

# 「ふつう」への囚われと不適応 — 高校中退女性との面接過程の検討から — The Association of *Futsu* and Maladaptation: A Case Study of a High-School Dropout Woman

生井 裕子 IKUI, Yuko

● 桐朋学園女子部門  
Toho Gakuen Joshi Bumon

**Keywords** 「ふつう」、不適応、規範、「ふつう」への囚われ、自己理解  
*futsu*, maladaptation, norm, adherence to *futsu*, self-understanding

## ABSTRACT

日本人は、文化論的に人と人との間の和を重視すると考えられており、日常場面においても周囲との和や同調が規範的に重視されているような場面は少なくない。臨床場面では、「ふつう」は適応あるいは不適応と関係が深い概念として扱われてきたが、本研究では「ふつう」への囚われについて注目し、高校中退女性の面接過程から、「ふつう」への囚われと不適応との関連について検討した。その結果、現実の自分が「ふつう」とは異なる状況であることを認識すると、不安や焦燥感といったネガティブな情緒が生じ、安心感を得ようと「ふつう」に近づこうとするが、移行できない状況で「ふつう」への囚われが生じるという関係が成立していた。そして、「ふつう」と自己との乖離を認識する度にネガティブな情緒が賦活され、「ふつう」への囚われが強まり、不適応が連鎖するという関係が推定された。「ふつう」への囚われによる不適応の連鎖をとめるために、「ふつう」の捉え方が変化することと、自己理解を深めていくことの両方が必要であることが示唆された。

Japanese had been considered regarding 'harmony' as important in cultural theory. There is still a discussion, however, about whether Japanese are collectivist or not, and there are questions regarding some situations functioning in which the collectivistic norm functions in harmony or 'tuning' with the environment of everyday relations. In the clinical context, *futsu* ('normal', 'normality') has been designated as a concept that relates to adaptation or maladaptation. In this study, noticing the adherence to *futsu*, the relationship of the adherence to *futsu* and maladaptation was examined through a single case study of the counseling process of

a high-school dropout woman. Consequently, the adherence of *futsu* was caused by the anxiety and irritation, which was occurred during recognition of the dissociation of the real self from *futsu*. Thus, the negative emotion was activated whenever the dissociation between *futsu* and the self was recognized; The adherence of *futsu* was strengthened, and the maladaptation linked. In order to prevent the linkage of maladaptation by the adherence of *futsu*, the necessity of transformation of both the recognition of *futsu* and the self-understanding is suggested.

## 1. 問題

### 1.1 文化論からみた日本人と「ふつう」

日本人は、文化論的には集団主義と定義づけられる事が多く、行動様式として「間柄」を大切にし、自分が属する集団内の調和を第一に考える民族であると考えられてきた。そのような日本人の傾向について、これまで代表的には木村（1972）による「人と人との間」、浜口（1982）による「間人主義」などの概念が提唱され、西洋との個人的自我のあり方の対照的なものとして、人と人との間の和を重視する日本人の姿が記述されてきた。日本を集団主義と呼ぶことについては議論も存在するが（山岸, 1998など）、日本社会における日常場面に目を向けると、周囲との和や同調が規範的に重視されているような場面は少なくないと思われる。

その中で、「ふつう」という言葉は、文化論で指摘されている日本人の特質とも重なり合い、日常的に多用される言葉の一つであると思われる。辞書的な用法においては、「ふつう」とはみんなや周りと同じ、普段と変わりがない、目立った取り柄が無い、良くも悪くもない、特別でない、無難な、真ん中、等を指す言葉である。一方で、「ふつう」という言葉が用いられる状況に目を向けてみると、「ふつう」という言葉が用いられる文脈によって多義的な意味が付与されており、また様々な価値観と連動していることが明らかにされている（佐野・黒石・生井, 2013）。

### 1.2 「ふつう」についての実証研究

これまでの実証研究を概観すると、「ふつう」とは、その意味合いとしてネガティブにも、ポジティブにも捉えられる事が明らかになっている。

例えば元橋（1993）は、人並みを志向することは低い積極性、周囲から逸脱する不安、失敗する不安との関連が強いことを明らかにしている。このことは「ふつう」を重視することのネガティブな側面が取り上げられているといえよう。一方で、大橋・山口（2005）は、「ふつう」の人とは「利他的で、自己主張する能力にやや欠ける」人物として多くの人から認識されており、その特性を持つ事は、対人関係上で望ましく、精神的な安定感にもつながることを明らかにしている。また、「ふつう」であることは、感情状態の中でも高い安静状態と低い否定的感情と関連があることが指摘されており（佐野・黒石, 2009; 黒石・佐野, 2009など）、「ふつう」のポジティブな側面も繰り返し指摘されている。

