

多様性の時代における大学生の「適応」あるいは「擬態」

甲南大学学生相談室 豊原響子

I. はじめに

1. 大学生の主体性をめぐる課題と「ことば」

近年学生相談の領域では、学生の主体の乏しさや脆弱性などの主体性にまつわる問題が様々に指摘され、数多くの研究や報告がなされている（例えば、北山，2020；高石，2009；高石，2014；時岡，2021など）。一般に、大学において学生は、高校までと比べて自由度の高いカリキュラムのなかで、「履修科目、授業時間外の過ごし方、対人関係や居場所、長期休暇期間の過ごし方などを自分なりに決定し行動すること」（奥野，2020）、すなわち大学生活を主体的に組み立ててゆくことが求められる。

一方で、主体性に関して何らかの課題を抱える学生は、修学面や生活面において課題や試験に関するスケジュール管理や生活リズムの調整がうまくできなかつたり、対人関係において友人や居場所が見つけられなかつたりして、しばしば漠然とした不安や困り感と共に学生相談の場に流れ着いてくる¹⁾。

主体性にまつわる課題を抱える学生との面接においては、学生本人にも不安や困り感の本態が掴めておらず、来談当初は言語化が難しいことが少なくない。それゆえそのような学生との面接初期には、彼ら・彼女らの漠然とした不安や困り感がどのような感覚や体験であり、何に由来するものであるのか、すなわち彼ら・彼女らの主観的な感覚や体験を、カウンセラーとともに解きほぐしながら言葉にしてゆくことが重要な作業となってくるだろう。

高石（2009）は、学生相談の現場では2000年

を過ぎたころから「時間をかけ、主体的に悩めない」学生が増加しており、そうした学生には内省し「悩む」ために必要な自分の内面の情動を「言葉にする」力が十分育っていないと指摘している。このような学生への支援や援助にあたっては、支援者・援助者もまた、彼ら・彼女らのありようをより適切に表現しうる、内面の感覚や情動と直接つながって発せられ語られるような「ことば」（高石，2014）を見出していく必要があるだろう。高石（2020）が指摘するように、多職種が協働する学生相談の現場においては、学生やその家族との面接においても教職員とのコンサルテーションにおいても、安易に専門用語や診断用語を用いるのではなく、経験に根ざした、生きた「ことば」を磨いてゆくことが重要であると考えられる。

2. 生き延びるための「擬態」という視点

本稿では、主体性にまつわる課題を抱える学生の主観的な感覚や体験について考察するために、可能な限り学生本人を主語に据え、学生の内側の視点から彼ら・彼女らの体験のありようを描き出すことを試みる。

先に次節以降の概略を述べると、筆者は一見主体性が“乏しい”あるいは“ない”と言われる学生のなかには、なるべく平穏に生き延びるために周囲に「擬態」することが常態化している一群が存在するのではないかと考えている。ここでいう「擬態」とは、周囲の環境に自身の姿形を似せる振る舞いのことであり、通常は動物や昆虫が捕食者から身を守るため、あるいは獲物を捕まえるためになされる現象である（上田，1999；藤原，

2015)。擬態する動物や昆虫のほとんどは、周囲の環境に似た姿形で生まれ育つ一方で、周囲の環境や状況に即応して変幻自在に姿形や色や紋様を変えるタコやイカも存在しており²⁾、本稿で言及する「擬態」は主に後者の振る舞いから着想を得たものである。そして人間の「擬態」は、集団のなかで他者とある程度うまくやっていくための、あるいはいじめや排除の標的とならないための一種の生存戦略とも言えるが、その振る舞いは意識的なものであろうと無意識的なものであろうと心身のエネルギーを消耗しやすく、また“自主性”や“主体性”や“独自性”を求められる場面では通用しにくいのが弱点と言える。

本稿の第一の目的は、生き延びるための「擬態」という視点を提示し、これまで主体性が“乏しい”あるいは“ない”と言われてきた学生のありようを新たな角度から捉え直すことである。次いで、「擬態」とその周辺概念との関連についても考察し、現代の若者の主体の様相や、彼ら・彼女らが抱える漠然とした不安や困り感に一定の輪郭づけを行うことを試みる。これらの考察を通じて、現代の学生相談における学生理解と支援のための足掛かりを得ることが本稿の目的である。

II. 「擬態」するとはどのようなことか

1. 仮説の確認と本節の問い

先に述べた内容の繰り返しになるが、筆者の仮説は、一見主体性が“乏しい”あるいは“ない”と言われる学生のなかには、生存戦略として「擬態」している学生が含まれるのではないかというものである。すなわち、主体性にまつわる課題を抱える学生のすべてが「擬態」しているわけではなく、また「擬態」をあくまで意図的・主体的に適応のための一手段として用いる学生も存在するであろうことをまず確認しておきたい。

では、生存戦略であるはずの「擬態」がなぜ問題となりうるのか。つまり「擬態」が適応的に機能するか否かの背景にはどのような要因が作用し

ているのか。また、「擬態」と近似する「過剰適応」との間にはどのような差異があるのだろうか。本節ではこれらの問いについて、先行研究を概観しながら検討してみたい。

2. 「擬態」をめぐる意識のベクトルとその消耗

学生相談に訪れる現代の大学生の特徴³⁾について、広沢（2015）は「理想的な自己像を基によく周囲に適応していた青年が、日常生活の些細な契機で、一気に『自分らしさがわからない』と困惑する傾向」（強調原文ママ）が近年目立っていると指摘した。ここで述べられている一見“些細な”契機で不適応を呈して来談する学生は確かに少なからず見受けられる一方で、細かな表現をめぐってはもう少し吟味が必要であるように思われる。

