

# 承認欲求についての心理学的考察

—現代の若者と SNS との関連から—

正 木 大 貴\*

---

---

本論文は、承認欲求の概念の変遷を心理学的な側面から概観するとともに、現代に生きる若者の承認欲求と、人間関係や社会のありかた、特に SNS との関連について論じることを目的とした。

心理学の分野において、承認欲求は賞賛獲得欲求と拒否回避欲求というふたつの側面から研究されており、現代の若者が相手を傷つけず傷つけられないように周りに配慮しながら、友人関係を維持していることがうかがえた。

現代の親子関係は、「無条件の承認」を保障しつつ、「条件付きの承認」を与えていると思われる。この「条件付きの承認」とは、親が子供の「ありのまま」を受け入れるのではなく、「もし～ができれば愛してあげる」という種類の承認の形である。それによって若者は、友人関係の間でも承認される条件がないと自分が受け入れられているか不安を感じるようになった。

一方、SNS はそれを利用する若者にとって簡単に承認欲求を満たすことができると同時に、無限の承認を得る可能性を秘めているものである。また実際の人間関係とは違って、SNS では誰かから拒否されるかもしれないという不安を最小限にして承認を得ることができる特徴があると考えられた。

キーワード：承認欲求、SNS、条件付きの承認、若者の人間関係

---

---

---

\* 京都女子大学 現代社会学部

## 1. はじめに

人が社会的な存在である限り、周りの人から認められたい、尊敬されたいという気持ちと完全に無縁になることはないだろう。承認欲求とは一般に、他人から認められたいという欲求や自分が周囲から一目置かれるような存在でありたいという願望の総称である。

以前であれば、心理学者か社会学者くらいしか使わなかっただろうこの承認欲求という言葉が、今では10代の中高生の会話の間でも使われるようになった。このことは、まさに「承認」が現代的なある種のブームになっていることを示しているのだろう。

ただ10年以上前に心理学者が承認欲求という言葉を使って意味していた内容と、現在の若者が承認欲求という言葉を使うときの文脈では、やや隔たりがあると言わざるをえない。古典的な心理学での承認欲求の概念はあとで触れるとして、現在の日常語的なそれは、若者特有の自己顕示的な振る舞いによって注目を浴びることを求める、多少なりともやっかいな特徴や傾向というニュアンスを含んでいると言えるかもしれない。

特に最近では SNS（ソーシャル・ネットワークワーキング・サービス）との関連で、この承認欲求が語られることが多いようである（井上, 2012; 池村, 2014）。ソーシャル・メディアが急速に発達し、多様化していくなかで、われわれの情報発信力は以前とは比べものにならないくらい飛躍的に大きいものになった。社会のなかで特別な能力に恵まれているわけでもないごく普通のひとが、まったく見知ら

ぬひとに影響を与える力を持てる可能性ができたわけである。市井に生きるひとが広い世界から注目を浴びるチャンスを得たと言ってもいいのかもしれない。しかし、この無限に広がったかのように見える可能性が、現代の承認欲求の満たされなさを浮き彫りにしたという側面は否定できないだろう。世界中の「誰からも認めてもらうことができる」ことは、反面「誰からも認めてもらいたい」という欲望を生むこともある。そこに立ち止まってしまって、その満たされなさに不安を感じ、言いようのない疲労感におそわれるひとは少なくないようである。

総務省は「平成28年情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査」で、ソーシャル・メディアの利用率についての統計をとっている（総務省情報通信政策研究所, 2017）。これによれば、平成27年の10代と20代の利用率は、それぞれ LINE で79.3%と96.3%、Twitter で61.4%と59.9%、You Tube で84.3%と92.2%、Instagram で30.7%と45.2%であった。例えば中学、高校、大学という学校の場合、友人関係がうまくいかず自分の居場所を見つけられないような場合、10~20代の青年にとってやはり SNS という場合は、もう一度自分を賭けられるもうひとつの場所なのである。その無限性を知ったときには、むしろ自分の住む学校や周囲の友人に囲まれた世界がいかに狭いものであるかを痛感するだろう。だからこそ、SNS 上で承認を求める行為は日常では経験できないような快感を与えてくれて、ときにそれが暴走

してしまい、同時にそのゴールのなさに恐怖すら感じることもあるのであろう。

とは言うものの、やはりわれわれ人間は他者との関係なしに自分の存在を確かめたり、自分の居場所を確保することなどできない。だから「自分は誰かに認められている」という感覚は、われわれにとって根源的なものであり、同時に人生を豊かにしてくれるものであることも忘れてはいけない。

本稿では、承認欲求の概念の変遷を心理学的な側面から整理するとともに、現代に生きる人々、特に若者の承認欲求が、周囲のひととの人間関係や社会との関係性のなかでどのような影響を受けて変化しているのかを考えていきたい。

## 2. 承認欲求の概念

### 2-1. マズローの欲求段階説

マズローは、ヒューマニスティック心理学と呼ばれる分野で中心的な役割を果たしたアメリカの心理学者である。このヒューマニスティック心理学は、人間の主体性や自己実現など、徹底してそのひと個人の意志や選択を尊重して、人間が元来持つ成長力や治癒力を強調した心理学である。マズロー（1987）は「欲求段階説」のなかで、承認欲求を人間のきわめて基本的な欲求のひとつとして位置付けている。

彼は人間の欲求についての考え方を重視し、人間はそれぞれの段階での欲求を満たすことを目標として、絶えず成長を続けて、最終的には自己実現に向かって進んでいく存在であ

ることを主張した。これは自己実現理論とも呼ばれる。そして人間の基本的欲求を低次から高次までの5段階の階層に分けた。低次のものから「生理的欲求（physiological need）」、「安全の欲求（safety need）」、「所属と愛の欲求（social need/love and belonging）」、「承認の欲求（esteem）」、「自己実現の欲求（self actualization）」である。これらの欲求は階層になっており、下位の欲求から順番に満たされるというのが基本的な考え方である。（図1参照）

まず生理的欲求は、人が生命を維持するために必要な根源的な欲求のことで、食欲や睡眠、排泄などがその例である。安全の欲求は、心身が安定的であって健康な状態を保ちたい、そして経済的にも安定を求めるものである。そして所属と愛の欲求は、社会的欲求とも呼ばれ、ある集団や家族のなかに所属して、そのなかで愛情が感じられるつながりを持ちたいという欲求である。

そしてそれらの欲求が満たされると次に「承認」を求めるというわけである。マズローはこの承認欲求の段階のなかでもふたつの層を想定している。まずは自分の周りにいる他者から認められたい、評価されたい、注目されたいと思うものでこれを他者承認と言う。さらに「自分はこれでよい」と思えるような自分で自分を認めることができる自己尊重にあたるものを自己承認と呼ぶこともある。最後に究極的な目標である本当に自分が求めるような理想の状態、自分が何の躊躇もなく自分らしくいられる状態を自己実現と言う。