### 1.3 臨床心理領域にみる「ふつう」

また、臨床場面に目を向けてみると、「ふつう」という言葉は過剰適応や障害受容などの心理的課題や、虐待、引きこもりといった不適応との関連において論じられる事が多い（高良, 2005; 田中, 2006; 田垣, 2006; 岡部・青木・深谷・斎藤, 2012）。いずれも、自分が「ふつう」であるかどうかに関心を持ち、「ふつう」であることに囚われたり、逆に「ふつう」になれないという苦しさを訴えたりしていることが共通している。田中（2006）は「ふつう」へ囚われる心理について、過去のトラウマの存在が、自分自身から目を背けさせ、周囲との過剰な同一化を起こしやすくなる傾向について指摘している。

一方、臨床場面において語られる「ふつう」という言葉は、文脈依存性が高いという性質故に、クライアントの価値観が問い直される体験を通じて、その意味するものが徐々に変化することも明

らかにされている。岡部他(2012)では、ひきこもる若者へのインタビュー調査より、「普通」への囚われ(原文記述に基づく)が強いものが向かうのは、「普通」ではなく「普通」への囚われから解き放たれること(同じく原文記述に基づく)であることを指摘している。その際に、新しい他者との関わりや若者が育つ場が必要であることについても述べられている。また、生井・佐野・黒石(2012)では、教育相談所を訪れた母親によって語られた「ふつう」という言葉の文脈に注目した質的分析を行っている。その結果、「ふつう」に囚われたり、「ふつう」を軽視したりする時には、不安や焦燥感と言ったネガティブな感情、不登校や家庭内暴力などの不適応行動との関連が見られた。一方で「ふつう」が周囲と調和・一致している状態を示して語られている時には、安心感などのポジティブな感情、家庭内不和や不登校といった不適応の解消や、社会と調和した適応的行動との関連が強いことが示された。また、生井(2013)では、発達障害児を持つ母親の事例検討を通じ、「ふつう」の捉え方が「地に足がついている」「世間に身を置ける」といった、適応的なものに変化することに伴って、自己の変化も同時に生じていた事を見いだしている。特に、自己を客観視する力、「オモテとウラ」(北山, 2013)、「タテマエとホンネ」(春日, 2006; 南, 1987)を使い分けられる力の発達が、適応的な「ふつう」の捉え方の背景に存在していることを指摘した。また、感情状態についても、「ふつう」について語るときに、周囲と調和している安心感を伴うという特徴について述べている。

#### 1.4 本研究の目的

このように、臨床場面における「ふつう」については、これまでに一定の知見が積み重ねられてきた。しかしながら、クライアントの発達段階や主訴によって、そもそもの「ふつう」の捉え方のありようが異なることが予測される。また、「ふつう」の捉え方そのものが、「ふつう」への囚われを生じさせ、適応に影響を及ぼしているということも推測される。よって、本研究では「ふつう」

への囚われを語った高校中退女性との面接過程の検討を通じ、「ふつう」への囚われと、その基底にあると思われる「ふつう」の捉え方の有り様とその変化について、経過を追って検討する。そして、「ふつう」への囚われがどのように不適応の維持や連鎖とつながっているのか、またそれらはどのように止められるのか、といった点についての知見を提出することを目的とする。

## 2. 方法

### 2.1 事例概要

公立の教育相談所においてThが出会った事例の中で、面談開始当初から「ふつう」への囚われを顕著に示しつつ、面接を通じて不適応の解消に向かうことができた特徴的な1事例について、以下に提示する。なお、事例については、事例の性質を損なわない範囲で修正を加えてある。

#### ●クライアント:

A, 18歳。高校中退後の進路を考えたいという主訴で来談。意思疎通はスムーズで、セラピスト(Th)とくだけた口調でやり取りをする。

#### ●家族構成:

- ・父親(F, 69歳)会社経営。Mとは再婚。現在は病氣療養中。
- ・母親(M, 52歳)Fの会社手伝いから、資格を取ってフルタイムで働く。
- ・弟(B, 16歳)私立単位制高校1年。