たとえば「理想的な自己像を基に」との表現からは、青年・学生本人が「理想的な自己像」を個々に有しているという前提が示唆される。しかし「擬態」する学生の多くは、周囲の他者や状況が求める（あるいはそれらに適している）ありようを敏感に察知し、それに基づいて即応的に振る舞うことが常態化しており、「理想的な自己像」はあまり想定されていないように思われる。どちらかというところ「個」としての「理想的な自己像」があるというよりもむしろ、周囲に同化し調和できているかどうか、すなわち周囲の他者や環境との関係性において自分が悪目立ちしていないかが最重要事項となりやすく、意識のベクトルは内側（自分）よりも外側（他者や環境）へと向きやすいようにも思われる。

また、何らかの契機で生じる困惑の内実は「自分らしさがわからない」（広沢、2015）というよりも、他者を前にして“どのように振る舞えばいいのかわからない”、あるいは“どう振る舞うことを求められているのかわからない”という戸惑いや、“何に対してかわからないけれど疲れてしまった”というため息交じりの眩きの方がリアルなもののように感じられる。これらに共通するの

は、自他に向かうベクトルの喪失・消失あるいは混乱と言えるのではないだろうか。

自身が身を置く環境や状況に即応した振る舞いは、意識的になされる場合もあれば半ば無意識的に作動している場合もあると考えられるが、常に他者からの要求や場の雰囲気アンテナを張りめぐらせながら自らのありようを微調整し続けるには非常に多大なエネルギーが必要となる⁴⁾。

たとえば周囲との協調を必要とするグループワークや自己アピールを必要とする就職活動など、生活の中でも一部の場面で限定的に「擬態」するのであれば、それはあくまで意図的な振る舞いとして適応的に機能しうるであろう。しかしそうでない場合、すなわち生活のあらゆる場面で周囲に「擬態」し続ける場合には、もはや適応のための手段が目的化しており、自分が何に「擬態」しているのかも見失ってしまいかねない。そうして蓄積した疲労が“些細な”契機で閾値を超えると疲弊による不適応をきたし、スチューデント・アパシーのような状態像を呈することとなって無理はないように思われる。

こうしたありようは、パーソナリティ構造として従来想定されてきた「葛藤モデル」(鍋田, 2007)・「抑圧モデル」(大山, 2009)やそれに対比される「欠損モデル」(鍋田, 2007)・「解離モデル」(大山, 2009)とも質が異なるものであると考えられる。自分の内面よりも目まぐるしく変化する周囲や社会の状況に意識が向き、溢れかえる情報の処理や加工に追われるありようは、いわば「消耗-疲弊モデル」とも言えるだろうか。

以上をまとめると、「擬態」が非適応的なものとなる場合の背景要因として、以下のような仮説が考えられる。

- ① 自身の主体的な感覚や意思よりも、周囲の他者や環境からの要求や要請に同調するように振る舞うことが最優先事項となっている。
- ② ①のような意識が特定の場面だけでなく生活のあらゆる場面で前景化しており、「擬態」が

常態化している。

- ③ 常態化した「擬態」により消耗・疲弊しているが、かといって「擬態」せずに安心していられるような場や関係性もあまりなく、むしろ「擬態」というありようを手放すことへの不安や恐れが大きい。

3. 「擬態」と「過剰適応」——「主体」の様相をめぐって

続いて、「一見すると社会に適応しているように見えても、それとは裏腹に心理的には適応しているとは言い難い状態を捉える概念」(風間, 2015)である「過剰適応」との比較を通じて、「擬態」についてさらに検討していきたい。両者の様相は一見近似しているように思われるが、どのような差異があるだろうか。

まずは「過剰適応」の概念について整理しよう。

過剰適応概念に関する研究の先駆けである北村(1965)は、適応には「内的適応」と「外的適応」の2つの側面があり、前者は「幸福感と満足感を体験し、心的状態が安定」している状態を、後者は「社会的、文化的環境に対する適応」を表していると述べた。益子(2013)はこの「外的適応」と内的適応が調和的状态にあることを適応とみなし、外的適応が内的適応を損なうことによって調和が乱れた状態を過剰適応とみなす」視点が、現在の過剰適応研究につながると指摘している。

たとえば石津・安保(2008)は、中学生を対象とした調査研究を通じて、過剰適応の構造が「自己抑制」と「自己不全感」から成る「内的側面」と、「他者配慮」「期待に沿う努力」「人からよく思われたい欲求」から成る「外的側面」から構成されることを示している。また、風間(2015)はこれら2側面の間に階層性を想定した実証的研究において、過剰適応を「自己への不全感や自分らしさがないために、必要以上に自己抑制的な振舞いをしたり、他者からの期待や要求に応えようとする努力が行き過ぎている状態」と定義している。こ

の風間（2015）の定義は、石津ら（2009）と同様に「内的適応の低さが外的適応をとらせると仮定する研究」（益子，2013）であるが、一方で過剰適応を「外的適応が過剰なために内的適応が困難に陥っている状態」と定義した桑山（2003）のように、「外的適応の強さが内的適応に影響を与えると仮定する研究」（益子，2013）もあり、外的適応と内的適応の順序性の吟味がまだ充分でないとも指摘されている（益子，2013）。

このように、過剰適応研究においてはしばしば「内的適応」と「外的適応」の関係性や階層性、順序性などが議論の対象とされてきた。言い換えれば、どのような切り口から捉えるかは研究によって様々であるものの、過剰適応研究においては「内的適応」と「外的適応」という2つの側面の存在が前提とされており、「内的適応」における困難が問題と考えられている点が共通していると言える。

ここで「内的適応」の詳細を確認すると、たとえば石津（2006）が作成した過剰適応尺度では、「内的側面」の構成因子として、「自分の気持ちをおさえてしまうほうだ」、「自分自身が思っていることは、外に出さない」などの項目から成る「自己抑制」と、「自分のあまりよくないところばかり気になる」、「自分には自信がない」などの項目から成る「自己不全感」が挙げられている（傍点引用者）。また桑山（2003）は、「内的適応の見地からすれば、感情は、たとえそれが快いものであろうと不快なものであろうと、自分の心の中に自然と湧き上がってきたものとしてそのまま受け入れるべきである。それにもかかわらず、自分の感情とまっすぐに向き合わないということは、自然で本質的なものが体験から排除されていくということであり、自己疎外につながっていくであろう」（傍点引用者）と述べている。これらの表現からは、過剰適応においては「内的適応」の対象となる「自己」や「自分」あるいは「主体」の成立が前提とされていることが窺える。

