線的に自立を求める社会のあり方について、河合(1996)は親離れ・子離れの観点から考察している。河合(1996)は、子どもが大人へと成長していく過程において、親離れや子離れの必要性が広く知られるようになった一方で、「分離」そのものに過度な重きが置かれている点を問題として指摘している。さらに、その結果として、本来離れた後に生じるべきである親子の関係についての配慮が欠けてくることが多いとも述べている。

筆者も、「大人になること」を考えるうえで、依存を一概に否定する考え方や、「離れる」という行為そのものを自立の指標としてしまうことには、懸念を抱いている。依存を否定的に捉える姿勢は、言い換えれば、「自分以外を頼ることは望ましくない」という価値観を強く保持することでもある。そのような価値観を自立した姿の基準としてしまうと、他者に助けを求める力を十分に獲得しないまま、社会に適應することを求められる可能性がある。その結果として、孤立を深めたり、他者との関わりそのものに抵抗感を強めたりすることにもなりかねないのではないかと。

このような「他者に依存しないことこそが自立である」という、誤解された自立観がもたらす孤立について、諸富(2017)は中高年の孤立化という視点から論じている。諸富(2017)は、核家族化の進行により、大家族主義に見られた「ほどよい依存」の重要性が失われてきていると指摘する。また、その「ほどよい依存」を失った現代社会において、中高年は世間体や恥の意識、さらには自己責任というプレッシャーによって、必要な支援を求めることができず、結果として孤立に陥りやすくなっているという。

筆者は、このような「ほどよい依存」を欠いた中高年の姿を、青少年が「これこそが大人の姿である」と受け取ってしまう可能性もあるのではな

いかと考える。こうした可能性を踏まえるならば、心理的自立を外的な要素や表面的な態度のみから判断することには、より一層慎重であるべきであろう。

依存を一概に否定する自立観の懸念点を指摘したうえで、真に心理的な自立を達成するために何が重要となるのかについても検討する必要があるだろう。筆者は、その際の重要な要素として、「適切に他者を頼る力」を挙げたい。前提として、人間は社会の中で生きる存在であり、直面するすべての課題や困難を常に自分の力のみで解決できるわけではない。そのような状況において、他者の力を借りることができるかどうかは、単なる依存ではなく、自立と孤立を分ける重要な違いの一つとして捉えられるのではないだろうか。

「適切に他者を頼る力」については、河合(1996)と諸富(2017)も論じており、それぞれの主張には重なる点がある。まず、河合(1996)は、依存と自立をまったくの対立概念として捉えない事が重要であるという。また、そのうえで、「適切な依存ができる人こそ自立している」(p.176)とも捉えられると述べている。

同様に諸富(2017)も依存と自立を切り離して捉えるのではなく、その2つのバランスを大切に、「ほどよく自立、ほどよく依存」という考え方を提唱している。さらに、必要に応じて、他者を頼る力を「弱音を吐く力ー援助希求力(help-seeking attitude)」と表現し、そのような力こそが現代社会を生きる大人には必要であると述べている。両者の主張はどちらも、適切な依存があってこそ、真の心理的自立が支えられるという点で重なっているといえる。

両者の主張を踏まえると、真に心理的自立をすることは、自身の自己責任感や自己管理能力を育むことと同時に、自分以外の存在を適切に頼ることの両立であると捉えられる。そのため、筆者は「分離」や「依存からの脱却」が強調されがちな現代においてこそ、「適切に他者を頼る力」を育むことが、真の心理的自立を達成するために重要であると考えている。

もっとも、そのような力を育むためには、その人を取り巻く他者の存在や人間関係など、環境に依存する部分があることは無視できない。その人

大人になったという自覚はどのようにして芽生えるのか 臨床心理学的視点から

がどのような環境で育ってきたかによって、他者を頼ることへの難しさは大きく変わることが想像できる。また、筆者は「適切に他者を頼る力」と表現したもの、この「適切に」が具体的に指す内容についても検討の余地があるといえる。個人の状況や事情が多様にあるうえで、一概にどこからが適切であるか否かを判断するのも容易ではないといえるのではないかと。

こうした困難さを抱えつつも、他者への依存を選択肢の一つとして含めながら、自身の選択に責任を持てるようになることは、現代社会において「大人になること」を大きく支える重要な要素であると筆者は考える。