#### ●面接構造と期間:

母子並行面接で、筆者がAを担当。来談期間は1年2か月、週1回の面接で、面接回数は50回であった。母親面接は別の担当者で、頻度は不定期であった。

#### ●研究協力への倫理的配慮について:

面接終了後に、本人に口頭にて研究協力を依頼し、承諾を得た。その際に、個人が特定されないように配慮して報告することについて伝えた。

## 2.2 生育歴と来談経緯

幼少時代は特に健康上の問題もなく、小学校時代は楽しく過ごしている。小学6年の頃には学級委員長等も務め、親戚からも「しっかりした子」「よくできる子」と見られていた。

中学1年の5月の連休明けから制服を着ると腹痛がするようになり、学校に行けなくなる。しばらくは外出も困難であったが、秋からは教育相談所に通い始める（この時は、親子ともに別の担当者）。

中学3年からは相談室や別室での学習で、週に何日か登校。進学にあたって、公立の全日制高校を受験し、合格。中学卒業に伴い、一旦教育相談所来室を終了。

高校1年の1学期は毎日登校するが、夏休みの終わりに、パニック発作やじんましんが出る。夏休み明けから学校に行けなくなり、Aの意志で1年生の間に退学。そこから現在に至るまで、ほぼ毎日を自宅で過ごす。

来談経路は、Fが会社をたたむことに伴って福祉サポートを受けるようになり、その際に面談をしたソーシャルワーカーから教育相談所に通うことを勧められたことがきっかけである。Aが17歳の時に、教育相談所への2度目の来談となった。

## 2.3 経過

以下に、全体を四期に分けて面接の経過を提示する。

### ●第一期:「ふつう」であろうとする語り（#1～#8）

面談を始めるにあたり、＜教育相談所での相談を通じて、どんなふうになっていきたい？＞とThから問いかけたところ、Aは「ふだんどおりになるような感じ」と答えている。ふだんどおりとは、「ふつうに勉強したり、学校に行ったり」ということを指すようである。今の自分の過ごし方は、勉強はしなければと思いつつも、他の事をして過ごすことがほとんどだと言う。次の#2では、Aは高校卒業認定資格について情報収集を重ねたようで、学校のように通える通信制の高校を

探しつつ、その後は専門学校や大学に行きたい、と希望を語る。

不登校の時のことについては、小学校では優等生と見られていたが、中学校では小学校と環境が大きく異なり、友人関係で気を使うようになったこと、高校時代についても、自分のペースをつかむことができず、体調が崩れてからの立て直しが難しかったことを語る。

#3では、高校の進路選択の時に、中学校での不登校の経験からチャレンジ校（定時制単位制総合高校）への進学も検討したかを尋ねたところ、「中学で勉強が出来ず、最初からやり直そうと思って、倍率が低いふつうの高校を選んだ。チャレンジ校も勧められたけど、倍率がすごかったし、また不登校か…って思って」と、自分で全日制高校を選んだことを話す。しかし、「入ってみたら中学よりももっと難しかった」とも語る。

そんな中、#4では、高卒認定試験を受けようと思う、とアイデアが語られる。しかし、「高卒認定試験で取った高卒資格は、就職の際に学歴として認められないところもあるらしい…」と、学歴へのこだわりも見せる。

### ●第二期: 高校卒業認定試験への取り組み（#9～#30）

#9からは、高卒認定試験に向けて具体的に動き始める。受験科目を何にするか悩み、勉強法が分からない、と語るAに対し、教育相談所に問題集や過去問を持ってきて良いと伝え、翌週から学習道具を持参するようになった。

#21では、高等専門学校のパンフレットを教育相談所に持参したので、一緒に見る。Aは、「自分がもし高専に入ったら、みんなより2歳年上で、自分だけ浮くんじゃないか…」と、周囲と年齢が異なる不安を語る。

その後、高卒認定試験を無事に受験する。#22では、「実際に高卒認定試験を受けてみて意外だったのは、会場にいた人たちを見たら、年齢がかなり上に見える人も沢山いた。自分と同じくらいの年代の人がほとんどだと思っていたから新鮮だった。頭では色々な年代の人がいると分かっていた