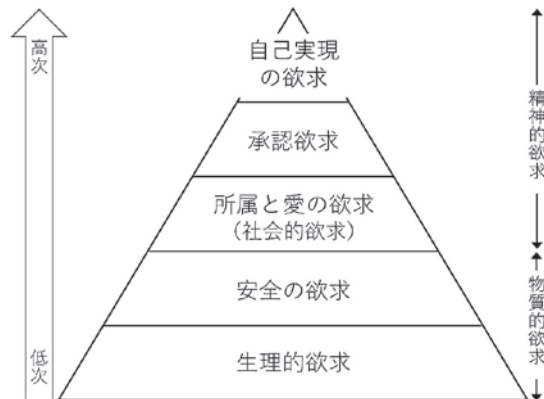


図1 マズローの欲求段階説

青年期の若者で例えるなら、食事や睡眠がとれるのは当然として、ひとまずはじめなどを受けることなく安心して通える学校などの場所や状態を求める。そしてさらに学校での友人関係や部活動などで、あるグループに所属しているという安心感を得たいと感じるようになるといったところだろうか。そして次によりやく「承認欲求」を求めることになる。これは例えばクラスのなかや友人のなかで一目置かれる存在になりたいと望むということである。さすがにみんなの人気者になるのは簡単なことではないということになると、とりあえず「コミュ障」などの悪いレッテルを貼られて「イケてないヤツ」という烙印を押されるのはなんとか避けようと振る舞うことになろうか。実際のところ、今の高校生や大学生は、みんなから好かれたいというよりも、みんなから嫌われたくないという思いの方が強いのではないか。

ただマズローの自己実現理論または欲求段階説が、いまだに魅力的な理論であり、現代

の状況を分析する場合にも有効なものであることはまったく否定しないが、一方で科学的根拠があるわけでもなく、実証的な検証に耐えうる理論ではないことは言い添えておきたい。

## 2-2. 賞賛獲得欲求と拒否回避欲求

周囲の人たちに自分が受け入れられようとする承認欲求には、他者から肯定的な評価を得ようとする賞賛獲得欲求と逆に否定的な評価を避けようとする拒否回避欲求の側面がある(菅原, 2004)。小島・太田・菅原(2003)は、このふたつの側面を測定する「賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度」という心理尺度を作成している。前者に属する質問項目には「人と話すときにはできるだけ自分の存在をアピールしたい」や「大勢の人が集まる場では、自分を目立たせようとはりきる方だ」などがあり、注目を集めたり、印象付けたりするための具体的行動についての項目も含まれている。後者についての質問項目は「意見を

言うとき、みんなに反対されないかと気になる」や「不愉快な表情をされると、あわてて相手の機嫌をとる方だ」など、こちらも内面的な欲求だけでなく、その欲求をもとにした方略や行動傾向にも配慮して構成されている。

また拒否回避しようとした場面で、それが成功した、つまり肯定的な反応が返ってきたときと、逆に失敗して、否定的な反応が返ってきたときに、それぞれ「照れくさい」気持ちと「恥ずかしい」という対人不安に関連した情緒的反応が示唆されていたことは興味深い。つまり拒否回避欲求が強いひとの場合、周りのひとから評価される場面になると、その評価が肯定的なものであっても、必ずしも居心地のよいポジティブな感情にはならない可能性を示したものと言える。だとするならば、拒否回避傾向が強いと、そもそもその対処方略や結果にかかわらず、対人不安を感じずに周りからの評価を受けることはできないということになる。

先に触れた「みんなの人気者になりたい」というよりも「周りの友達から嫌われたくない」思いが強い高校生・大学生たちが、それなりに友達とうまくやっているといるにもかかわらず、対人的なコミュニケーション場面で常にストレスを感じつつ、口をそろえて「自分は人見知りである」「コミュ力（コミュニケーション能力）がない」と言うのうなずける。

岡田（1999）は、親密で自己開示を積極的にするような友人関係の特徴を「内面的関係」と呼び、一方でその対をなす関係で、そ

のときどきの表層的な楽しさや心地よさを追求する群れ的で同調的な関係を「表面的関係」としている。齊藤・藤井（2009）は、大学生を対象にした調査で、他者からの拒否を回避したり怖れたりする心性が、この同調的な「表面的関係」を促進することを明らかにしている。もちろんこの「表面的関係」は、年齢を追うごとに広がっていく社会的関係のなかで、自分を周囲に適応させていくスキルとして重要であることは言うまでもない。だから「内面的関係」が「表面的関係」よりも優れて成熟した関係であると拙速に言えるものではなく、この両面的関係を状況に応じてうまく使い分けるのがより現代的なコミュニケーション能力と言えるのかもしれない。

今の若者にとって自分の持つ「キャラ」は重要である。「キャラ」とは「キャラクター」の略語であるが、本来「キャラクター」が持つ性格という意味とはやや異なる。「キャラ」とは、必ずしもそのひとの本質的な性格と一致しているわけではなく、そのときに自分が振る舞うべき「役割」といった程度の意味しか持たない。いっしょにいる周りのひとたちによって「キャラ」を使い分けるのである。その「キャラ」があることで、自分の「居場所」を確認することができ、いわば自分の存在が周囲に認められることを意味すると言ってよい。だから芸能人がテレビ番組などと言うのと同じように、ごく普通のわれわれの日常でも「キャラ」が定まらなかつたり、「キャラ」がかぶることは避けなければならないことなのである。それがかえって、表層的なと

ころだけを共有することで人間関係が上滑りしていく印象を持たせ、人間関係が希薄化したと指摘される部分ではないかと考える。

日ごろから臨床の場でのカウンセリングやごく普通の大学生とのかかわりを経験する筆者は、きわめて日常的な対人場面で、彼らはこの「表面的関係」を常に意識して生活しているのではないかと推測している。意見を戦わせるのが当然のはずの議論の場では、真っ向からは“反論”せず“質問”という形をとって、違いを匂わす程度で早々に引き下がり、プライベートな場面で食事内容を決める時でも、「すごくお腹減ってるわけではないけどガッツリ系でもいけるよ」と相手の選択の幅を狭めないようにして結論をもう一度相手にゆだねる。

