

不安定なアタッチメントの修正プロセスの検討 —青年のメンタライジング能力・重要他者に着目して—

人文社会科学専攻心理学プログラム
小寺 真由美

問題と目的

アタッチメントとは、重要な他者との情緒的な絆のことである (Bowlby, 1969)。アタッチメント対象との相互作用を通して形成されるアタッチメントは、見捨てられ不安と親密性の回避という2次元で測定される (Brennan et al., 1998)。これらの不安定なアタッチメントは様々な不適応問題のリスク因子と考えられている (北川, 2005)。青年期にはこれらの不適応が生じやすいことから (風間, 2017)、青年の適応において、不安定なアタッチメントの修正が重要と考えられる。従来は、幼少期に形成されたアタッチメントは生涯変化しにくいと考えられてきたが (Main et al., 1985)、縦断研究が進む中で、不安定なアタッチメントが変化した「獲得安定型」の存在が注目されるようになり、彼らの特徴として、メンタライジング能力の高さや代理アタッチメント対象の存在が示されている (Saunders et al., 2011)。

1つ目のメンタライジング能力とは、自他の行動を精神状態と絡めて理解する心的行為のことである (Fonagy, 1991)。メンタライジング能力とアタッチメントには相助作用が想定されており、特定の他者との安定したアタッチメントがメンタライジング能力を育み、それによってさらにアタッチメントの安定化が促されると考えられている (Allen et al., 2008)。また、メンタライジング能力によって幼少期の養育経験を捉え直すことが可能となり、結果として不安定なアタッチメントを修正できるとされており (Borelli et al., 2015)、セラピーでの実証効果も示されている (Bo et al., 2017)。2つ目の代理アタッチメント対象とは、幼少期の養育者と同等かそれ以上のサポート源となる対象のことであり、獲得安定型は、彼らとの受容的な関りを通して他者への信頼感を回復することで、アタッチメントが修正されると考えられている (Saunders et al., 2011)。よって、獲得安定型は、代理アタッチメント対象など親以外の他者との間で安定したアタッチメント関係を形成し、その中でメンタライジング能力が育まれることでアタッチメントの安定化が促進されたと考えられる。

これまでの先行研究では、心理療法の効果研究等でメンタライジング能力とアタッチメントの関連や変化が検討されてきた (Bo et al., 2017)。しかし、本来メンタライジング能力は養育者との日常の関りを通して育ま

れるものであることや (Allen et al., 2002)、恋人との相互作用の中でアタッチメントが変化する可能性が示されていることなどから (Crowell et al., 2002)、青年の日常場面でも変化は起こりうると考えられる。また一般的に、親とのアタッチメントが不安定な場合、その後の対人関係も不安定になりやすいとされているため、そのような青年がどのようにして他者と関係を築いていったのか、そのプロセスは未だ不明瞭である。

そこで本研究では、日常の中でメンタライジング能力や不安定なアタッチメントがどのように変化するか、量的・質的の両方の視点から検討を行う。研究1では、高校生に1年間の縦断調査を行い、メンタライジング能力とアタッチメントの関連について検討する。中でも、先行研究より、自分に対するメンタライジング能力(対自的メンタライジング能力)と見捨てられ不安、他者に対するメンタライジング能力(対他的メンタライジング能力)と親密性の回避に相関があることや (Dimitrijevic et al., 2018)、見捨てられ不安と内在化問題、親密性の回避と外在化問題に関連が見られることから (Dozier et al., 1999)、アタッチメントスタイルによって修正プロセスに違いがあると考えられるため、アタッチメントスタイルの違いに着目した検討を行う。研究2では、面接調査を行い、親と不安定なアタッチメントを有している青年が、どのように重要他者(友人や恋人)と関係を築き、その中でメンタライジング能力やアタッチメントが変化するか検討する。

研究1 方法

調査参加者 高校生482名(女性239名)。計3回の調査のうち2回以上参加した者を分析対象とした。

質問紙 (1)フェイスシート：参加者情報(生年月日等)。(2)メンタライジング能力：The Mentalization Scale (Dimitrijevic et al., 2018)の日本語版 (Matsuba et al., 2019)。(3)アタッチメント：親密な対人関係体験尺度 (Brennan et al., 1998)の一般他者版 (中尾・加藤, 2004)。(4)不適応問題：The Strength and Difficulties Questionnaire (Goodman, 1997)の日本語版 (Matsuishi et al., 2008)。

研究1 結果と考察

見捨てられ不安 対自的メンタライジング能力・見捨てられ不安・内在化問題の3時点のデータを交差遅延モデルにより分析した。モデル適合度は良好で (CFI=1.000, RMSEA=.000)、対自的メンタライジング

能力が見捨てられ不安を介して内在化問題に影響するというモデルが示された (Figure 1)。このことから、対自的メンタライジング能力が向上することで見捨てられ不安が低減し、結果として内在化問題が緩和するというプロセスが示された。なお、見捨てられ不安から対自的メンタライジング能力へのパスも有意であり、先行研究の理論と同様に、相助作用が認められた。

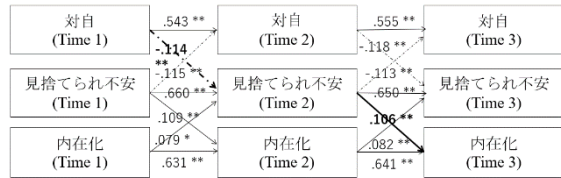


Figure 1. 見捨てられ不安モデル。

注) 実線は正のパス、破線は負のパスを示す。対自=対自的メンタライジング能力、内在化=内在化問題。** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