けれど、実際に見ると違う…」と会場での体験を語る。高卒認定試験を受ける前には、Aは高校卒業の年に高卒資格を取らなければ、と全教科合格にこだわっていたが、その思いにも少し変化があったようである。

結果的に、1回目の試験では2科目に、2回目の試験では更に1科目合格し、1年間で計3科目に合格する。

### ●第三期:「ふつう」にまつわる語りと心理検査 (#31～#39)

#31から続く数回の面接では、「ふつう」という言葉を使いながらの語りが増える。

ある時、携帯電話で某SNSを見ていて、高校時代の友人の近況を知る。文化祭や大学受験の話題などが上がっているのを見て、「みんな学校生活をふつうに送っている。自分はそれに比べて…」と思い、気分が落ちてしまったと話す。<高卒認定試験を受けていた人には、色々な年代の人がいた。みんながふつうという訳でもない…>とThが語るが、Aとしては、高卒認定試験を受けていたのは、知らない人ばかりだったからよかった。自分の知っている人がみんな「ふつう」にしていると、気分が落ちる、との話であった。

更に、「高校入学して、みんな同じスタートラインで、ふつうに大学受験もするのに、自分はどこで間違えちゃったのかな。頑張っちゃんとしていれば違ったのかな…」など、「ふつう」に過ごしている周りの友達と自分を比較して、1日中考える事が止められないとのこと。<みんながふつうにしているところから、色々な事情で出なければならなかった人は沢山いる。病気や事故、Aみたいに不登校や、学校やめた人もいる…でも、出たところからまた自分のペースでやればいい>とThから伝える。

するとAは「自分のペースでいいのかな…」と戸惑いを語る。Aは、TVを見て、同年齢で活躍している人を見ると、自分をマイナスに捉えてしまうと言う。マイナスについて尋ねたところ、TVに出るような人はプラス。ゼロが「ふつう」の人で、マイナスは、「ふつう」ではない、とい

うことだと話す。<自分をマイナス、ふつうではない、と思うって辛いことだと思う。Aと似た経験を持っている人は沢山いる。そういう人たちが身近にいて、自分だけじゃないと感じられるようになるといいね>と伝えた。

また、年齢の話となり、Aは「この年では、ここまでいかないと落ちこぼれ」という感覚があると語る。一方で、さまざまな場面について話が広がると、学校というのはクラスに同じ年齢の人がいるのが「ふつう」なので、年齢の違いがとても気になる。仕事は入る時に様々な年齢の人がいて、年齢はそれほど関係ないようなので、一旦仕事をしてしまえば気にならないと思う、とも話す。

#35では、年度末に教育相談所の卒業を控えていたことを踏まえ、今後についての適切な進路を見定めていく必要性から、心理検査・性格検査の実施をThから提案。Aは自分に合った学習方法や進路が分かることに興味を持ち、検査の実施に対してすんなりと受け入れた。

検査は、知能検査・性格検査・投影法を組み合わせ、計5種類の心理検査でバッテリーを組んだ(WAIS-III, MMPI, FDT, SCT, S-HTP)。

心理検査の結果については、本論文の趣旨を鑑み、詳細については省略する。Aに対してのフィードバックでは、生活に活かせる具体的なアドバイスとなるように留意し、以下のような内容を中心に伝えた。

#### <フィードバック内容(抜粋)>

- ・多くの刺激を処理する事が苦手なので、人が大勢いる所や臨機応変な行動が必要な場面では混乱しやすい
- ・イメージや考えが先行すると、大きな目標を立て、その理想と現実のギャップに苦しみやすい
- ・自分について振り返ることが苦手である。自分で考えるだけでなく、周囲の人に相談したり、意見を聞いたりして、自己認識を深めていくとよい
- ・決まった時間の中での決まった勉強や仕事といった、自分のペースが保てる環境が向

フィードバックを聞いたAの感想は、「けっこう当たっている。大きな目標を立ててギャップに苦しむってというのは、本当にそう。一度に沢山のことをやるのも苦手」と、しっくり来た様子であった。

● 第四期: 今後に向けての語り (#40 ~ #50)

#40では、新年を迎え、「今年も何かに挑戦したい」と意気込みを語るが、高卒認定試験を取れた後のことの話になると言葉を濁しつつ、Aのいところが、有名な大学に合格した事を知ってイライラしたと語る。<「人は人、自分は自分」という考えもある>と伝えると、「そう思えたらいいけど…比べちゃうんだよね」とぼつり。