一方で、「擬態」においてはこれら「自己」、「自分」、「主体」がそもそも曖昧で漠然としていくことが少なくない。前節で述べたように、「擬態」する人々は自分という内側へのベクトルが相対的に弱く、「自分の気持ち」や「自信」を問うてもピンとこないような反応が返ってくるのがしばしばである。したがって Winnicott, D.W. (1965/1977) の言う「偽りの自己 false self」や「本当の自己 true self」といった捉え方を適用することも「擬態」の実態には即さないように思われる。

ではそのように曖昧で漠然とした「主体」のありようとはどのようなものだろうか。これについて考えるうえでは、発達障害や発達の「非定型化」をめぐる河合（2010, 2016a）や田中（2010, 2016）の論考が参考になると考えられる。

Ⅲ. 現代における主体の様相

1. 発達の「非定型化」という視点から

河合（2016a）は現代における主たる症状の変遷として、1980年代には境界例が、90年代には解離性障害が、2000年に入ってから発達障害が流行してきたと述べ、発達障害の中核的な特徴は「他者や主体が存在しない、あるいは少なくとも他者や主体の存在が弱い構造を持っている」点にあると指摘している。一方で河合（2016a）は、「発達障害という見立てをすることによって、逆にクライアントにおける変化の可能性を妨げたり、停滞を招いたりしやすいことには注意する必要がある」とも述べ、発達障害の診断を受けて、あるいは自ら発達障害である（かもしれない）と考えて相談機関に来談する人々のなかに、発達障害とは見立てられない、発達の「非定型化」を示す事例が増えてきていることも論じている。

このような発達の「非定型化」の様相として、田中（2016）は「発達の順序や段階の乱れ」を指摘し、その顕著な特徴として「知覚（知性）の優位性」や「感覚（本能）の抑制」を挙げる。この

ことは、「自己観察的に外から見る自分は存在している、生の感覚や感情にふれる自分は存在していない」(河合, 2016a)、「自分の生の体験や対象と一体となっている体験をいわばスルーして、外から見る意識が先行して早期に成立している」(河合, 2016b)とも捉えられる。

このようなありようは、先述の「擬態」における意識のベクトルの向き方と似ているようで微妙に異なる。というのも、「非定型発達」の人々の特徴が「外から見る」意識であるのに対して、「擬態」する人々は「外を見る」意識あるいは「外から見えないようにする」意識の方が特徴的であるように思われるからである。一方で、河合(2016b)が発達障害とは見立てられない子どもの特徴と関連して述べた、「外から見た意識に関連するのが、他者にどう思われるかが大切になり過ぎる」ありようや、「他者が(引用者註：発達障害の中核群のように)その子の世界に存在しないのではなく、他者がいるからこそ抑制されていると考えられ、結果としてその子自身の主体性が不明瞭に見えてしまうことになる」という指摘は「擬態」にも通じるものであり、「擬態」と「非定型発達」との間にはいくらか重なる部分もあると考えられる。

2. 主体のありようと社会的文脈との関連—「多様性」の時代ならではの困難

他方、畑中(2016)は、大学生のロールシャッハ・テストにおける「不確定反応」が2003年から2013年の間に増加しており、かつ反応が確定しないことへの躊躇や疑問、葛藤が生じにくいことを明らかにしたうえで、「2013年の大学生は主体がないのではなくて、主体を立ち上げようとしな^い」(傍点引用者)と指摘する。こうした状況について畑中(2016)は「昨今の若い世代における主体の弱さは、発達障害のように個人の器質的な要因をベースにするものとは異なり、社会の体制や圧力が弱まっていることの反映として捉えられるだ

ろう」と述べ、また田中(2016)はこのように主体的であることや能動的であることを望まず、様々な課題や出来事を決定しようとしな^いありようを、「彼らのライフスタイルであり、精神病理でも心理学的な問題でもない」と論じている。

発達障害とされる事例が増えている背景として、河合(2016a)は、現代社会においてはかつて比較的強固に存在していた社会構造や社会規範が緩んできており、行うべきことや生き方のルールが徹底されなくなっていることを挙げ、「定型的な行動や発達が社会的に強制されないために、定型的な発達からずれた非定型的な発達の問題を抱えた人が増えてきている」と指摘する。社会構造や社会規範が緩み、「多様性」を謳うようになった現代社会においては、個人の選択肢や自由度がかつてよりも増大するという望ましい側面もある一方で、「定型」とは何たるかが不明瞭になり、自らのありようを定位することや人生の道筋を方向づけることが困難になる側面も内包しているのかもしれない。

また、表向きは「多様性」を理念として掲げていても、実際には“他者や場に迷惑をかけない限り”、“全体の調和を乱さない限り”といった暗黙の条件が前提となっていないか、注意深く見つめる必要もあるだろう。畑中(2016)は、現代に特徴的な、自らが所属する場の空気を乱さないための対人恐怖的な訴えについて論じるなかで、現代では「主体の確立という課題の必要性が弱まる一方で、良好な対人関係を維持することの意味が重みを増しているために自分を出すことが過分に抑制されている」のではないかと考察している。こうしたありようの背景には、「他者からどう見られるかを気にし、他者につな^がっていないと不安になる現代の意識」(河合, 2016b)も影響しているであろう。