協調しておきたいのは、今の若者や大学生が「内面的関係」を持ちえないと言っているのではない。むしろこの「内面的関係」を求めているように見える。しかし身近な友達にそのつながりを求めて、もし拒否されてしまったらどうしようという不安が強いため、自分からわざわざ「恥ずかしい」思いをするような内面の告白をするのを避けて、結果表面的な付き合いに留めておくというを選んでいようだ。対人関係のなかで自分が傷つくのを避けるだけでなく、相手を傷つけることも避けなければならない。彼らは特に同世代の友人関係のなかで、相手へのやさしさや思いやりをことさら大切にするが、彼らが示す「やさしさ」も特徴的である。それは、相手の気持ちを汲んで寄り添う「やさしさ」

よりも、相手の気持ちにむやみに立ち入らない「やさしさ」なのである。どちらかという相手を楽しませることよりも、相手を傷つけない気遣いが重視されているようである。

### 2-3. 養育者によって与えられる承認

イギリスの児童精神科医のウィニコット(1989)の言葉にこのようなものがある。「There is no such thing as a baby. A baby is always a part of someone, the mother.」ひとりの赤ん坊というものはいない。赤ちゃんはいつもお母さんか誰かの一部である、というのである。ひとの赤ちゃんは、誰かに世話されなければ生きられない。乳児はお腹が減ったときはミルクを与えられ、排泄したときはオムツを変えてもらい清潔にしてもらわなければならない。乳児は不快な状態を多くの場合泣くという行為を通して周囲にメッセージを送る。それを受け取った養育者は、その乳児に近づき、どういった種類のメッセージであったかを推し測り、応答しようとする。

ボウルビィ(1967)は、養育者との間に生まれる情緒的なつながりを「愛着(アタッチメント)」と呼び、恐れや不安を抱くと、親などに接近を求めて安全感・安心感を得る「愛着行動」を示すとした。ひとの赤ちゃんは、このような他者との接近や接触を求める生物学的傾向を生得的に持って生まれ、その特別な他者との相互作用を通して「愛着」が形成されると考えた。生後1年くらいまでの乳児にとって、自分が何らかの方法でヘルプのメッセージを出せば、誰かが自分を助けてく

れるというこの経験は、とても大切なものとなる。そしてこれがその後の人間関係での信頼感の基礎となるのである。エリクソン(1989)は、有名な自身のライフサイクル論のなかで、生後1年くらいの乳児期に経験すべき心理・発達課題として「基本的信頼 vs. 基本的不信」を挙げている。こうした養育者との相互関係のなかで、自分の要求や要望に適度に応答されることで信頼感が培われ、自分という存在が他者に認められたという感覚が生まれるのである。

そしてこの重要な他者(多くの場合は親であり母親であるが)から承認されることで自己愛が築かれる。ここで自己愛について注釈しておかなければならない。一般に「自己愛」というと、よく似た言葉で「ナルシスト」が使われているように、自分のことが大好きで自己陶酔的なひとを指すことが多いであろう。これにはプライドが高く、自慢話ばかりするようなぬぼれが強いというイメージがあるので、日常で「自己愛」という言葉を使うときは否定的なニュアンスが強い。しかし、元来自己愛という言葉は、精神分析の用語として生まれたもので、その後も臨床心理学などの分野では、自己愛は健全でむしろ人間にとって欠くことのできないものとして認識され、研究もすすめられてきた。もちろん健康的なものだけでなく、その病理的な側面があるのは事実であるが、それは次項で述べる。

あたりまえのことであるが、誰も自己愛は存在するし、誰かに褒められたいと思うことはある。周囲から認められたらうれしく感

じるのもごく自然なことである。そのことで自己愛が満たされるのである。またそれを求めることで、がんばることができたり、成長できたりすることもある。逆に自分の存在が認められないような経験をすれば自己愛が傷つく。コフトという自己心理学者は、自己愛は克服するものではなく、自己愛は成熟するものである、と考えていた。また斎藤環(2013)も「承認」が自己愛の成立要件であることに触れ、他人(母親)からの承認なくして自己を承認することは難しいことを述べている。承認とはあくまで相互承認を基本にしているというのである。

卑近な例で赤ちゃんや子供のおねだりを考えてみよう。ねだる(=求める)者が、本当に求めるものは、その相手が自分の求めていることをまるごと察してくれることなのである。赤ちゃんのお腹が空いたときの泣き声は、その母親にとっては「ミルクを飲まして! おっぱいをちょうだい!」という言葉として受け止められる。その赤ちゃんにまったく何の関心も持たない他人にとっては、うるさい雑音として受け止められるかもしれない。このときこの母親は、まさしくわが子の思いを受け止め、存在を承認したことに他ならない。そしてこの承認が、子供の願望を満たし、本来的な欲求の満足につながるであろう。このような「他者から承認される欲求」は、われわれ人間の根源的な欲求である。言い換えれば、重要な他者(=母親)が自分の存在を求めてほしいという欲望のことである。

### 3. 承認の病理的側面

#### 3-1. 虐待による影響

虐待は言うまでもなく今の日本の大きな社会問題である。近年の虐待は高齢者虐待や障害者虐待なども含まれており問題視されているが、今回は子供虐待だけを対象として論じたい。厚生労働省「社会福祉行政業務報告」（平成27年度版）によれば、「虐待に関する相談対応件数」が年々ものすごい勢いで増え続け、2015年にはじめて10万件を超え、この傾向はしばらく続くことはまちがいない。わずか5年前と比較しても2倍近くに急増している。この報告件数が実態をそのまま表した数字だとは考えにくく、実際の件数はこれよりも多いであろうと推測され、事態はきわめて深刻でこれから楽観的に改善していくことはほぼ期待できない。

乳幼児期の養育者による子供虐待は、ありとあらゆる悪い影響があると言って言い過ぎではないが、前項で述べた子供にとって最も重要な養育者によって与えられるはずの「承認」が得られないことの影響はきわめて大きい。子供は他者への信頼感を多くの場合親との関係において知る。先にボウルビイの愛着理論について述べたように、ひとの赤ちゃんは特に不安や恐怖など危機を感じたときに、親との接触を強く求める。

例えば5歳の子供が家で遊んでいたときに転んで頭を打ったとしよう。もしくは夜中目が覚めたときに隣に誰もいなくて真っ暗なかでこわい思いをした。こんなときその子供は泣きながら母親の居場所を探して駆け寄る

だろう。これは痛みや恐怖など不快な感情がわき起こり、それが母親に近づくという愛着行動へとつながったと考えるのである。そして親に抱っこされながら、「痛かったね」とか「お母さんがいなくて怖かったのね」などと身体と心の痛みを適切になぞってくれる。そうすると不快だった感情から徐々に安心感や安全感を取り戻すことができるようになる。このように愛着行動の基本的な機能は、子供が情緒的に不安定なときに安定的なものへと回復させることである。

