

青年期と自己形成



Think ●…考えるコーナー(5分~10分) / Work ☞…作業するコーナー(10分~20分)

1年[]組[]番 名前[]

(I) 青年期の特徴

- **青年期とは** 一般的に、高校生前後の時期を表し、大人と子どもの間で揺れ動く様子を示す。この時期に一人の大人として多様な関心を持ち、個性を発揮するようになる。

[1]]:「われわれはいわば二度生まれる。一回目は存在するために、二回目は生きるために。」 フランス思想家[2]]



- ・ホリングワース (米:心理学者) [3]] 赤ちゃん→母の授乳を卒業する
青年期→精神的に母の元を離れる
- ・[4]] (独:心理学者) [5]] (境界人・周辺人)
- ・ハヴィガースト (米:心理学者) [6]]…人生の各段階で達成すべき課題
- ・ホール (独:心理学者) **疾風怒濤の時代**…抑えがたい激情にかられ、不安と動揺を経験する様子
- ・[7]] (米:精神分析学者) ←頻出人物



青年期は「モラトリアム」

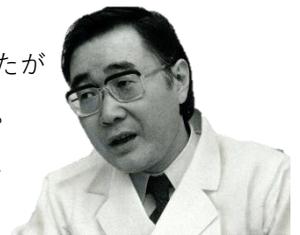
モラトリアムとは**猶予期間**という意味を持ち、成人としての社会的責任や義務が免除されている間に経験を重ねることが自己形成に繋がるとされている。

青年期の発達課題は[8]]の確立

また、アイデンティティとは、日本語で訳すと[9]]と呼ばれるもの。自分とは何か、自分らしさとは何かということを問い続け、自分を肯定的に捉えることが重要になる。

+ α [10]](1930~2003):日本の心理学者、精神科医

猶予期間とは、本来は大人になるために必要で、社会的にも認められた期間を指していたが社会に出ることを先延ばしして一時の自由に浸ることのできる期間という意味となった。大学が勉学の場というよりも、サークル活動などの遊びの場となっているような若者を、彼は『モラトリアム人間』と表現した。これは否定的意味で用いられることが多い。



Work ☞ 自分なりの「青年期の発達課題」を考えてみよう

STEP1 教科書 11 ページや資料集 19 ページにハヴィガーストが提唱した発達課題がある。確認しよう。

STEP2 自分オリジナルの発達課題を考えてみよう。元々あるものを発展させても構わない。

自分の意見

他者の意見

- ・
- ・

(II) 自己形成の課題

青年期は自己形成における重要な時期であり、さまざまな自分と向き合っていかなければならない。家族相手の時、友達相手の時、恋人相手の時、SNS上の自分、別アカウント(裏垢)の自分などなど...さまざまな自分を、それぞれの場面に適した形で使い分けながら、「自分らしさ」を探していくんだ。