これらのことから、現代においては、社会全体で共有されている規範やルールが以前よりも緩んでいる一方で、より小規模なコミュニティに属す

るためにはその集団との同質性や協調性がいっそう重要になっている可能性が示唆される。入学から卒業までの間に様々な対人関係や環境の変化を経験する大学生にとっては、所属するコミュニティにうまく馴染めるか、つながれるかは時に死活問題ともなりうるだろう。こうしたなかで、「個」としての「主体」を確立することは、達成すべき課題というよりむしろ葛藤の呼び水であり、場合によっては回避したい重荷とさえ言えるかもしれない。

3. 「非定型」発達あるいは発達「グレイゾーン」の見立てと対応

では「主体」の確立を前提とすることが難しくなりつつある現代の学生相談において、支援者は学生をどのように見立て、援助していけばよいのだろうか。

皆本ら（2016）は、診断を受けながらも発達障害とは見立てられない子どもの事例の特徴として4つの視点を抽出し、それぞれ「自己主導群」「摩擦回避群」「他者意識群」「心理反応群」と命名し、その特徴を整理している（表1）。皆本らの研究は子どもを対象としたものであるが、これらの分類やそれぞれの特徴は、主体にまつわる課題を抱える青年期以降の人々を見立てるうえでも大いに参考になるものと思われる。たとえば「擬態」する人々は、皆本ら（2016）のいう「摩擦回避群」

や「他者意識群」の特徴を少なからず有していると考えられるだろう。

発達障害か否かを見立てるうえでは、他者との区別や分離、自他の境界が成立しているかどうか（河合，2010）がまずポイントとなるが、自他の境界が成立しているにもかかわらず発達障害様のあり方を呈する場合もあり、そういった子どもには他者がリアリティをもって体験されていないことが関わっているという（皆本他，2016）。したがって、発達障害のプレイセラピーや心理療法においては、従来の子どもやクライアントの主体性を尊重して待つ姿勢だけでなく、セラピストの積極的関与や主体性が重要となるが（河合，2010）、発達障害と見立てられない事例や「非定型発達」の事例においてはいっそう、現実根拠した他者としてのセラピストの個性のようなものが重要となる（河合，2016a；皆本他，2016）。また、田中（2016）は、「定型発達」と「非定型発達」の境目がますます曖昧になるなか、「この『グレイゾーン』をいかに細やかに識別していくかは、これからの心理療法において重要な課題となるだろう」と述べ、「発達「グレイゾーン」の心理療法」では「まずはクライアントが自己表現できるスペースを保証することが重要であり、そのような場が設けられた後には、その護りの中で、セラピストも自由に振る舞うこと、そして時には自分をかけてコミットメントすることが大切である」（強調

表1 発達障害とは見立てられない事例の診断背景による分類
（皆本他（2016）より一部省略して引用）

群名	特徴
自己主導群	一方的な関わり方や独特な自己表現によって、対人関係上のトラブルが起きやすい。
摩擦回避群	発達障害の診断や周囲からそう理解されることにより、他者や環境との摩擦が回避されている。
他者意識群	他者からの評価や期待に過剰反応した結果、不適応が生じる。
心理反応群	心理的要因によって症状や問題が生じている。

原文ママ)と指摘している。これらの指摘は「擬態」の事例においても適用されうるように思われる。すなわち、セラピストが頑なにセラピスト然としているだけでなく、時には「素」の姿を見せることで、「擬態」せずとも安全に存在できる場であるということが実感をもって伝わることもあるだろう。

加えて皆本ら(2016)は、子どもが育った環境の側からの発達促進的な働きかけの乏しさも指摘しており、この背景には保護者が子どもを捉える視点の偏りや、子どもと保護者との情緒的基盤の弱さも推察される。他方、子ども自身の自信のなさや表現のつたなさ、自己中心性の高さや幼さなどといった特徴も認められるため、子どもと保護者や環境を個別に見るだけでなく、その相互作用にも注意を向けることが重要であるとも述べている。

これらの見立てと対応の方針は、学生相談においても十分に有用なものであろう。適切な見立てをもって支援者自身が学生との関係に身を投じていくこと、学生個人と彼ら・彼女らを取り巻く関係性や環境(当然ここには学生相談の場や支援者も含まれる)の双方に目を向け、それらの相互作用を注意深く捉えることの重要性が、改めて痛感される。

IV. 何が「擬態」に駆り立てるのか—その背景史の検討

ここまで「擬態」とその周辺領域の様相をめぐって検討してきたが、ここからは何が彼ら・彼女らを「擬態」に駆り立てるのか、その背景について2つの観点から考察していきたい。

ひとつめは、いじめを主とした集団からの排除・疎外の被害体験に由来する対処行動としての「擬態」である。この点に注目する根拠は、筆者のこれまでの学生相談での経験に基づいている。

ふたつめは、何らかのマイノリティ性を抱える人々がマジョリティのなかで生存するための戦略

としての「擬態」である。マイノリティ性といってもセクシュアリティ、人種や民族、障害や疾患など、その内実は非常に多岐にわたるため、本来ひとくくりにはできないのは大前提であるが、ひとまず本稿ではセクシュアル・マイノリティの一種であるトランスジェンダーに焦点を絞って考察を進めてみたい。トランスジェンダーの人々の体験構造について詳細に考察した町田(2022)によると、トランスジェンダーを生きるという体験の深部にもまた〈擬態〉の構造があるのだという。

必ずしもこれら2つの要因が「擬態」の背景に存在するとは言い切れないが、こうした観点を持っておくことは、「擬態」の見立てと対応において有用であるように思われる。

1. いじめ・排除・疎外体験による長期的影響

自分の言動が「変ではない」か、「普通」に振る舞えているかをしきりに気にする学生の話をよく聞いていると、しばしば過去にいじめ被害を体験したことがあるという語りが出てくる。「自分がない」と訴える学生について考察した康(2005)もまた、「対人関係に悩む学生の話を聞いていると、必ずといってよいほど過去の、とくに前思春期の前後の時期における重要な他者(親・友人など)との気持ちのすれ違いや誤解による傷つき体験や、それに類した外傷的エピソード(いじめや疎外体験)が語られることが多い」と述べている。

