

心の発達と自己分析

—ありのままの自分を見つめて—

北海道大学大学院文学研究科

心理システム科学講座

和田博美

講義の目的と目標

- 1、良い点、悪い点を含めて、
ありのままの自分に気づく
- 2、ありのままの自分を好きになる
- 3、自分らしい生き方を考える

そのために.....

- 1、心の発達、心の構造、対人関係についての理論
- 2、心理テストによる自己分析
- 3、カウンセリングによる心の成長への手助け

評価の基準と方法

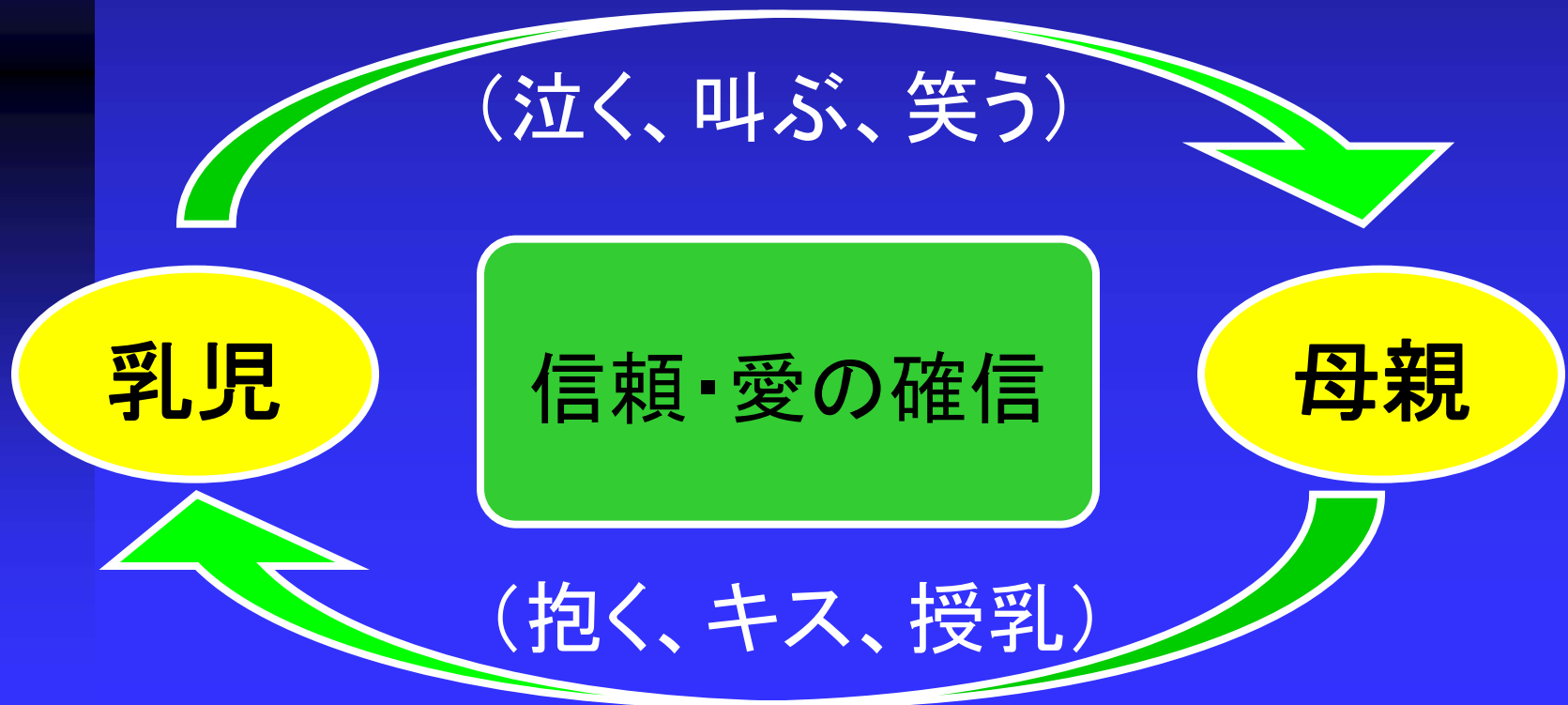
期末試験

(自分を見つめる、自分を好きになれたか、自分らしい生き方とは)

