

Topic 3. 家族との関係

大学生の時期は家族との関係も大きく変わるときです。家庭環境や自分の成長などによっても家族との関係を見直す必要がでてくるかもしれません。

1.大学生はアイデンティティの形成と巣立ちの時期

発達課題についての研究で有名なエリクソン(Erikson, E. H.)は、青年期の課題を「過去から現在、未来へとつながる一貫した自分であるという連続性と、その自分は周囲の人から、そして社会の中で見られる自分とも一致しているという斉一性のある自己として統合することが理想」としてきました(奥野、2020)。しかし、近年、インターネットや SNS の普及と並行するように、さまざまな関係や状況に合わせていろいろな自分があるような自己の在り方がむしろ適応的なのではともいわれるようになりしました(大山、2010 ; 高石、2020)。Twitter や Instagram、LINE などにつながることの方が電話やメールよりも主流になった大学生にとっては、複数のアカウントをもち、所属する集団に応じて見せる自分を変えることにそれほど抵抗はないように思われます。むしろ、そのようにいろいろな自分を臨機応変に使い分けることができない学生の方が生きづらさを抱えていたりします。しかし、大学を卒業し、社会人になって自立するときには、やはりアイデンティティの形成は一つの重要なテーマになっていきます。自分がどこで何を ^{なりわい} 生業とし、どのように生きていくのか、そのこととアイデンティティとは密接に関係してくるからです(「Topic 6.卒業への準備段階 社会人になるということ」参照)。

(1)学生生活サイクル

鶴田(2001)は、学生時代を一つのサイクルととらえて、「学生生活サイクル」を提唱し、学年の移行に伴う心理的課題の変化を入学期(入学後 1 年間)、中間期(2~3 年次)、卒業期(卒業前 1 年間)、大学院学生期の各期で分け、大学生の心理的特徴を整理しました。それによると入学期は「入学したことを肯定すること」「新しい生活を開始すること」がテーマとなり、中間期のテーマは「生活を管理すること」や「学生生活を展開すること」で、卒業期は「進路を決めること」と「社会に着地すること」がテーマであるとされています。

もちろんそれぞれの時期には友だちを得ること、課題をこなすこと、卒業論文や卒業研究を仕上げること、アルバイトをすること、サークルなど学業以外の領域でのコミュニティを持つことなどが含まれています。そういった人間関係や学業をこなしながら、学生は社会人として巣立っていくための準備をしているともいえるのです。

(2)家族との関係

学生が自立する時に必ず一度は悩むのは、家族との関係です。進路を主訴として相談に来た学生の相談内容を分類したところ、「家族との問題」は必ずテーマとして扱われているという報告もあります(安住、2006ab)。幼少期から家族と良好な関係の中で過ごすことのできた学生は、安定した居場所、「帰ってこられる場所」としての家や家族を基盤として、安心して巣立っていくことができると言われています。しかし、いろいろな葛藤や問題を家族との間で抱えている学生が、自分らしい生き方を求めて模索する時には、親からの離脱が重要なテーマになるため学生が自立を果たすのが難しい場合があります。また、家族との関係にそれほど大きな問題はなくと

も、自分が成長するために、自分と家族との関係を見直し、自分の問題を棚卸しして整理することが必要になることもあります。家族の中での「子ども」から一人の「大人」へと成長するためにいったん家族と距離をおいてみることも大事です。誰もが通る道ですが、家族とのことは友達にもなかなか話しにくいかもしれません。情緒的に不安定になることもあるのでカウンセリングルームでお手伝いできることがあればご相談ください。

<文献>

- 安住伸子(2006a). 進路選択決定過程に関する一考察 神戸女学院大学カウンセリングルーム紀要、11、39-43.
- 安住伸子(2006b). 学生相談とキャリア教育～こころの成長を進路決定に生かす～ 大学と学生 2006年5月号、21-28.
- エリクソン、E.H. (西平 直・中島由江訳) (2011). アイデンティティとライフサイクル 誠信書房 (Erikson,E.H. 1959. *Identity and the life cycle*. W.W.Norton.)
- 大山泰宏(2010). 私たち『学生』は変わったか？—解離の時代を生きる—。2009年度神戸女学院大学カウンセリングルーム紀要、15、24-39.
- 奥野光(2020). 第2章 学生を理解する視点. 日本学生相談学会(編)学生相談ハンドブック 新訂版、学苑社、45-58.
- 高石恭子(2020). 自我体験とは何か—私が<私>に出会うということ 創元社.
- 鶴田和美(2001). 学生生活サイクルとは. 鶴田和美(編)学生のための心理相談—大学カウンセラーからのメッセージ— 培風館、2-11.