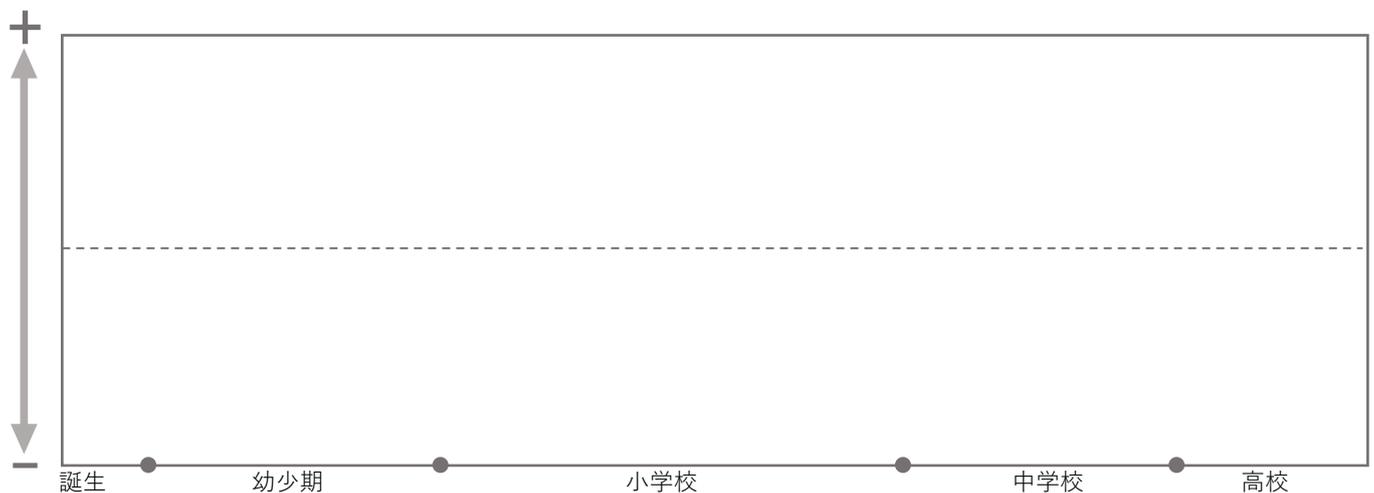
Work📌 自己分析をしてみよう

自己分析には様々な方法があるが、今回はモチベーショングラフ(自分史)を作ってみよう。

STEP1 これまでの15年を振り返り、自分が印象に残っていることや影響を与えたと思う出来事を書き出そう。

年齢	出来事	影響

STEP2 STEP1 でまとめた出来事を中心に、自分の人生をグラフ化してみよう。



1. その時々のモチベーションを感覚的に思い出し、点を付けていく
2. 点を結び、モチベーショングラフを作成する
3. 特に変化の激しいポイントをいくつか抽出して、なぜモチベーションが大きく変動しているのかを深掘る

STEP3 今日の活動を通して、自分らしさに繋がるものはあったらだろうか？まとめてみよう。

青年期と自己形成



Think ●…考えるコーナー(5分~10分) / Work ☞…作業するコーナー(10分~20分)

1年[]組[]番 名前[]

(I) 青年期の特徴

- **青年期とは** 一般的に、高校生前後の時期を表し、大人と子どもの間で揺れ動く様子を示す。この時期に一人の大人として多様な関心を持ち、個性を発揮ようになる。

[¹ **第二の誕生**] : 「われわれはいわば二度生まれる。一回目は存在するために、二回目は生きるために。」 フランス思想家[² **ルソー**]



- ・ホリングワース (米: 心理学者) [³ **心理的離乳**] 赤ちゃん→母の授乳を卒業する
青年期→精神的に母の元を離れる
- ・[⁴ **レヴィン**] (独: 心理学者) [⁵ **マージナルマン**] (境界人・周辺人)
- ・ハヴィガースト (米: 心理学者) [⁶ **発達課題**]…人生の各段階で達成すべき課題
- ・ホール (独: 心理学者) **疾風怒濤の時代**…抑えがたい激情にかられ、不安と動揺を経験する様子
- ・[⁷ **エリクソン**] (米: 精神分析学者) ←頻出人物



青年期は「**モラトリアム**」

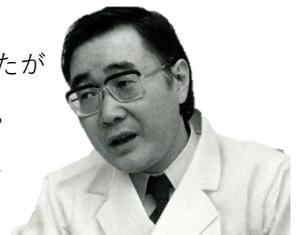
モラトリアムとは**猶予期間**という意味を持ち、成人としての社会的責任や義務が免除されている間に経験を重ねることが自己形成に繋がるとされている。

青年期の発達課題は[⁸ **アイデンティティ**]の確立

また、アイデンティティとは、日本語で訳すと[⁹ **自我同一性**]と呼ばれるもの。自分とは何か、自分らしさとは何かということを問い続け、自分を肯定的に捉えることが重要になる。