「いじめの政治学」において、いじめの過程を「孤立化」「無力化」「透明化」の三段階に分けて仔細に考察した中井(2018)は、「いじめは、その時その場での効果だけでなく、生涯にわたってその人の行動に影響を与えるもの」であると指摘した。中井によると、いじめ被害者は周囲にも自己の仕種や言葉遣いや振舞いにも絶えず気を配っていなければならず、結果として緊張から解放されることがなく「一種の警戒的超覚醒状態に陥る」といい、さらに被害者の世界は加害者との対人関係だけに限定されていき、「空間的にも、加害者

のいない空間が逆説的にも現実感のない空間のようになる。(中略)空間は加害者の臨在感に満ちている。いつも加害者の眼を逃れられず、加害者の眼は次第に遍在するようになる。

このことはすなわち、いじめ被害者にとっては周囲の人々の存在が、単なる他者ではなく加害者あるいは加害者予備軍として感知されることを示唆しているであろう。いじめや排除・疎外の体験は、その後も長く影響を及ぼし、常に標的にされないかどうかと恐れる心性が身に沁みついて習慣化する可能性が高い。そのような状況下でわが身を守るためには、とにかく目立たないよう、周囲に溶け込めるよう「擬態」し、自らを「隠蔽(カムフラージュ)」し、自己主張せずおとなしくしておくことが最善策となるだろう。自然界において動物や昆虫が擬態するのも多くの場合は捕食者から身を守るためであるが、いじめ被害者もまた加害者に標的にされるのを相当の切実さをもって懸命に必死に「擬態」しようとしている。というよりも、そうせざるを得ないというのが実情であろうと思われる。

このような場合、下手に自己主張や自己表現をして「主体」を発揮することは、周囲から“浮く”こと、目立つことにつながり、身の危険を招く行為でさえありうる。したがって中井(2018)の言うように、いじめ被害者に対しては「まず安全の確保であり、孤立感の解消であり、二度と孤立させないという大人の責任ある保障の言葉であり、その実行」が何よりも重要であって、これらを支援者が意識的に継続していくことで、安全のためにひた隠しにされてきた「主体」は少しずつ再び回復し育っていくのではないかと考えられる。繰り返しになるが、学生相談の場においては「擬態」をせずとも安全にいられるという感覚を持てるかどうか、面接や支援のその後の経過を左右すると言っても過言ではないだろう。

2. セクシュアル・マイノリティの〈擬態〉：トランスジェンダー当事者の語りから

自らもトランスジェンダー⁵⁾当事者であることをカミングアウトしている町田(2022)は、トランスジェンダーの人々が体験している「言葉や概念になる前の『感じ』や『身体感覚』」などの実感とその背後にある本質構造を明らかにするべく、トランスジェンダー当事者8名にインタビュー調査を行い、トランスジェンダーの体験の諸側面を豊かに描き出している。

町田(2022)によると、性はこれまでの他者との関係の歴史を通じて形成されてきた存在様式が身体に滲み出た〈雰囲気〉であり、当人が意識的に調整することが難しいその〈雰囲気〉が、既存の男女二元論的枠組みにそぐわないと感じられるときに性別違和の感覚が生じるという。また、トランスジェンダーを生きるという体験に伴う様々な実感の中核には、周囲から当人がトランスジェンダーとして認識されていない場合に、シスジェンダー(非トランスジェンダー)として「自らの自然体とは異なるあり方をし続けなければならない」(p.206)、すなわち、自らのジェンダー・アイデンティティとは異なる性役割に「自分をはめ込み、成りすますように生活をしなければならない」(同上)という体験構造があることを明らかにし、この体験構造を〈擬態〉と名指した。

この〈擬態〉にまつわる体験として、町田は以下の7つの諸相を挙げている。すなわち、①ビクビクと息をひそめる感じ、②無理をしてシスジェンダーを演じ続けなければならないしんどさ、③割り当てられた性特有の生理的機能が現象するときの焦りや不全感、④一枚の壁を隔てるような他者や世界との関わり、⑤親密な関係性において感じられる後ろめたさ、⑥自身の性を問うまなざしの無限循環による自己像の曖昧化、⑦本人にすら「キャラ」なのか本体なのかが分からない感覚、である。これらの諸相は、本稿で述べてきた「擬態」における体験とも大いに重なるものであると

考えられるが、どちらかという「バレる」という事態が明確に想定される〈擬態〉の方が、本稿で述べてきた「擬態」より意識的な振る舞いであると推察され、だからこそ心理的な葛藤も生じやすいのであろうと思われる。

加えて町田（2022）は、「〈擬態〉の感覚は、そうした（引用者註：トランスジェンダーという「属性」をもつ者として、多くの場合スティグマを付与するように、自らをまなざしてくる）他者のまなざしの取り込みに端を発する」ものであり、こうした他者のまなざしが「トランスジェンダーの人々の自己像を揺さぶる」とも指摘している。ここでは、先に見た「非定型発達」の「外から（自分を）見る」意識とも「擬態」の「外を見る」意識とも異なり、「外から見られる」意識がトランスジェンダーの人々の〈擬態〉の端緒となるというのが興味深い。このことは、性ないし性別違和は、他者との関係性の中で現出するという町田（2022）の実感や考察とも深く関係しているであろう。また町田（2022）は、トランスジェンダーの人々が抱える未分化な感覚の収めどころとなる社会・言語的規定や、当人の〈雰囲気〉を丸ごと身体的にも受け止めるような〈器〉こそが、トランスジェンダーの人々が自然体で生きるためには決定的に重要であるとも述べている。この指摘は、ここまでに見てきた“クライアントが自己表現できるスペースの保証”（田中、2016）や、“まず安全の確保”（中井、2018）の重要性を当事者の視点から照射するものであると言えるだろう。