V. 発達段階における体験との関連

— 幼少期・青年期 —

これまでの考察において、「大人になること」は個人の力のみによって達成されるものではなく、他者との関係性や、どのような環境で育ってきたかといった要因にも考慮する必要があることを述べてきた。そこで本章では、幼少期および青年期の体験が「大人になること」にどのような影響を及ぼすのかについて、さらに検討していく。

幼少期の体験との関連については、第Ⅲ章でも一部触れた加藤（2011）の著書『「大人になりきれない人」の心理』に基づいて考察する。加藤（2011）は、心理的成長がある段階で止まったまま社会に過剰適応している人を「大人になりきれない人」と位置づけ、これを「五歳児の大人」と表現している。そして、その背景には幼少期の体験が深く関係していることも指摘している。筆者は、とりわけその議論の中で示されている「母なるものへの願望が十分に満たされていないこと」が、「大人になること」と密接に結びついている点に注目したい。

「母なるものへの願望」について、加藤（2011）は、「人間は、無責任なわがままで許される幼児の時代があって、その時期に幼児的願望が満たされて、初めて責任ある大人に成長していくことができる」（p.68）と述べている。加藤（2011）が指摘する「五歳児の大人」の特徴としては、幼少期において本当にやりたいことを抑圧し、我慢を

強いられてきた経験が挙げられる。これは、自身の意思よりも「良い子」であることが優先され続ける環境で育ってきたことを意味していると考えられる。その結果として、親に十分に甘える経験を持たず、自分が我慢を重ねてきた分、他者の自由さを受け入れることが難しい人が多いとされている。

さらに加藤（2011）は、こうした状態が生じる背景として、幼少期に母親との安定した愛着や信頼関係を築くことができず、義務や罰を中心とした養育環境のもとで、甘えの欲求が十分に満たされなかったことを挙げている。

以上の加藤（2011）の主張からは、幼少期における「母なるもの」との関わりが、「大人になること」に対しても大きな影響を及ぼし、その影響は非常に根深いものであると捉えられるだろう。また、この根深さを踏まえると、「大人になること」が本人の努力や意志のみによって容易に達成できるものではないことについても、改めて考えさせられる。

青年期の体験との関連については河合（1996）が青年期特有の「つまずき」に焦点を当てて論じている。河合（1996）は、「子どもが大人になるとき、そこにはさまざまつまずきが存在している」（p.32）と述べている。ここでいう青年期の「つまずき」には、家出、非行、ノイローゼ、病気、失敗（学業や恋愛等）などが挙げられる。河合（1996）は、このような「つまずき」は大人になるために必然的なものであり、心理的成長の契機となるものであるという。

筆者は、この青年期における「つまずき」を、現代における一種のイニシエーション的状况として捉える。第Ⅱ章でも述べたように、現代社会においては、かつてのような制度化されたイニシエーション儀礼は失われており、日常生活の中で繰り返されるイニシエーション的状况を通じて、子どもは徐々に大人へと移行していくと考えられる。この点を踏まえると、青年期に経験される「つまずき」が、「大人になること」において重要な意味を持つことが、より理解しやすくなるのではないだろうか。

青年期の「つまずき」がもたらす心理的課題に対しては、本人のみならず周囲の人々も関わりな

が向き合う必要がある。その「つまずき」を乗り越えていく過程を通じて、青年は心理的に成長していくと考えられる。また、そのような経験を意識的に振り返り、体感することによって、「大人に近づいた」と感じる感覚が形成されていくのではない。

VI. 総合考察

一「大人になった」という自覚の芽生え一

ここまでの考察では、現代における「大人観」や「大人になること」に関わる重要な要素について検討してきた。それらを踏まえ、本章では、「大人」とはどのような存在であるのか、また「大人になった」という自覚がどのようにして芽生えるのかについて、臨床心理学的視点から総合的に考察する。

現代社会においては、18歳という成年年齢が法的に定められているものの、古代社会に見られたような、本質的な意味をもつ制度的イニシエーション儀礼は失われている。また、社会は常に変化するものとして認識されるようになり、その変化に十分に適応できない人は、時代によっては「大人でない」と見なされる可能性もある。このような状況の中で、社会全体で共有される明確な大人の基準や大人像は希薄化し、子どもと大人の境界は一層曖昧になっているといえる。