#44では、学校見学にも行きたいという気持ちを語りつつ、今ひとつ行動に移しきれない現状を語る。その中で、Aは自分の傾向として、「こうしなきゃ」と思うと、それで固めてしまおうとするが、その通りにやろうとすると、エネルギーをかなり使ってしまう、ただ自分の中に「基準が欲しい」という気持ちが強いことを語った。この回では、Thから教育相談所の卒業後に通える公立の援助機関の紹介をしたところ、Aも「行ってみようかな」と前向きになる。

その後、実際にMと一緒に援助機関に行ってみたが、プログラムがAには合わなかったようで、その後の予約はキャンセルをしたとのこと。今後どうしよう…と、AとTh一緒に考え込んでいたところ、Aが「アルバイトに応募してみようかな。来週中に面接受けてみる」と決意表明。ThはAの突然の決意表明に驚くも、Aはアルバイト先を吟味し、教育相談所でも面接練習を重ねる。

2週間後、Aは実際に一つアルバイトを受けてきたと報告。残念ながらそこは落ちてしまったそうだが、Aの様子に落ち込んだところはあまりなく、むしろ「自分が思っていたほど学歴のことを聞かれなかった」と前向きに受け止めている様子であった。

今後のことがはっきりと定まりきらなかった中で最終回の#50を迎えたが、これまでの面接を振り返って、Aは「前の自分には○か×しかなく、アルバイトを受けて、一度落ちたらもう止めていたと思う。○の時は、行こう、と思ったら疲れるし、×ではあきらめてしまう状態だった。でも今は、△もありかなくなって思うようになった。△とはほどほどって感じ」と、自分の変化について語っていた。

● 予後の経過

終結してから1ヶ月後にMから担当者に連絡があったところによると、Aはその後2つ目に受けたアルバイトに合格し、働き始めたとのこと。数回通ってみて、「これなら続けられそう」と、前向きであることが語られた。

また、半年後に筆者からAと連絡を取ったところ、その時点でアルバイトは続いており、だんだん慣れてきて楽しい、と語っていた。また、高卒認定試験も更に3教科合格でき、自分のペースで勉強を続けているとのことであった。

3. 考察

考察では、面接経過を通じての変化について、「ふつう」への囚われと自己理解という2つの観点から検討する。その後、「ふつう」への囚われと不適応がどのように関係しているかについての考察を述べ、不適応の連鎖を止めるための方策についても検討する。

3.1 「ふつう」への囚われの変化

第一期では、面談の始めより、自分のなりたい姿として「ふつうに勉強して、学校に行って」という希望を語りつつ、現実の自分とのギャップを語っている。また、高校受験時の選択において、「ふつう」の高校を志望して進学した結果、再度不適応となり、退学へとつながっていた。また、高校認定試験を受けることを決意するが、それが社会で(「ふつう」の)学歴として通用するのか、といった点にも不安を抱いている。

第二期では、自分がもし高校専門学校に入ったら、という話から、自分と周囲が同年齢であるのが「ふつう」である状況において、自分の年齢が違う（「ふつう」でない）と浮いてしまう、という不安を語っている。一方で、高卒認定試験を受けに行った会場には、Aの予想を超えた幅広い年代の人がいた。もともとAの中には「18歳になったら、高校を卒業して大学にいくのがふつう」という思いがあったようだが、会場に行ってみて「高校卒業年齢を超えてから高卒資格を取る人も多い」ということを知り、視野が広がる。

第三期では、「ふつう」に高校生活を送っている友人と、自分の状況を比べて、再び気持ちの揺れを経験する。特に、自分の知っている人のほとんどが「ふつう」に高校生活を楽しみ、大学受験をするという状況を見ると、「自分はどこで間違えたのか、何が違うのか」という思考にはまり、自分と周囲を比べてしまう辛さを語っている。

第四期でも、名の通った大学に合格したいこと自分を比較してイライラしたりもするが、一方で自分が「こうしなきゃ」で固めようとして苦労することや、基準が欲しいという気持ちがあることそのものに気づく。この時期には、Aにとっての「ふつう」の考えに固執することが減り、実際にアルバイト面接を受けて自分が学歴にこだわるほど現実には学歴重視ではなかった、ということを実感できたりしている。