一方で、セクシュアル・マイノリティ当事者の自己像は近年2つの方向性で変化しており、それは「性別越境者や同性愛者といった属性が、自己像の核（core）ではないという感覚を有するようになってきているということ」、そして「自らのジェンダーあるいはセクシュアリティを、明瞭にイメージできなくなっている点⁶⁾」、すなわち「核から周辺のものへ、そして、流動的で独自のものへと強調される点が変化している」のだという

指摘もある（石井、2018）。これらはいわば心理的な葛藤を減じる方向の変化であると推察され、主体の曖昧さや他者からの影響の受けやすさの程度が強くなっている可能性も窺える。河合（2016a）の指摘するように、セクシュアリティにまつわる訴えが必ずしもパーソナリティに根ざしたものでない可能性も考慮に入れながら、個々の当事者の語りに耳を傾け、丁寧に見立てを行っていく必要があるだろう。

V. 「主体」が「ある」「ない」の二項対立を超えて—激変する時代への「適応」の困難さ

ここまで「擬態」という振る舞いを切り口として、現代の大学生の一樣態について考察してきた。あえてこの日常的にはあまり聞きなれない語を本稿で用いてきたのは、安易に善悪の判断を下したり“病理”のレッテルを貼ったりすることなく、可能な限り学生の視点からこの様態を描写したいと考えたためであった。

かつて杉原（2001）は、「青年期危機説」と「青年期平穩説」のように二項対立を想定して議論を進めることを批判し、こうした二つのラベルをとともに拒否した地点から青年期を「平穩に」過ごす青年たちについて考察した。現代青年の主体の様相についても、「主体」が「ある」「ない」と二分するのではなく、その質的な差異や特徴について精緻に検討していくことが必要であろうと思われる。

Erikson（1959/2011）が提示しこれまで多くの臨床家が依拠してきたアイデンティティ型の一貫した自己像や「近代西欧型自己」（広沢、2015）に対して、篠田（2022）は Maturana & Varela（1980/1991）が考案したシステム論であるオートポイエーシスという考え方を導入し、「ネットワーク的な自己」という発想を提示した。篠田（2022）によると、「ネットワーク的な自己、とりわけオートポイエーシスという考え方をを用いることは、徹底してシステムの作動に不具合がない

か、自己維持ができるかどうかという視点で考える。“悩めない”、“語れない”などの否定的な見方ではなく、ここで作動しているシステムがうまく機能することを目指す。そのような視点を持つことは、学生が抱える固有のつまずきから、これまで以上にその人固有のやり方で回復したり、成長したりする可能性につながると考えられる」（強調原文ママ）。

加えて篠田（2022）は、「多様化してスタンダードが消失しつつある現代社会においては、自己の新しい概念ではなく、新しい思考様式が臨床家の拠り所となると考えることはできないだろうか」とも述べている。これらの指摘は、「多様性」の時代とも言える現代の学生相談での実践においても、常々念頭に置いておく必要があるだろう。

現代は、インターネットやソーシャルネットワークサービス（SNS）を通じて、現実には地理的・経済的・階層的に生活圏が異なる人々の情報にも容易にアクセスできる時代である。そこでは“何者かにならなければならない”とか“何にでもなれる”といったメッセージが氾濫している一方で、思いがけず“炎上”したり“叩かれ”たりするリスクとも常に隣り合わせであり、さらに当事者と目撃者・傍観者は容易に反転する。

インターネットやバーチャルな世界での失敗はリアルな他者との関係にも影響を及ぼしうが、2020年以降は新型コロナウイルス感染症の流行とその対応のために、そもそもリアルな他者との安定した関係性を築くことさえ困難になった。新型コロナウイルス感染症の感染拡大によって大学生が修学面においても生活・対人関係面においても甚大な影響を被ったことは、何度強調してもしすぎることはないだろう。生活の様式は学生自身の意図を超えたところで変化を迫られ、学生はその都度オンライン授業へ、対面授業へと様々な適応を強いられた。数年間のオンライン中心の生活は、ウイルスの感染拡大防止には必要な措置であり、たしかに“無菌室”として機能した側面もあ

るのかもしれない。しかし再び対面でのリアルな対人関係やコミュニケーションに戻るとき、そこは多くの視線が相互に飛び交い、方々から聞こえる声はミュートできず、偶然やハプニングに満ちた、いわば“雑菌”だらけの空間である。特に入学時よりオンライン授業に馴染んできた学生の間には、対面中心となった授業や学生生活に適応するために、どうにか周囲に「擬態」しようと奮闘している者も少なくないのではないかとと思われる。また、入学後の初年次や就職活動の時期、あるいは卒業論文・卒業研究の時期など、学生の“主体性”や“自分らしさ”が必要となる時期は、「擬態」による対処がうまく機能しなくなることも少なくないため、「擬態」の破綻が問題となる可能性が高くなることも付言しておく必要があるだろう。

本稿では篠田（2022）が述べた「新たな思考様式」にまではたどり着くことができなかったが、「擬態」という様態や「ことば」について様々な角度から考えることで、拙いながらも新たな捉え方を提示することを試みてきた。これらの考察が現代の学生理解のための何らかの示唆を生むものであるか、あるいはまったく的を外れであるか、これについては引き続き日々の実践を通じて検討していきたい。

VI. おわりに—安全地帯としての学生相談

最後に、学生相談における「擬態」への対応の方針と、「擬態」としての理解の限界、そして今後の展望を述べて本稿を締めくくりたい。

まずは来談した学生の主訴に「擬態」が絡んでいるのか否か、面接初期のうちにおおよそ見立てしておく必要がある。不調や不安が漠然としたものであれば、その内実や背景を学生本人がどこまで自覚しているのか、なるべく具体的な事実について質問を重ねるなかで問題の状況が浮かび上がってくるが多いうように思われる。ここでは中井（1985）の言うように、「『感情の理解よりも