第1章 心の発達

1、乳児期（0～1.5歳）：信頼関係の確立

1) アタッチメント（愛着）の確立



拒否・虐待



心身の発達障害

2) 言語の獲得

親との遊び⇒舌・唇の動きを模倣

⇒ワンワン、ニャンニャン
ブーブー

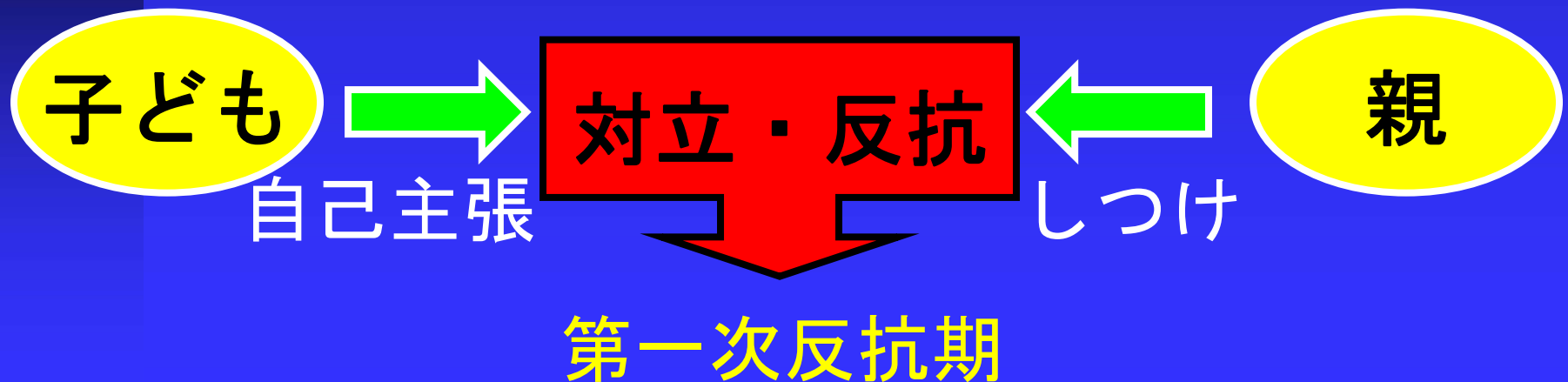
3) 感覚運動知能の発達

なめる⇒物を理解

4) 永続性の概念の発達

2、幼児初期（1.5～3歳）：自律性の確立

1) 生活習慣の習得（食事、トイレ、着替え）



- 支配的な親 ⇒ 消極的
- 甘やかす親 ⇒ わがまま
- 厳しさと寛容な心 ⇒ 自律性

3、遊戯期（3～5歳）：自発性の獲得

1）行動基準の獲得

- 親の価値観、倫理観を取り込む
- 許される範囲で自由に振舞えるしつけ

2) 集団遊びの発達

- 見立て遊び：象徴機能

- ごっこ遊び：大人のまね

役の交代⇒相手の立場で考える

ケンカ ⇒ルール、説得、妥協
社会性

4、学童期（6～11歳）：勤勉性の獲得

- 学業に励む⇒勤勉性

- ・ 失敗⇒ 劣等感
- ・ 適性を知る、職業への備え

5、青年期（12～22歳）：自我同一性の確立

- ・ 子ども⇒大人へ
親から自立、経済的に依存
- ・ 身体の変化
精神的に不安定

1）第二性徴の発現

2) 自己意識の発現：自分を見つめる

3) 否定的自己像の構築

⇒容姿、性格への関心

⇒友達と比較

⇒「カッコ悪い、嫌な性格」

(否定的自己像)

4) 仮面的自己開示

好かれるよう振舞う

⇒ 本当の自分をわかってもらえない
(孤独、寂しさ)