では、子供が虐待のような養育環境に置かれた場合どうなるであろうか。ケガをして親に駆け寄ったところで、「うるさい」と言って殴られる。夜中に目覚めて母親を探したところで、子供を置いて遊びに出かけているので母親は家にはいない。父親にいたってはそもそもいないか、ほとんど家に寄り付かない。彼らにとって、他のひとに助けを求めるという行為がほとんど意味を持たなくなってしまふ。虐待を受けた子供が、他人との適切な愛着関係を作れないのは、ある意味当然のことだと言える。

子供は親との愛着関係がしっかりしているから、親から離れて自立への道を歩めるのである。親をいわば「安全基地」にして、困ったときにはいつでもその基地で安全を確保しつつ、外の世界へ冒険できるのである。これは乳児のときだけに限らず、青年期のいわゆる子離れ・親離れが課題になるころも基本的には同じである。この「安全基地」のような基盤がない子供（もしくはないまま育ったひ



と)は、いつまでも「親からの承認」を求め続けて親から心理的に離れられない状態に陥る。

虐待を受けて育った子供は、親の虐待行為の原因を自分にあるのだと認知する傾向がある(西澤, 2010)ことはよく知られたことである。「お父さんが僕をたたくのは自分が悪い子だからだ」と考えていることが多い。だから自分は罰を受けている。つまり「自分が良い子だったら、お父さんは僕をたたかない」という考えが自然に伴う。子供が自分の存在を親に受け入れてもらえないと感じたとき、子供は普通親に「愛される条件」を探すだろう。親の自分への期待を汲み取り、その親の期待に応えようと必死に努力する。しかし、これは虐待のような極端な例でなくても、比較的普通の養育環境にある子供でも同じであることは忘れてはならない。親に認められたいと思って、期待に沿う生き方をするので、いつの間にかそれが自分が求めてやっているのか、それとも他人が自分にそれを求めているからやっているのかわからなくなることがある。

### 3-2. 摂食障害における承認への渴望

「愛される条件」に生き方を縛られるひとたちがいる。それは摂食障害に苦しむひとたちである。彼らのほとんどは「私のことを認めてほしい」と心のなかでずっと叫んでいる。ICD-10に従うならば、摂食障害は大きく2種類に分類される。ひとつは神経性無食欲症、いわゆる拒食症である。もうひとつは神経性

過食症である。このふたつの病気(拒食症と過食症)は、正反対の特徴を持っている異なった病気のように誤解されていることもあるが、本質的にはほぼ同じような病態で、実際の患者は経過のなかで、拒食症と過食症を繰り返す場合が非常に多い。本稿では便宜上両者を厳密に区別せずに論を進める。

摂食障害は、極端な食制限をしたり、不適切な方法(例えば嘔吐や下剤乱用など)で体重をコントロールする病気である。若年層10代~20代の女性に頻発する。そして①やせについての過度なこだわりを持つ「やせ願望」、②体重増加に対する強い恐怖を抱く「肥満恐怖」、③自分の体型に対してゆがんだ捉え方をする「ボディ・イメージの障害」を主な特徴とする。

今回はボディ・イメージの障害について深く掘り下げてみたい。ボディ・イメージとは自分の身体の大きさや形について思い描いた心像、あるいは視覚的イメージのことである。それが実際とかけ離れた場合にはボディ・イメージの障害とされる。拒食症の患者は、普通一般的なひとから見ればやせているのに、本人はかたくなに「太っている」と訴える。具体的に尋ねると「脚が太い」「お尻に肉がつきすぎている」などと言うのである。実際には骨が浮いて見えているほどやせているにもかかわらずそうなのである。

拒食症のレベルではないにしても、思春期・青年期のころ、体型を極端に気にする女性が多い。友達Aに「Bちゃん、すごくやせてるよね」と言われ、「そんなことないよ、

あごの肉すごいし、太ももなんてすごいデブ」とまじめな顔で答えて、その友達Aに不快な思いをさせる。女性であればそんな場面に遭遇したことがあるひとは少なくないだろう。友達Aにしてみれば明らかに自分よりやせているBに、自分の目の前で「私（B）は太っている」と言われるのである。Aからすれば「嫌味で言ってるの？」と腹を立ててもおかしくないだろう。しかしB自身は意外に神妙なのである。

それも含めてボディ・イメージが歪んでいる、つまり自分の体型について正しく認知できない、評価できていない、と言えばその通りである。しかし、拒食症患者の「脚が太い」や「お尻の肉がつきすぎている」にしても、Bの「太ももがデブ」にしても、何を基準にして太いのが問題なのである。実際のところ、「（他のひとに比べて私は）脚が太い」わけでも、「（Bに比べて私は）太ももがデブ」だと言っているわけではないのであろう。おそらく彼女たちの基準ははっきりしたものとして存在するわけでも、「こうなればOK」というような客観的な基準があるわけではない。おそらく自分の主観のなかにしかないものである。いや、厳密に言えば、自分のなかにもないのかもしれない。そもそも「これでいい」という基準がない。拒食症患者と普通のひとのダイエットを比較してみよう。普通のひとのダイエットは、例えば目標が49kgであれば、もし自分の体重が49kgになったなら、ダイエットは「これでいい」となる。一方拒食症の場合は、目標体重に到達しても

「これでいい」とはならない。どこまでいっても「認められる基準に達していない」と考えてしまい際限がない。

拒食症患者の心理的特徴として、自尊心や自己評価が低く、完璧主義で、他者からの評価に敏感というのはよく知られている。他者からの「良い評価」がないと自分を保てられない。誰もがひとからよく思われたい、評価されたいと思うものであるが、彼女たちのその渴望感はやはり人並外れたものであると言わざるをえない。「やせていて美しい」という他者からの評価を求めているのは確かなのであるが、いくら周りからそう言われても「これでいい」とはならず、「もっと褒めてもらいたい、もっと見てほしい」という気持ちを抑えることができず、折り合いがつけられない。承認の基準が明確にはならない分、その渴望感も限りがないと言えるのである。

### 3-3. アダルトチルドレン

アダルトチルドレンの概念は、1970年代にアメリカの社会福祉の分野から生まれた。当初はアルコール依存症の親に育てられて成人したひと（adult children of alcoholics : ACOA）のことを指していた（ウォイティッツ，1997）。このころから、彼らが大人になったときに特異的な「生きづらさ」を抱えていることが明らかになってきた。アルコール依存症患者にはさまざまな離脱症状があるが、精神的に不安定になりがちでよくイライラして怒りっぽくなる。些細なことで不機嫌になり、酩酊状態で周りに当たり散らして暴力を振る