しろ状況の理解』である」⁷⁾。ただし、学生相談の場が安全地帯であり安定した場所であることを言語・非言語の両面から保障することが大前提である。こうして「状況の理解」が進み、自らの置かれている状況や自分の状態が見えてくると、それだけでも漠然とした不調や不安やそれらに付随する困惑・混乱が落ち着き、少しずつ実感を伴う「ことば」が出てくる可能性がある。場合によっては、不調や不安の背景には「擬態」に伴う疲労や疲弊があるのでは、と支援者の「ことば」で伝えてみても良いかもしれない。

一方で、目の前の学生もまた、学生と支援者(カウンセラー)との関係のなかで「擬態」するという認識を持つておくことも大切であろう。支援者による提案・介入・声掛け(時には学外の医師による診断)がその「擬態」を促進しうる可能性を十分自覚しておくことが必要である。このことは「非定型発達」に関する河合(2016a)や田中(2016)の指摘にも通ずる。

また、「擬態」によって得られるメリット(あるいは回避されるデメリット)もあることを理解しておくのも重要である。もし支援者が「擬態」を単にネガティブなものとして捉え、“ありのまま”の“自分らしさ”を目指すべき良きものとして理想化し押しつけてしまうと、「擬態」によって生き延びてきた学生は居心地の悪さを感じ、学生相談の場から足が遠のいていくか、あるいは支援者の望むべき姿に「擬態」してさらに疲弊していくだろう。

いずれにせよ、心理的安全感を確保しつつ、学生の側に主体が“ない”と断ずるのではなく、「擬態」しながらもどうにかやっついていこうとしていたところに焦点を当てようと支援者側が主体的にコミットメントし、時に彼ら・彼女らの主体を肩代わり(大町他, 2022)することが、学生と支援者との出会い(時に衝突)を契機とした主体の“生成”あるいは主体の“立ち上げ”のために有用・有効なのではないかと考えられる。

今後の課題としては、個別の事例を通じた検討や、主体性の課題への言及のある事例論文のレビューを通じて、「擬態」のありようをより精緻に、かつ事例に即した形で捉えることが必要であると考えられる。あるいは「擬態」という「ことば」が適切であるのかどうかは、個々のケースによるところでもあるだろう。そもそも外界や他者への意識が薄く、「擬態」すること自体難しい場合もあると考えられるため、そうした人々の様態やその対応に関しても、今後検討と考察を重ねることが必要になってくるであろう。

註

- 1) ここで“流れ着いてくる”という表現を用いたのは、“主体性の弱さ”を抱える学生の中には自ら来談の予約をして学生相談を訪れる場合ももちろんある一方で、家族や教員などが本人の状態を見かねて学生相談を利用することを勧め、本人がしぶしぶ、時に不本意に来談する場合も散見されるためである。このように関係者から相談することを推奨されて学生相談室を訪れる学生の中には、相談する動機づけに乏しく相談することに非主体的な学生が少なくなく、彼ら・彼女らとの面接においてはカウンセラーの主体的な対応が重要となる(大町他, 2018, 2022など)。
- 2) インターネット上にも変幻自在に擬態するタコやイカの動画がアップロードされている。例: **The color changing squid 色を変えるツツイカ** <https://vimeo.com/695534825> (2022年12月27日取得)
- 3) その他にも広沢(2006, 2015)は学生相談を訪れる現代の大学生の印象として、自己表現が画一化されている、過敏な人間関係、悩み方が分からない、悩みを悩めない、精神科医との共存、「うつ」の蔓延、どこかしっくりこない母子関係等の特徴を列挙している。
- 4) 池田(2020)によると、周囲の環境に合わせて体色や模様や表皮の凹凸を変化させるタコも、神経伝達物質の合成のためにエネルギーが必要であり、タコの擬態にも相応のコストがかかるのだという。
- 5) セクシュアル・マイノリティの一種であるトランスジェンダーの定義は様々だが、アメリカ心理学会(APA: American Psychological Association, 2015)では「ジェンダー・アイデンティティや性役割が、出生時に割り当てられた性に典型的に関連づけられるものと一致しない人々について描写する際に用いられる包括的用語」されている。

- 6) 近年では、「自らのジェンダー・アイデンティティを男性でも女性でもない」と認識している」者や「男性か女性かといった男女二元論的な性別の感覚をもたない」者が「Xジェンダー」を名乗ることもあり、その場合は「FTX (Female-to-X)」や「MTX (Male-to-X)」と呼ばれる(町田, 2022)。
- 7) 中井(1985)はそもそも内面の感情を語り合う対人関係に馴染んでいない人と話すうえで重要なのは、「彼の置かれている状況を発掘していく」ことであると述べた。