親密性の回避 対他的メンタライジング能力・親密性の回避・外在化問題の3時点のデータを交差遅延モデルにより分析したところ、適合度不良で分析できなかった。そこで、外在化問題と相反する概念と考えられる向社会的行動を用いて分析をしたところ、モデル適合度は良好で (CFI=1.000, RMSEA=.000), 親密性の回避が対他的メンタライジング能力を介して向社会的行動に影響するというモデルが示された (Figure 2)。このことから、親密性の回避が修正されることで対他的メンタライジング能力が向上し、結果として向社会的行動が促進されるというプロセスが示唆された。なお、対他的メンタライジング能力から親密性の回避へのパスは見られていない時点 (Time 2→Time 3) もあり、親密性の回避の修正の難しさが窺えた。

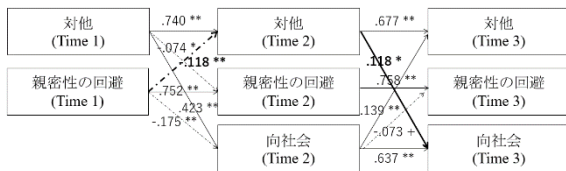


Figure 2. 親密性の回避モデル。

注) 実線は正のパス、破線は負のパスを示す。対他=対他的メンタライジング能力、向社会=向社会的行動。** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

研究2 方法

手続き 質問紙調査を行い、親とのアタッチメントは不安定であるが、友人や恋人とは安定したアタッチメントを形成している青年を抽出した。その後、今の自分にとって重要と感じる人物 (重要他者) を選択させ、親子関係、重要他者関係、自他の見方の変化等を尋ねる半構造化面接を実施した。分析は、修正版グラウンデッドセオリーアプローチ (木下, 2007) を用いた。

調査参加者 対象者の基準を満たした大学生・大学院生10名 (平均年齢22.2歳, 女性3名)。

研究2 結果と考察

31の概念, 12個のカテゴリー, 4個の大カテゴリーが生成された。以下, 概念を<>, カテゴリーを【】, 大カテゴリーを<>>で示す。

幼少期の<親との関わりの乏しさ>, 気持ちを<受け止めてもらえない><自分の味方になってもらえない>体験, <ネガティブなライフイベント>は【ネガティブな被養育体験】となりうる。それは, <家庭内での気遣い><親に頼らない><親に対するネガティ

ブな感情>といった青年の反応を生じさせる。このような<<被養育体験>>は青年の<自分に対する肯定的な感情の乏しさ><自分に対する信頼感の乏しさ>といった【自分に対する否定的な捉え方】や, <他者に対する信頼感の乏しさ><他者から理解されない・否定される感覚>といった【他者に対する否定的な捉え方】に繋がると考えられる。またそれらは<他者に頼らない><自分1人で対処する>など【他者との関わりを避ける】行動にも影響すると考えられる。そのような青年であっても, 自身と<共通点の多さ>がある他者に会えると, <同じ感覚の共有体験><重要他者のことが分かる感覚>を抱くような【重要他者と分かり合える体験】を経験することが可能となる。それらを通して<受容される体験><安心感を抱く>体験や<お互いが必要とし合う>感覚を体験するなど【重要他者との情緒的繋がり】を抱くようになると, <重要他者に対する信頼感>が高まり, <重要他者を頼る>ことや, 重要他者との<関係持続に対する自信>に繋がると考えられる。またこれらは【重要他者に救われる】体験として青年に意味づけられていく。このような<<重要他者との関係性>>を通して, 青年は<過去の自分を振り返る>ようになり, その中で<自分に対して肯定的な感情を抱く>などの【自分に対する捉え直し】や, <他者と関係を築いていく, 築こうとする><1人で過ごすことを避ける>などの【他者との関わりを求める】行動といった<<自他の在り方の捉え直し>>が生じる。さらに青年自身の成長や<親から物理的な距離を取る>ことによる心理的な変化>を通して, <親の行動や態度に対する理解>や<被養育体験を肯定的に捉える>ことが可能となるなど, 【親・被養育体験に対する捉え直し】へと繋がると考えられる。

総合考察

本研究より, 不安定なアタッチメントはメンタライジング能力の向上により修正される可能性が示唆された。不安定なアタッチメントの中でも, 見捨てられ不安に関しては, 対自的メンタライジング能力の向上が有効であることが示された。一方, 親密性の回避は, 見捨てられ不安と比べると変化が生じにくく, 修正には時間がかかることや, メンタライジング能力以外の要因も影響している可能性が示唆された。

そのようなメンタライジング能力の向上は, 友人や恋人といった重要他者との関係性の中で生じており, 養育体験や自分自身について振り返る体験を通して捉え直しが促進され, それによって自分に対する見方や他者との関わり方が肯定的に変化するというプロセスが示された。本研究では, これらのプロセスが青年の日常場面で起きており, 特別な支援を受けることが難しい青年であっても, 重要他者との関わりを通してメンタライジング能力が育まれていくことで, 不安定なアタッチメントを修正できることが示唆された。

主要参考文献

Crowell, J. A., Treboux, D., & Waters, E. (2002). Stability of attachment representations: The transition to marriage. *Developmental psychology*, 38, 467-479.

(主任指導教員: 梅村 比丘

副指導教員: 杉村 和美・今川 真治・安部 主晃)