うことも珍しくない。そのような親を持った子供は、親を怒らせないように家の中で常に気を遣っている。幼い頃からずっと親の機嫌をうかがいながら育ってきたので、そのような思考パターンや行動傾向が大人になっても持続することが多い。どうすれば家庭内でいざこざが起こらず、みんながおだやかでいられるか。それが彼らの行動規範であり、そのために自分を犠牲にする。こうしてアダルトチルドレン（AC）は、対人関係のなかでも過剰に周囲に合わせてしまう特徴を持つことになる。過去の不適切な養育経験によって、大人になった現在の生活にまで支障をきたすのである。

その後、ACの概念は、アルコール依存症の家庭に限らず、安心感を持って子供が育つ環境が整っていない「機能不全家庭」で育って成人したひと（adult children of dysfunctional families : ACOD）へと広がっていった。ただし、アダルトチルドレン（AC）は正式な疾患名ではなく、当事者が自己理解するための考え方であり、呼び名であると捉えるべきであることがよく言われる。

ACとされるひとたちはある程度共通した心理的な特徴を持っている。自己評価が低い、感情表出が苦手もしくは感情に無関心、自己主張が苦手、自責感が強い、過度な周囲への同調、他者からの承認が必要などである。ACのひとたちのなかには、周囲からの期待を取り込みつつ、持ち前の努力を発揮して、成果をあげているひともある。しかし、彼らは人間関係のことでつまづくことが多い。比

較的浅い表面的な関係である場合には、周りの雰囲気を見ながら、同調していくことで乗り切れる。ところがそれがもっと踏み込んだ親密な関係になってくると、途端に戸惑うのである。

彼らの子供時代は往々にして「いい子」である。「いい子」「いいひと」である私を見てもらえている間は問題ないのであるが、深い関係になればお互い相手の良いところばかりを見ていられるわけではない。ACのひとたちは、隠してきた本当の自分を相手に見せると嫌われるのではないか、拒否されるのではないかという不安を常に抱いている。「ありのままの自分」がばれて見捨てられることを怖れるために、親密な関係を築いたり、それを維持することがとても難しくなる。

さまざまに問題を抱えた情緒的に不安定な父親と、その問題をなんとかしようと思死になっている母親（この役割が子供本人である場合も多い）の間で、幼い頃から自分も母親の手助けをしよう、もしくは自分くらいは母親の手を煩わせないようにしようとする。懸命に親の期待を裏切らないようにする。親から愛されることを求めて、親が自分に求めているものは何かと懸命に考えて、そして自分をそれに合わせようとする。つまり、機能不全家庭にある子供は、自分が望むようではなく、周囲のひとの求めに応じて「受け入れてもらえる自分」を作り上げる。「ありのままの自分」では、周りから受け入れてもらえずに見捨てられてしまう。だから「ありのまま」は誰からも見られないところに隠して、

自分の心が傷つかないように守っているのである。なかなかひととの距離を縮められない彼らだが、ひとたび誰かと親密になると、それが同姓異性にかかわらず、しがみつくような依存関係になってしまうことも少なくない。見捨てられたくない気持ちに加えて、自信のない自分に頼ってくれることに自分の存在意義を見出すことでその関係を手放せなくなる。頼られることに頼ってしまう「共依存」の関係に陥る。「共依存」はアルコール依存症の夫とそれを献身的に支える妻という関係から生まれた概念であるが、その共依存関係をこのようにして子供へ受け継がれる。依存するほど密着した関係か、無関係かというの両極端な距離をとることが多く不安定な対人関係になりがちなのである。

### 3-4. 条件付きの愛情と承認の病理

虐待と摂食障害、そしてアダルトチルドレンについて、「承認」という視点から、自分は重要な他者（多くの場合は親などの養育者）から認められているという感覚がいかに大切なものかを述べてきた。あらゆる人間関係の出発点になる親子関係で自分は愛される価値のある人間であるということを知ることが、その後の対人関係に大きな影響を与える。上の3つの例では、それがさまざまな形で不具合をおこしていると言える。

斎藤学（2000）は、「条件付きの愛」という言葉を使いながら、子供の人生に侵入し続ける親の態度について述べている。子供に対する愛情を完全に放棄するのではなく、「そ

れなりの条件を満たせば愛情を与えてもいいよ」というメッセージを与え続けるのである。その条件は実にさまざまである。「毎日ピアノのおけいこができれば」「有名中学に合格すれば」などのように比較的基準が明確なものから、「素直に親の言うことを聞く子であれば」「親の機嫌を損ねなければ」のようなあいまいなものまで、家庭によって状況によってその幅は広い。親が子供に期待するのはごく自然なことではあろうが、多くの親がそうであるように、どの程度であれば、それが行き過ぎたものであるかどうかを判断するのは難しい。しかし時としてその期待が子供にとって「最低限クリアしなければならないハードル」のように受け止められることもある。

この「条件付きの愛」は、とても矛盾をはらんだ愛情なのである。「〇〇であれば、愛してあげるよ」という期待に、果たして子供は本当に応えることができるものなのか。先ほど挙げたように基準が明確な「最難関中学への合格」だとして、その志望校に合格すれば、親の愛情を100%勝ち取ることができて、愛情をめぐる戦いはそこで終わるのか。答えはNOである。終わらないことは容易に想像がつく。もちろん目標を達成したときに親はともに喜んでくれるだろう。しかし実際のところは、結果が合格であろうと不合格であろうと、次なる「条件」をまた親子で探すことになるだけなのである。「条件付きの愛」とはそれ自体が常に矛盾した意味を含んでおり、つまるところ永遠に満たすことができない愛

情のことである。そして子供は親の期待を探りながら、この条件を満たさなければ「愛されなくなってしまう」「見捨てられてしまう」「存在価値のない人間になってしまう」と自分を縛りつけることになる。これは子供時代だけではなく、大人になってもこの傾向を持ち続けて「誰もが知る有名な企業に就職すること」を求めたり、「周囲のひとたちにとって最も役に立つ人間になること」を求める場合もある。

崔 (2016) は、自己承認の病理として、「存在の無条件性の欠如」「条件付き自己承認」「嗜癖的自己承認」の3つをあげている。ここで言う「条件付きの自己承認」とは、基本的信頼感に乏しく、自分の存在についての無条件の安心感がないために、「母の役に立つことができたなら」などの条件を求めて、それに沿うことで自分を承認することを指している。さらに、子供に「承認を与える」という本来は親が担うはずであった役割を子供である自分自身が背負うことになってしまうことを指摘している。このような母親の役に立つことを自分の存在の支えにしている子供の役割を『白雪姫』の話に出てくる女王の鏡に例えながら説明している。

白雪姫の母である女王は魔法の鏡を持っている。女王はその鏡の前で毎日「鏡よ、鏡よ、鏡さん、世界で一番美しいのはだあれ？」と尋ねる。するとその鏡はいつも決まって「それは女王様、あなたです」と答え、女王の美しい姿を映し出す。あるとき白雪姫が美しい姫に成長したときに、女王がいつものように