文 献

- American Psychological Association 2015 Guidelines for psychological practice with transgender and gender nonconforming people. *American Psychologist*, 70(9), 832-864.
- Erikson, E. H. 1959 *Identity and the Life Cycle*. New York: W. W. Norton (西平直・中島由恵(訳) 2011 *アイデンティティとライフサイクル* 誠信書房)
- 藤原晴彦 2015 *だましのテクニクの進化—昆虫の擬態の不思議* オーム社
- 畑中千紘 2016 *非定型化する若者世代のこころ—現代の対人恐怖とアグレッションのかたち* 河合俊雄・田中康裕(編) *発達非定型化と心理療法* 156-179
- 広沢正孝 2006 *近年の大学生の心理的特徴—大学保健管理センターないし学生相談室より* *精神科治療学* 12 1349-1354
- 広沢正孝 2015 *学生相談室からみた「こころの構造」〈格子型／放射型人間〉と21世紀の精神病理* 岩崎学術出版社
- 池田譲 2020 *タコは海のスーパーインテリジェンス—海底の賢者が見せる驚異の知性* DOJIN 選書
- 石井由香理 2018 *トランスジェンダーと現代社会—多様化する性とあいまいな自己像をもつ人たちの生活世界—* 明石書店
- 石津憲一郎 2006 *過剰適応尺度作成の試み* 日本カウンセリング学会第39回大会発表論文集 137
- 石津憲一郎・安保英勇 2008 *中学生の過剰適応傾向が学校適応感とストレス反応に与える影響* *教育心理学研究* 56 23-31
- 石津憲一郎・安保英勇 2009 *中学生の過剰適応と学校適応の包括的なプロセスに関する研究—個人内要因としての気質と環境要因としての養育態度の影響の観点から—* *教育心理学研究* 57 442-453
- 康智善 2005 *青年期における「自分がない」という訴えをめぐって* 甲南大学学生相談室紀要 12 15-22
- 河合俊雄 2010 *はじめに—発達障害と心理療法* 河合俊雄(編) *発達障害への心理療法的アプローチ* 創元社 5-26
- 河合俊雄 2016a *発達障害の増加と発達の「非定型化」* 河合俊雄・田中康裕(編) *発達非定型化と心理療法* 4-24
- 河合俊雄 2016b *発達障害とは見立てられない子どもとそのプレイセラピーの特徴* 河合俊雄・田中康裕(編) *発達非定型化と心理療法* 144-155
- 風間惇希 2015 *大学生における過剰適応と抑うつとの関連—自他の認識を背景要因とした新たな過剰適応の構造を仮定して—* *青年心理学研究* 27 23-38
- 北村晴朗 1965 *適応の心理* 誠信書房
- 北山純 2020 *主体性を育む場としての学生相談* *学生相談研究* 41(2) 85-94
- 桑山久仁子 2003 *外界への過剰適応に関する一考察—欲求不満場面における感情表現の仕方を手がかりにして—* *京都大学大学院教育学研究科紀要* 49 481-493
- 町田奈緒士 2022 *トランスジェンダーを生きる—語り合いから描く体験の「質感」—* ミネルヴァ書房
- 益子洋人 2013 *過剰適応研究の動向と今後の課題—概念的検討の必要性—* *文学研究論集(文学・史学・地理学)* 38 53-72
- Maturana, H. R., & Varela, F. J. 1980 *Autopoiesis and cognition: The realization of the living*. Springer. (河本英夫(訳) (1991) *オートポイエシス—生命システムとは何か—* 国文社)
- 皆本麻実・畑中千紘・梅村高太郎・田附紘平・松波美里・岡部由菜・粉川尚枝・鈴木優佳・河合俊雄・田中康裕 2016 *診断を受けながらも発達障害とは見立てられない事例の特徴* *箱庭療法学研究* 29(2) 43-54
- 鍋田恭孝 2007 *変わりゆく思春期の心理と病理—物語れない・生き方がわからない若者たち—* 日本評論社
- 中井久夫 1985 *軽症うつ病の外來第一日* 中井久夫著作集2巻 *精神医学の経験 治療* 岩崎学術出版社 133-136
- 中井久夫 2018 *いじめの政治学* 中井久夫集6 *いじめの政治学* みすず書房 238-258
- 奥野光 2020 *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
- 大町知久・田村友一・山田裕子・守屋達美 2018 *相談することに非主体的な状態で来談する学生への支援モデルの検討—非主体的来談学生事例のメタ分析による質的検討—* *学生相談研究* 39(1) 25-38
- 大町知久・山田裕子・守屋達美 2022 *非主体的来談学生へのカウンセラーの理解と対応に関するインタビュー調査* *心理臨床学研究* 40(4) 311-322
- 大山泰宏 2009 *学生理解のための視点：大学教育研究と心理臨床実践の視座から* シンポジウム「学生相談の視点から見た現代の学生とこれからの学生支

- 援」抄録 甲南大学学生相談室紀要 16 34-40
- 篠田亜美 2022 多元的自己再考—生命システム論から見た現代のこころの在り方についての試論— 京都大学学生総合支援機構紀要 1 5-18
- 杉原保史 2001 「平穏な青年期」を生きる青年の諸相 京都大学カウンセリングセンター紀要 30 23-36
- 高石恭子 2009 現代学生のこころの育ちと高等教育に求められるこれからの学生支援 京都大学高等教育研究 15 79-88
- 高石恭子 2014 「主体性」と学生相談—「ことば」を育てるための試み— 甲南大学学生相談室紀要 21 28-41
- 高石恭子 2020 学生相談における見立て 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 60-74
- 田中康裕 2010 大人の発達障害への心理療法的アプローチ—発達障害は張り子の羊の夢を見るか？ 河合俊雄（編）発達障害への心理療法的アプローチ 創元社 80-104
- 田中康裕 2016 発達障害の広がりとその心理療法—「グレイゾーン」の細やかな識別と「発達の非定型化」という視点 河合俊雄・田中康裕（編）発達の非定型化と心理療法 122-143
- 時岡良太 2021 主体性の乏しい学生との面接過程—カウンセラーが居続けることの重要性— 学生相談研究 42(1) 12-21
- 上田恵介 1999 はじめに 上田恵介（編）擬態〈だましあいの進化論1〉—昆虫の擬態 築地書館 ii - v
- Winnicott, D.W. 1966 The maturational processes and the facilitating environment London: Hogarth Press (牛島定信（訳）1977 情緒発達の精神分析理論：自我の芽ばえと母なるもの 現代精神分析双書第2期 第2巻 岩崎学術出版社)

ABSTRACT

“Adaptation” or “Mimicry” of University Students in the Age of Diversity

TOYOHARA, Kyoko

Konan University

In this paper, we will examine the characteristic subjectivity of contemporary Japanese university students from the perspective of “mimicry”.

“Mimicry” refers to the behavior of animals and insects that mimic their surroundings, usually in order to protect themselves from predators or to catch prey.

In the present age, when the importance of diversity has been pointed out, social structures and norms have loosened, and there may be more than a few young people who try to adapt and survive by “mimicry,” responding immediately to the surrounding environment and the needs of others, rather than establishing their own individual identity. In counseling students who have problems with their subjectivity, it is important to respond with appropriate insight into the nature of their subjectivity.

Key Words : “mimicry”, adaptation, subjectivity