このように、Aにとって「ふつう」であったこと（18歳で高校卒業して大学に行く、アルバイト面接では学歴重視、など）が、必ずしもそうではない現実的な状況に接する事で、「ふつう」の捉え方が修正されてきたことが伺える。また、第四期で自分の中に基準が欲しい気持ちがある、ということ面接で語ることが出来たあたりから、目に見えて「ふつう」への囚われが和らいできたように感じられた。ここに至るまでには、第二期で高卒認定試験を受けた時に様々な年代の人がいることを知り、自分が「ふつう」だと思ってきた事が問い直される体験があったのも大きかったのではないかと考えられる。

### 3.2 自己理解の変化

面接を通じて、Aは自分の事を「ふつう」じゃない、というマイナスの状態に見ていること、それゆえに周囲と比較しての気分が落ち込みを体験しているように思われた。一方で、過去についての語りからは、周囲と同じような行動を取ることができる「ふつう」の自分という自己認識がかつて存在していたことが明らかになる。

元々の自己認識と自分のありようにずれが生じて来た時、自己認識を修正していくのは、通常はネガティブな意味付けや心理的痛みの伴う、困難な作業であると考えられる。そんな時、自己を「ふつう」じゃない、というマイナスの状態と見るのではなく、自分に合ったやり方を知ることや、何が出来て何が出来ないのか、といった自己理解をベースに置いていくことには意味があると思われる。

今回の面接では、Thとのやり取りの他に、心理検査を取り入れて自己理解を深める事を目指した。結果として、フィードバックでThから伝えた内容から、Aとしては「大きな目標を立ててギャップに苦しみやすい」「一度に沢山のことをするのは苦手」という、自分の特徴を改めて認識できた様子である。とはいえ、自分について振り返る事を苦手としていたAにとって、「ふつう」に合わせようとするところから、自分はどうのよう人間であるのか、という自己理解をベースとした自分なりの適応を目指す、ということについては、今後も様々な壁を経験するのではないかと予測された。その意味で、節目の時期に心理検査等の客観的な指標を取り入れた自己理解を促進することは、今回の面接のTh、あるいは今後Aが出会うことが期待される援助者といった、援助側の人間にとっても、Aに必要とされる適切な援助のあり方を同定していく上で必要不可欠なものであると考えられる。

### 3.3 「ふつう」への囚われと不適応の関係

以上、面接の中での変化を「ふつう」への囚われと自己理解という観点から述べてきたが、ここで改めて「ふつう」への囚われが生じるプロセス

と、それがどのように不適應と関係しているのかについて検討してみたい。

Aの語りの内容から、「ふつう」とは自分の周囲にいる人々の価値観や、日頃触れているメディア情報などに大きく影響を受けていることが改めて浮き彫りとなった。そんな中、Aにとって「ふつう」という言葉は、周囲と同じであることや、この年齢の人はこうするもの、という規範として認識されていたと考えられる。「ふつう」への囚われが生じる場面として、現実の自分が「ふつう」とは異なる状況であることを目前にすると、不安や焦燥感といったネガティブな情緒が生じてくる。「ふつう」であることは、少なくとも「ふつう」ではないマイナスの状況から逃れられ、周囲と同じという安心感を得られる期待から、「ふつう」に近づこうとする。そこで適応に移行できる場合は問題とならないのであろうが、移行できない場面において「ふつう」への囚われが生じてくるものと考えられる。「ふつう」へ囚われると、「ふつう」と自己との間の乖離はますます大きくなる。その乖離を認識する度にネガティブな情緒が賦活され、「ふつう」への囚われが強まり、不適應が連鎖するという関係が推定される。

### 3.4 不適應の連鎖を止める

以上を踏まえ、「ふつう」への囚われによる更なる不適應の連鎖をとめるためには、「ふつう」の捉え方が変化することと、自己理解を深めることの両方が必要となると考えられる。「ふつう」への囚われは、「ふつう」にまつわる基準や価値観によって、自分が「ふつう」か「ふつう」じゃないかの善し悪しの判断をし、自己否定に囚われていくところにその悪循環がある。「ふつう」の指し示すものは、それまで「ふつう」であったことが揺らぐような何らかの体験を通じて、変化し、修正されていくようである。同時に、自己のありのままの特質や性格といった、自己のありように対する理解を深めていくことで、「ふつう」が自己との乖離をもたらすのではなく、むしろ「ふつう」に希求されている、安心感をもたらすものに変化していくものではないかと考えられる。