5) 相談相手が友人へ

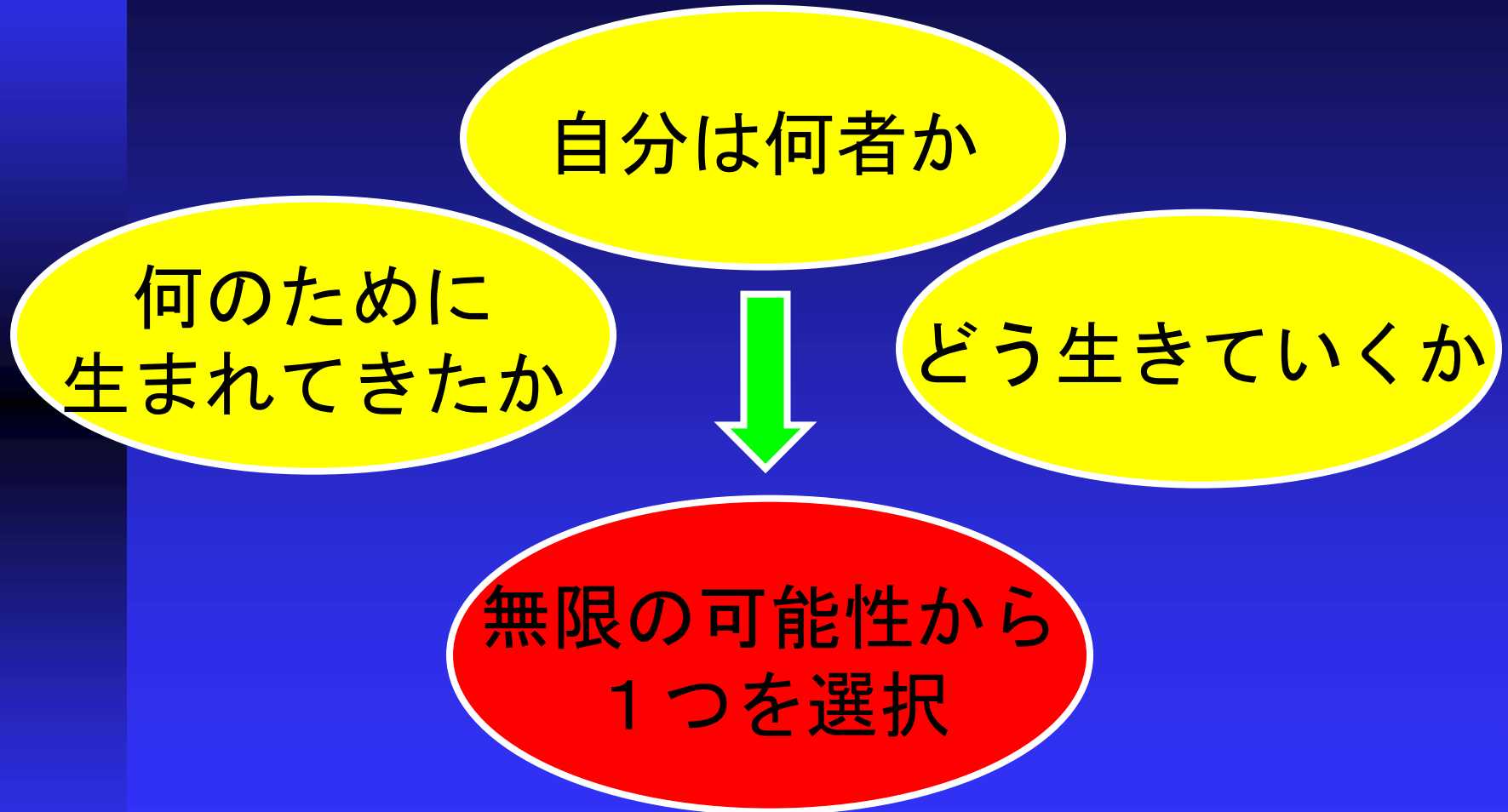
本音で話せる友人・恋人

⇒ 「ありのままでいいんだ」

⇒ 否定的自己を受容

⇒ 親密な関係

6) 自我同一性 (ego identity) の確立



7) 自我同一性確立の失敗

- ・ 早期完了 : 親の言いなり
- ・ 同一性の拡散 : 何をしたいかわからない
- ・ モラトリアム : やりたいことを探す
大人になりたくない
- ・ 否定的同一化 : 自分は何をやってもダメ
- ・ 対抗的同一化 : 社会が悪い、教育が悪い

6. 成人初期（22～40歳）：親密な人間関係の確立

- ・ 同僚や異性と親密な関係を築く
⇒ 親友、配偶者
- ・ 親密な関係の確立に失敗
⇒ 自閉、孤独⇒賭け事、酒、オタク

7、**壮年期**（40～60歳）：**生殖性の発達**

- ・ 体力、知力の衰え⇒ **中年の危機**
- ・ 先が見えてくる ⇒ **老年の予感**

- ・ 次世代の指導と育成

⇒ 生殖性の発達、自己の超越

- ・ 生殖性の発達に失敗

⇒ 興味は自分のことだけ

貧困な人間関係、成長の展開がない

（**自己耽溺・停滞**）

8、円熟期（60歳～）：完全性の確立

定年、心身の衰え、痴呆、配偶者・友人の死

1) 人生の意義：人生に意義を見出せるか

Yes ⇒ 完全性の確立、死の受容

No ⇒ 絶望

2) 引退の危機：地位、業績、収入を失う

新しい生きがい⇒ 自我の再構築

過去にこだわる⇒ 不適応

3) 健康の危機

病気や老化を受容 ⇒ 余生を楽しむ

老化を受け入れない ⇒ うつ病、自殺

4) 死の危機

次世代のために尽力、自分を役立てる
(後継者の育成、技術、知識、文化、
伝統の継承)

⇒ 自己の永久化、自我の超越