鏡に向かって「世界で一番美しいのはだあれ？」と聞くと、そこにはいつもの自分ではなく白雪姫が映し出され、「それは白雪姫です」という答えが返ってくる。怒り狂った女王は、白雪姫を殺すように命じるのである。

もちろんこれは、子供が文字通り「お母さんの美しさを称える」という意味ではなく、母親との関係のなかで、常に自らを犠牲にして本来の自分の姿を消しつつ、母親の前では母親が求めている仮の自分の姿を見せているということである。ここで注目すべきは、女王の鏡がそうであったように、母親が望んでいる姿を見せることで「子供が母親を承認してあげている」ということである。そして同時に、母親が望んでいる姿を見せられれば、「自分が母親に承認してもらえている」と感じられるのである。これがその子供の「愛される条件」なのである。果たして子供はいつになれば「これがわたしです」と自分のありのままの姿を、親の前で見せることができるのであろうか。女王が怒り狂ったことからわかるように、実際のところ「条件付きの愛情」は、「期待を裏切れば愛情を失ってしまうという不安」を掻き立てるので、ここから逃れるのは並大抵なことではない。このようにして、いつも周囲の期待に応え続けなければならぬという、女王の鏡役を引き受けることを処世術にして、社会のなかでの自分の居場所を見つけていくしかなくなることもある。

## 4. 現代における「承認」の特徴

### 4-1. 承認欲求の広がり

一部の研究者だけが使うような専門用語としてではなく、一般的な言葉になりつつある現代の「承認欲求」を考える上で、SNSを代表とするソーシャル・メディアの発展を抜きにすることはできない。井上(2012)は、「インターネットは、人々―特に若者―の承認先を拡散させ、いつまでも人に『自分は誰かに承認されている』』と思わせる側面があることを指摘している。ツイッターでみんなに注目されるような“ツイート(つぶやき)”ができれば、みるみるうちにそれが拡散され、極端に言えば世界中のひとが私の発言を見てくれる。きれいでおしゃれな写真を撮ってインスタグラムにあげれば、たくさんの“いいね”がもらえる。このようにして誰もが多くの承認をもらえる可能性が格段に広がった。以前であれば、一部の有名人や芸能人しか持ちえなかった発信力を、ごく普通の一般のひとが持てるようになった。このように、誰からも承認が得られる可能性と同時に、誰からも承認が得たいという欲望を持つことになったのである。

SNSもインターネットもないような時代に大人になったひとにとって、自分を認めてほしいと思う相手(他者)は、まず親であり家族、そして身近な友達であった。そして生活の中心が学校や社会に移ったときには、先生であり上司であった。それで十分であっただろうし、それが限界であった。ある種のあきらめを持つことで自分との折り合いをつけ

ることができたのである。しかし今はその限界が取り払われた。無限に広がったと言って過言ではない。SNSはそれなりのスキルとノウハウがあれば、比較的簡単に多くのひとたちからの承認を得ることができる。「あきらめなければあなたでも無限の承認を得られるかもしれないよ」と言われているようである。

### 4-2. 現代の親子関係の「条件付きの承認」

心理臨床家として筆者は、今の若い世代10代~20代のひとたちの承認欲求の強さというより、あからさまに承認を求めるひとの多さに戸惑っていた。先に触れたが、承認を求めすぎる病的な背景には、トラウマと呼ばれるような外傷的な経験や育ちが何かしら関係している。しかし、今の若い人たちのこんな多くの家族が機能不全を抱えているなどとは考えにくい。たしかに機能不全家庭というのは、世間体を気にする傾向があるので、外からはわかりにくいものであるのが、それにしても収支が合わない。やはり多くの家庭は特段の機能不全を抱えているのではないごく普通の家庭であろう。つまり親や家族からは適度に愛情を与えられ、適度に認めてもらえている感覚があると考えるのが自然ではないか。

一方で重要なことは、現代のごく普通の健康的な親子関係においても、先の「条件付きの愛情」がある程度作動してしまっているのではないかと思うのである。今の親は子供に期待していることを暗に遠回しな行動と態度

で示すものである。親が露骨な表現で「○○ができれば愛してあげる、認めてあげる」などと言うことはまずない。子供は親の意図を察するだけである。「○○ができれば認めてくれるだろう」と。それでは、もしその条件を満たすことができなければ、実際のところどうなるのだろうか。怖れていた「親からの愛情や承認を失う」ということが起きるのだろうか。先にも述べたように、今の普通の親子関係では、ひとつの条件をクリアできなくても、それをとがめることなく、「大丈夫よ、また次の機会ががんばればいいじゃない？」とさらなる条件を作りながら、勇気づけてくれる。今の親はやさしいので子供が失敗してもむやみに怒ったりはしない。むしろ、子供とともに悲しんでくれるのである。落ち込んでくれるのである。それゆえ子供はまた親を悲しませないように「条件」を作動させる。つまり、子供はある種の矛盾したメッセージを受けとることになる。おそらくどんなことがあっても、親は自分を見捨てるようなことはしない。けれども条件を満たさなければ失望させてしまう。それは避けなければならない。まるで「無条件の承認」と「条件付きの承認」の両方を与えられているかのようである。

#### 4-3. 承認条件があいまいな「リアルな社会」

斎藤環（2013）は、かつての社会はある程度客観的な承認の基準が存在していたのだという。能力や成績、経済力、親の地位や家柄などである。しかし今ではそのような基準は

あまり重要な意味を持たない。多様性のある社会が健全であり、狭い価値観に立脚するのは忌避される。「こうでなければならない」ことはなく、「こうでもいいし、こうでなくてもいい」のである。前項で述べたように、親の承認に支えられつつ、親に承認の条件を与えられてきたひとたちは、たとえその条件をクリアできないにしても、とりあえずその条件に向かって進んでいけば、あきらめずになんばっている姿を見せていけば、親から否定されることはないし、それで自分も安心してきていた。ところが逆にそういった条件が与えられず、その条件すら「自分で決めていいんだよ」と言われると途端に動けなくなり止まってしまう。かつては確固たる基準に縛られすぎて自由を求めたものであるが、いまではあいまいな基準に戸惑い、自由であることに不安を覚えるようになっていないのか。

今の若いひとたちに対するよくある批判に「指示待ちで自分から動こうとしない」というものがある。そのことで年長者からは「やる気がない」と思われがちである。彼らはやる気がないのではない。基準や正解があいまいであるために、そこからはみ出したり、ずれてしまうことが怖くて動けないのだ。もしくは指示にないことをしてはいけないのではないかと考えているように思われる。また今の大学生が就職活動をするときによく困ることのひとつは、「自分がどんな仕事がしたいのかわからない」ことである。他者（例えば親）にやるべきことをゆだねて安心してきた