そのような社会においては、日常生活の中で繰り返し経験されるイニシエーション的状况を通じて、人は徐々に大人へと成長していくのではないだろうか。こうした状況は、とりわけ青年期における「つまずき」として顕著に現れると考えられる。青年期のつまずきを通じて、自身の限界や欠点と向き合い、その現実を受け入れながらも自己価値感を形成していく過程が、「大人になること」への重要な一歩となる。

一方で、現代社会は個を尊重する風潮が強く、自立を直線的に求める傾向がある。しかし、そのような時代においては、分離や依存からの脱却のみを重視するのではなく、依存を一つの選択肢として含み、必要なときに他者を頼る力もまた重要であると考えられる。

さらに、そのような力の基盤には、幼少期にお

ける「母なるもの」との関わりが大きな影響を及ぼしていると考えられる。幼い頃に十分に母なるものへの願望が満たされる経験を通じて、自己選択の力が育まれると同時に、必要に応じて他者に依存する力も形成されていくのではないだろうか。

以上の点を踏まえると、現代社会における「大人」とは、単に社会の成員として機能している状態を指すのではなく、自身を取り巻く現実と向き合いながらも自己を見失わず、必要に応じて他者の力を借りることができる存在であると捉えられる。

そのうえで、そのような「大人」になる過程は、幼少期の体験や他者との関係性といった環境要因の影響を大きく受けるものであり、個人の力のみで達成されるものではない。また、一度獲得されたとしても、それが固定された状態として保たれるわけではなく、揺らぎを伴いながら形成され続けるものと考えられる。

子どもと大人の境界が曖昧化した現代においては、「大人になった」という自覚を持ちにくい時代であるともいえる。さらに、個の尊重や分離が強調される社会風潮の中では、依存を排除することによって、「大人になった」かのように錯覚してしまう可能性さえもある。そのような時代だからこそ、日常におけるイニシエーション的状况と丁寧に向き合うことが重要だと捉えられる。これらの体験を反復し、意識的に振り返ることによって、自身の成長を実感し、その実感が「大人になった」という自覚へとつながっていくのではないだろうか。

おわりに

本論文では、「大人」という存在や「大人になった」という自覚について、臨床心理学的視点から考察してきた。「大人」をどのように捉えるのかについては多様な視点が存在し、一義的に定義することは容易ではない。また、「大人になった」という自覚についても、個人の主観に大きく依存する側面があり、絶対的な答えを導き出すことは困難であるといえる。しかし、「大人」という概念がこのような不確実性や曖昧さを含んでいるからこそ、それを改めて問い直すこと自体に重要な意義があると考えられる。

大人になったという自覚はどのようにして芽生えるのか 臨床心理学的視点から

今後の課題としては、文化や社会背景の異なる地域における「大人観」の比較や、AIの発展といった技術の進歩が「大人になること」にどのような影響を及ぼすのかについて、さらなる検討が必要であると考えられる。流動的に変化し続ける社会の中で、「大人」という概念がいかに変容していくのかを考察することは、「大人」をより深く理解するために、重要な課題となっていくのではないだろうか。

参考文献・引用文献

- 加藤諦三 (2011). 「大人になりきれない人」の心理. PHP 研究所.
- 河合隼雄 (1996). 大人になることのむずかしさ. 岩波書店.
- 広辞苑第7版 (2018). 岩波書店.
- 法務省 (2024). 大人への道しるべ. (最終閲覧日: 2025年12月23日) https://www.moj.go.jp/seinen/chapter_01/commentary.html
- 法務省 (2025). 民法 (成年年齢関係) 改正 Q & A. (最終閲覧日: 2025年12月23日) https://www.moj.go.jp/MINJI/minji07_00238.html
- 諸富祥彦 (2017). 「本当の大人」になるための心理学—心理療法家が説く心の成熟—. 集英社.
- 内閣府 (2025). 各「国民の祝日」について. (最終閲覧日: 2025年12月23日) <https://www8.cao.go.jp/chosei/shukujitsu/gaiyou/kaku.html#seijin>