+ α [¹⁰ **小此木啓吾**](1930~2003) : 日本の心理学者、精神科医

猶予期間とは、本来は大人になるために必要で、社会的にも認められた期間を指していたが社会に出ることを先延ばしして一時の自由に浸ることのできる期間という意味となった。大学が勉学の場というよりも、サークル活動などの遊びの場となっているような若者を、彼は『**モラトリアム人間**』と表現した。これは否定的意味で用いられることが多い。



Work ☞ 自分なりの「青年期の発達課題」を考えてみよう

STEP1 教科書 11 ページや資料集 19 ページにハヴィガーストが提唱した発達課題がある。確認しよう。

STEP2 自分オリジナルの発達課題を考えてみよう。元々あるものを発展させても構わない。

自分の意見

他者の意見

- ・
- ・

(II) 自己形成の課題

青年期は自己形成における重要な時期であり、さまざまな自分と向き合っていかなければならない。家族相手の時、友達相手の時、恋人相手の時、SNS上の自分、別アカウント(裏垢)の自分などなど...さまざまな自分を、それぞれの場面に適した形で使い分けながら、「自分らしさ」を探していくんだ。

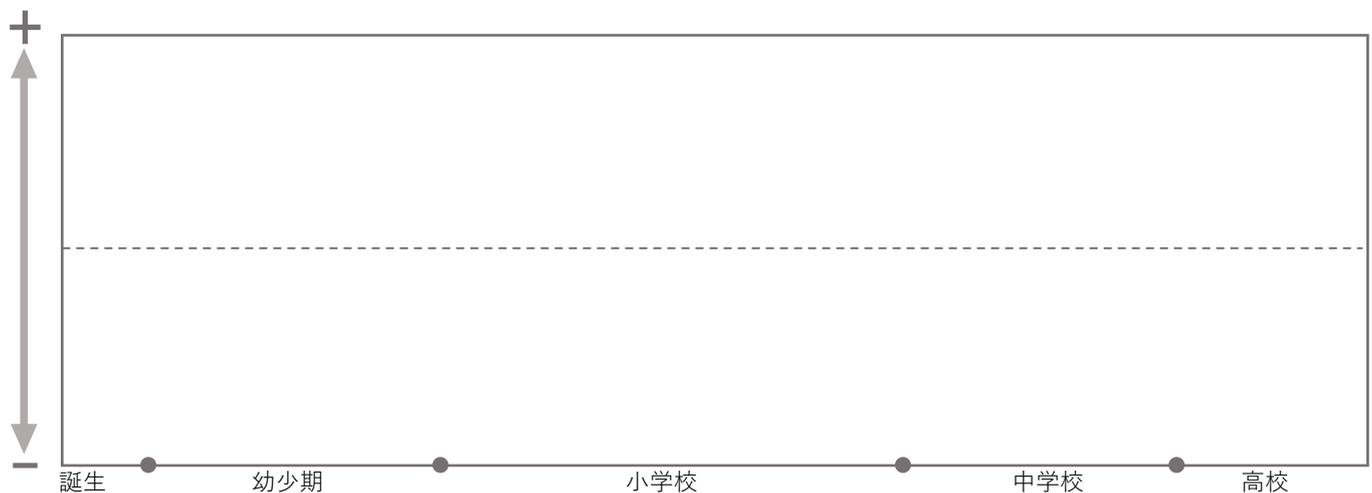
Work📌 自己分析をしてみよう

自己分析には様々な方法があるが、今回はモチベーショングラフ(自分史)を作ってみよう。

STEP1 これまでの15年を振り返り、自分が印象に残っていることや影響を与えたと思う出来事を書き出そう。

年齢	出来事	影響

STEP2 STEP1 でまとめた出来事を中心に、自分の人生をグラフ化してみよう。



1. その時々のモチベーションを感覚的に思い出し、点を付けていく
2. 点を結び、モチベーショングラフを作成する
3. 特に変化の激しいポイントをいくつか抽出して、なぜモチベーションが大きく変動しているのかを深掘る

STEP3 今日の活動を通して、自分らしさに繋がるものはあったらどうか？まとめてみよう。