Aが最後の面接で語った、「前は○か×しかなく…でも今は、△もいいかなって」という変化は、以上のことがAなりに言葉にされたものだと考えられる。Aにとって「ふつう」という基準は、かつては到達しようがむしやらになったり、到達できずに自己否定に陥ったり、というものであった。それが、面接を通じて「ほどほど」というあり方を見いだしたことで、自分のペースを尊重しつつ、Aなりの「ふつう」をより安心して捉えられるようになったのではないだろうか。

### 3.5 今後の課題と展望

本研究では、「ふつう」への囚われと不適應の関係について、事例研究により得られた考察を述べた。しかしながら、事例研究という手法であるゆえに、得られた視点については限定的なものであると考えられる。問題でも触れている通り、対象とするクライアントの発達段階や主訴の他に、病体水準の違いや、クライアントが生活の中で経験している社会的相互作用の性質によっても、「ふつう」が指し示すものや、「ふつう」への囚われがどのような意味を持っているのかということは、異なってくると考えられる。今後も、多様な文脈や価値観の中で使われる「ふつう」という言葉や概念を手がかりとした臨床研究を積み重ねるとともに、引きこもりや障害受容といった、「ふつう」への囚われと関連が高い領域における質的研究を進め、臨床実践に寄与しうる更なる知見を明らかにしていくことが課題である。

### 謝辞

本論文の執筆にあたり、面接内容の発表について承諾をくださったAさんに感謝いたします。ありがとうございました。

### 注

- 1 本研究は、第33回日本心理臨床学会および第78回日本心理学会公募シンポジウムにおいて、それぞれ内容の一部が発表された。



## 引用文献

- 浜口恵俊 (1982). 間人主義の社会 日本 東洋経済新報社
- 生井裕子・佐野予理子・黒石憲洋 (2012). 教育相談場面で語られる「ふつう」の意味 教育研究, **55**, 99-104.
- 生井裕子 (2013). 臨床場面における適応的な「ふつう」の捉え方—発達障害児の保護者との面接過程の検討を通じて— 教育研究, **56**, 51-60.
- 春日武彦 (2006). 何がふつうで何がふつうでないのか 児童心理, **60**(1), 37-42.
- 木村敏 (1972). 人と人との間—精神病理学的日本論 弘文堂
- 北山修 (2013). 評価の分かれるところに—「私」の精神分析的な精神療法 誠信書房
- 黒石憲洋・佐野予理子 (2009). 「ふつう」であることの安心感 (2): 集団規範からの逸脱という観点から 教育研究, **51**, 43-54.
- 南博 (1987). 大衆社会と自我: タテマエとホンネ 馬場謙一・福島章・小川捷之・山中康裕 (編) 日本人の深層分析 (12) 現代社会の深層 有斐閣
- 元橋豊秀 (1993). 人並み志向と平準化志向 社会心理学研究, **9**(1), 1-12.
- 岡部茜・青木秀光・深谷弘和・斎藤真緒 (2012). ひきこもる若者の語りに見る“普通”への囚われと葛藤—ひきこもる若者へのインタビュー調査から— 立命館人間科学研究, **25**, 67-80.
- 大橋恵・山口勤 (2005). 「ふつうさ」の固有文化心理学研究: 人を形容する語としての「ふつう」の望ましさについて 実験社会心理学研究, **44**(1), 71-81.
- 佐野予理子・黒石憲洋 (2009). 「ふつう」であることの安心感 (1): 集団内における関係性の観点から 教育研究, **51**, 35-42.
- 佐野予理子・黒石憲洋・生井裕子 (2013). 面接からみえてきた「ふつう」の意味. 清泉女学院大学人間学部研究紀要, **10**, 21-30.
- 田垣正晋 (2006). 障害・病いと「ふつう」のはざまで: 軽度障害者どっちつかずのジレンマを語る 明石書店
- 高良聖 (2005). 虐待する母親への心理面接: セラピストの留意したこと 明治大学心理社会学研究, **1**, 12-25.
- 田中信市 (2006). 「ふつう」にしたい子の心理 児童心理, **60**(1), 24-29.
- 山岸俊男 (1998). 信頼の構造: こころと社会の進化ゲーム 東京大学出版会