ひとにとって、他者が求めているものではなく、自分が求めているものを見つけるのはきわめて難しいものである。大学生が社会で働くのを嫌がる、怖がるのも無理はない。「リアルな社会」では、彼らが今まで安心の基盤にしてきた承認条件があいまいなのである。そればかりか自分でそれを作り出せと言われる。

まだ仕事を持たない若者にとってもっと「リアルな社会」はやはり身近な友人関係であろう。ただやはりこの友人関係においても、自分が周りの友達から認められる基準を見極めることは簡単ではない。「2-2. 賞賛獲得欲求・拒否回避欲求」で述べたが、彼らは周りに合わせて「キャラ」を使い分けることで居場所を確保しようとする。「しようとする」のであって「している」かどうかは別問題である。ここに確かに自分の居場所があるということを確認することも簡単ではないのだ。しかし友達から認識される「〇〇キャラ」というものは、「〇〇というキャラ」でいる限りは、私はここに居てもいいという指標でもある。ある種の安心感を与えてくれる一方で、ときにそれが自分を縛ることがあって窮屈さや疲れを感じることもある。

それに状況やそのときのメンバーによって「キャラ」を変えるのであるから、それはまさしくそのときどきで承認の条件が違っていることを意味している。普段と違う一面を見せようものなら、友人から「〇〇って、そんなキャラだっけ？」と笑いのタネにされる。やはりここでも自分ではなく他人が決めた

「キャラ」からはみ出してしまうことを避けざるをえなくなる。そしてさらにこの「キャラ」というものが、「本来の自分はこういうもの」だという自己認識と一致しないことがあるために、本来的な「無条件の承認」を得ることがきわめて難しいものになってしまうのである。

#### 4-4. SNS と承認欲求

友人関係や職場などの一般社会で、自分は周囲のひとに認められているという感覚がなかなか持てないでいるひとにとって、SNS<sup>1)</sup>はとても魅力的なものに映ただろう。「リアルな社会」と SNS 上での承認のあり方ではずいぶん事情が異なるようである。「リアルな社会」では、自分が承認されているということを実感すること自体容易なことではなかった。しかし SNS ではそれが比較的明確でわかりやすい。単純な例をあげれば、ツイッターやインスタグラムであれば自分の投稿に対する「いいね」の数やフォロワー数、YouTube で動画を投稿するのであれば再生回数でみんなが自分に注目しているかを確認できる。特にフォロワー数が多く、たくさんのひとに大きな影響を持っているひとはツイッターやインスタグラマーなどと呼ばれ、SNS 上では相当に注目されているひとということになる。

芸能人や有名人は自分を PR するために「自撮り」<sup>2)</sup>を SNS にあげてセルフプロデュースするのであるが、ごく普通のひとも「自撮り」を投稿してうまくいけば注目を浴びるこ



とができる。そして2017年の流行語にもなった「インスタ映え」であるが、「インスタ映え」する写真を撮るためにはそのひとのセンスや情報力、行動力などが必要であり、そのひと個人の能力の評価につながるものと理解されている。またこれらの写真で自分の日常生活の充実ぶりをさりげなく披露することも可能である。「自撮り」ではいかにも自己顕示欲が強く“やり過ぎ”な感じを持たれることがあるので、それを避けたいひとにはこの「インスタ映え」は“ほど良い”自己開示なのであろう。「自撮り」をあげて「いいね」をもらう。「インスタ映え」写真をあげて「いいね」をもらう。これは自分の承認欲求を満たしてくれるものとして非常にわかりやすい。

そして特に重要なことは、「いいね」の機能は、『白雪姫』の女王の鏡が果たす役割と同じであるという点だ。とても直接的な形で「誰かがわたしを賞賛してくれている」という感覚が持てる。こうして多くのひとから肯定的な反応を受けとることで自己評価があがる。「“いいね”がいくつついたか」や「フォロワー数が何人になったか」など、承認の基準がこれほどわかりやすいものはない。

また「いいね」をもらうだけでなく、他のひとの投稿にも多くの「いいね」をする。心から「これはいい」と思って「いいね」するだけでなく、誰かに気を遣ったり、思いやりたりする結果「いいね」することもあるようだ。こうした傾向も女王の鏡と同じで、親の期待する姿を見せて、まるで「お母さんの言う通りだよ」と言わんばかりに「子供が親を

承認してあげる」行為とよく似ているように筆者には見える。そのことで「自分が親から承認してもらおう」ことが可能であったように、SNSもまた相互承認的な側面がある。

「条件付きの承認」に慣れている現代に生きる若者にとって、SNSで承認を得ることはさほど難しいことではないように思われる。それにこれは女王の鏡との違いであるが、SNSの鏡は無数に存在しているということである。女王の鏡にしても、母親からの承認にしても、それはたったひとつしかない。鏡が割れてしまえば終わりなのだ。しかしSNS上のつながりは無限である。誰かから承認されなくても、その他の誰かから承認されることができる。

ツイッターやインスタグラムの大きな特徴のひとつは、それほど難しいスキルを使わなくても「加工」ができることである。内面的にも外見的にも自分の嫌な部分を隠すことが比較的簡単にできる。徹底的に良いところだけを見せ続けることが可能であるし、あくまで横断的で刹那的な自己開示であるために、実際の人間関係では難しいような自己コントロールもある程度可能なのである。このこともSNSで自分の評価を維持しやすい要因のひとつであろう。SNSでは一般的に自分の意に沿わない相手を「ブロック」することができる。双方向的なコミュニケーションツールでありながら、自分からのメッセージも他人からのメッセージも比較的コントロールしやすい。このようにそもそもSNSは拒否回避的なツールであり、拒否的・否定的な反応

を確認しづらくなっている。賞賛されやすく、拒否されにくい、これをうまく利用することができれば、「無条件の承認」を得ているかのような幻想を持つことも可能なかもしれない。

今の若者たちの特徴として、他人に傷つけられないように、また他人を傷つけないように配慮しながら友人関係を維持しているということを先に指摘した。よく顔を合わせるようなリアルな友達関係では、「空気」を読んだり、「キャラ」を演じることで適度な距離を確保して、拒否したり、されたりすることがないように慎重な態度をとる必要がある。そのようなひとたちにとってツイッターは、とても都合の良い自己開示の場になっている。ツイッターは情報がどんどん流れていくフロー型の SNS であるために、個人的な「ツイート（つぶやき）」に対して、それを見ているひとが必ずしも反応しなくても差し支えないからである。内容的には自分の友人に向けて発したメッセージであるのだが、それは特定の誰かに向けたものではなく、別に誰かが反応してもしなくてもどちらでもよいという変則的な自己開示が成り立つのである。たとえ友達の「ツイート」を見たとしても、それが反応しにくいものであれば、見なかったふりができる。しかしリアルな友人関係ではそうはいかない。「個人的で内面的な話をしたら“重い”と感じさせてしまうんじゃないか」とか、「相手を困らせて気を遣わせてしまうんじゃないか」と心配しなければならない。それに比べてツイッターは、相手を不特

定かつ多数にすることでその不安を下げることができるのである。つまり反応を返してくれるひとは、私の告白に負担を感じず、面倒だと思わないひとだけであり、私は私を承認してくれるひとだけに語りかけているのだという体裁をとることが可能になる。

## 5. おわりに

現代に生きるわれわれにとって、SNS での「承認」とリアルな社会での「承認」との落差は大きい。実際の間人関係においては、他人に褒められたい気持ちがあっても、ありのままに自分を表現することで浮いてしまうのではないか、拒否されてしまうのではないかと心配したり、本当の自分を見せることで相手を失望させるのではないか、そんなことをして恥をかいてしまうのではないかという思いから逃れることはできない。何かしらの基準がなければ他人から承認されている実感を持ちにくいのだ。それに比べて、SNS ではそれが確認しやすいうえに、無限に承認を受けることができるのではないかという期待を持たせてくれる。これはひとを成長させる動機にもなるが、反面常に誰かに設定された承認の条件に向かって動き続けなければならないという意味でもある。しかし承認の根拠があいまいなまま「ありのまま」を受け入れてもらうよりも、与えられた明確な条件のもと、それを追いかけていけばよいという安心感の方を今のひとは選んだのではないか。見方を変えれば、ひとから認められる存在になりたいというより、ひとから認め続けてもら

れる存在になることを求めているようにも見える。

#### 〈注〉

- 1) Twitter は SNS ではないという意見もあるが、一般的な大学生にとって SNS と言えば、Twitter や Instagram、You Tube など指すことが多いため、本稿でもこれらを対象としている。
- 2) 携帯電話やスマートフォンのカメラ機能を使って自分の写真を撮ること。

#### 〈引用文献〉

- ボウルビィ, J. 1967, 黒田実郎訳『乳幼児の精神衛生』岩崎学術出版社
- 崔炯仁, 2016, 『メンタライゼーションでガイドする外傷的育ちの克服 〈心を見わたす心〉と〈自我境界〉の感覚をはぐくむアプローチ』星和書店
- エリクソン, E. H. 1989, 村瀬孝雄・近藤邦夫訳『ライフサイクル, その完結』みすず書房
- 池村努, 2014, 若者の SNS 利用傾向と問題点に対する対策の提案』『北陸学院大学・北陸学院大学短期大学部研究紀要』7: 281-288.
- 井上みゆき, 2012, 「若者の承認欲求の拡散とその心性の背景にあるもの」『島根大学教育学部心理臨床・教育相談室紀要』7: 117-126.
- 小島弥生, 太田恵子, 菅原健介, 2003, 「賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度の試み」『性格心理学研究』11(2): 86-98.
- 厚生労働省, 2015, 「社会福祉行政業務報告」  
〈[http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/gyousei/15/dl/kekka\\_gaiyo.pdf](http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/gyousei/15/dl/kekka_gaiyo.pdf)〉( [http://www.soumu.go.jp/main\\_content/000492877.pdf](http://www.soumu.go.jp/main_content/000492877.pdf) ) (2017年12月2日閲覧)
- マズロー, A. H. 1987, 小口忠彦訳『人間性の心理学—モチベーションとパーソナリティ』産能大出版部
- 西澤哲, 2010, 『子ども虐待』講談社現代新書
- 岡田努, 1999, 「現代大学生の認知された友人関係と自己認識の関連について」『教育心理学研究』47: 432-439.
- 齊藤茉莉絵, 藤井恭子, 2009, 「『内面的関係』と『表面的関係』の2側面による現代青年の友人関係の類型的特徴—賞賛獲得欲求・拒否回避欲求および充実感からの検討—」『愛知教育大学研究報告』58: 133-139.
- 斎藤学, 2000, 『「家族」という名の孤独』講談社 + a 文庫
- 斎藤環, 2013, 『承認をめぐる病』日本評論社
- 総務省情報通信政策研究所, 2017, 「平成28年情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査報告書」〈[http://www.soumu.go.jp/main\\_content/000492877.pdf](http://www.soumu.go.jp/main_content/000492877.pdf)〉(2017年12月2日閲覧)
- 菅原健介, 2004, 「ひとはなぜ他人の目が気になるのか?」, 菅原健介編『ひとの目に映る自己「印象管理」の心理学入門』金子書房, 1-23.
- ウニコット, D. W. 1989, 北山修監訳『小児医学から精神分析へ—ウニコット臨床論文集—』岩崎学術出版社
- ウォイティッツ, J. G. 1997, 齊藤学監訳『アダルト・チルドレン—アルコール問題家族で育った子供たち—』金剛出版
- World Health Organization, 1992, 『The ICD-10 Classification of Mental and Behavioural Disorders. Clinical Discriptions and Diagnostic Guidelines.』, 融道男, 中根允文, 小見山実監訳, 1993, 『ICD-10 精神および行動の障害. 臨床記述と診断ガイドライン』医学書院

# **Psychological considerations on the need for approval**

## **— The connections between contemporary youth and SNS services —**

MASAKI Daiki

〈Abstract〉

The purpose of this paper is to overview the transition of the concept of the need of approval from the psychological point of view and to discuss the need for approval in young people in the light to the situation with human relations and society, especially with regard to SNS.

In the field of psychology, the need for approval is well known as one of the stages of Maslow's hierarchy of needs. In addition, the need for approval is studied from two aspects, the praise seeking need and the rejection avoidance need. It was understood that contemporary youth maintain friendships while paying attention to circumstances surrounding them so as not to hurt others or be hurt by them.

Nurturing the sense that children are approved of by their parents in their parent-child relationships also affects subsequent human relations. The pathological aspect of that not working out well has been pointed out. The psychological feature common to such pathology is the "approval with conditions". This is not such form of parental approval of children as "loving them the way they are", but the "if you can do ..., then I will love you" form of approval.

Contemporary parent-child relationships seem to be presenting "approval with conditions" while securing "unconditional approval". As a result, young people became worried whether they will be accepted if there is no condition for approval even in relationships with friends.

On the other hand, while SNS can easily satisfy the need of approval for young people who use them, it is possible to obtain infinite approval with them. Also, unlike in case with real human relationships, there is a peculiarity of SNS allowing for obtaining approval while minimizing the anxiety of being rejected by someone.

Keywords : the need for approval, SNS, human relationships in young people, approval with conditions