

# 劣等感の構造(1)

—予備的研究—

安塚俊行

The Structure of Inferiority Feeling (1)

—A Preliminary Study—

Toshiyuki YASUZUKA

## Abstract

The purpose of this paper is to clarify the structure of inferiority feeling which was advocated by Adler. Sixty-nine students of a nursing school were asked to write about their inferiority. Eleven cases were especially examined from a viewpoint of adolescent psychology. Most of the subjects are eighteen-year-old girls, and they are very sensitive to interpersonal relationship. Therefore, in comparison with others, they are easy to have inferiority feeling. Some of them feel inferiority because of the discrepancy between the ideal self and the real self. According to the analysis of the contents, four types of inferiority feeling are suggested: the feeling concerning her appearance, ability, families and friends, and her own personality. It would be interesting to examine the difference of sex, age, and character of subjects; in addition, it is a promising theme to measure the degree of inferiority feeling.

劣等感 (inferiority feeling) の有無, 種類, 程度は人生に大きな影響を及ぼすと考えられるのに, いわゆる実証的な研究は少ない。それは次の2つの理由による。

① 精神分析では無意識の心的過程を重視するが, これは科学的対象とはなりにくい性質のものである。劣等感および劣等コンプレックスを提唱したアドラーは, その精神分析学派の1人であった。

② 劣等感の種類, 程度を科学的に明らかにするよりも, 劣等感の功罪についての人生論の方が歓迎された (ナポレオンやヒトラーを思い浮かべよ)。

これを踏まえて本報告ではまずアドラーを中心とした二, 三の先行研究について検討し, 次に劣等感の構造を探るための手がかりとして看護学校生の作文を取り上げることとする。

## 理論的背景

### 1. アドラーの略歴

アドラー (Alfred Adler) は, 1870年2月7日オース

トリアのウィーン郊外に生まれた (この年フロイトは既に14歳であった)。6人の子どもの2番目であった彼はよく長兄と争ったが, 佝僂病や声門の痙攣に悩まされたり, 肺炎になったりという虚弱児でもあった。したがって学校へ入ってからスポーツは無器用で孤独な生活を送った。1895年ウィーン大学で医学の学位をとり, 1898年には眼科専門医として開業した。1902年フロイトの仲間に加わり, ウィーン精神分析学協会の仕事に携わった。しかし1911年フロイトの汎性欲説に反対して袂を分かち, 翌1912年にはそれまでの「自由精神分析協会」の名を改め, 「個人心理学協会」とした。1935年になるとナチの手を逃れてアメリカへ渡った。1937年旅行中のスコットランドで急逝, 67歳であった。なお主著としては

『器官劣等性に関する研究』(1907)

『神経症の性格』(1912)

『個人心理学の実際と理論』(1918)

『生活の科学』(1929)

などがある。

## 2. アドラーの理論

アドラーの理論は次の6つの key concepts にまとめることができる。

① 個人心理学——1912年発行の『神経症の性格』は、個人心理学の基礎を据えたものとして位置づけられる。この場合の「個人心理学」は彼独特の用語であって、「たった1つの分割できない個体としての人間、言え換えるならば統一体としての人間に関する新しい心理学的概念<sup>1)</sup>」を意味する。この用語によって彼は、「どんな生命表現も孤立して見られるものではなくて、いつも全パーソナリティと関連して見られねばならない」という立場を表明したのである。

② 生活様式——同一の刺激であっても、2人の人の反応が全く異なる場合があることを考えると、各人に特有の反応様式があることを認めないわけにはいかない。アドラーはそれを生活様式と呼び、誕生から4~5歳までの間に形成されると考えた。そしてこの幼児期に重要なのは出生順位（特に最年長、2番目、最年少の子の場合）と最初の記憶であるというのである。これは前述のアドラー自身の経歴を思い起こせば首肯できるものである。

③ 劣等コンプレックス——劣等コンプレックスとはアドラーによれば「人生の諸問題を解決できないこと」である。劣等感が深まるとついには心の中のしこりとして定着する。これが劣等コンプレックスであり、器官劣等性、甘やかしおよび無視の3つがその源泉である。『器官劣等性に関する研究』では、

1. 劣等器官とは、外界の要求に対して適切に反応しない器官である。
2. ある器官劣等性は、身体にも心にも影響を及ぼす。
3. それは精神的に有害な結果をもたらす神経性の病気を起こすことがある。しかしながら、それは補償されてすばらしい仕事をなしとげることもある<sup>2)</sup>。と述べている。その他、甘やかされた子、無視された子、嫌われた子、出生を望まれなかった子、醜い子も劣等コンプレックスにとらわれやすいという。

④ 社会的関心——アドラーは人生には解決すべき3つの大問題があるという。社会的関心、職業、恋愛と結婚がそれである。人間は本来社会的関心をもって生まれてくるのであり、集団の一員として行動することに満足を見出す。そうだとすれば「協同」することが必要であり、共感的態度を習得しなければならない。この社会的関心が未熟であったり、欠如するのが問題児、犯罪者、

神経症者、性倒錯者などである。

⑤ 優越コンプレックス——たいていの人は自らの劣等性が露顕するのを好まず、故意に尊大、高慢、支配的な態度をとることがある。これは優越コンプレックスの現れである。フロイトが性欲を重視したのに対して、アドラーは劣等感の補償作用としての「優越への欲求」を重視したのである。

⑥ 仮想目標——創造的な人間は将来の目標や理想に向かって現在の生活を営んでいるのであるから、「最終目標のみがその人の行動を説明し得る」とアドラーは考えた。したがって仮想目標はその人の生活様式と密接不可分の関係にある。

### 作文による分析

宮城は不安による劣等感、服従欲求による劣等感（卑下感）、気分による劣等感（劣等気分）、社会による劣等感（差別劣等感）の4種類を考えている<sup>3)</sup>。また関は、青年期の劣等感には身体的、社会的、知的、道徳的、性的なものがあるという<sup>4)</sup>。さらに彼は作文による劣等感の調査結果を引用し、小学生には身体的劣等感、家族に対する劣等感、学校に対する劣等感がみられると述べている<sup>5)</sup>。

本研究の目的は、アドラーを嚆矢とする「劣等感<sup>\*</sup>」を構造的に把握することである。そのためにはまず劣等感の種類を調べ、上述の先行研究と比較対照しなければならない。

方法——都内の看護専門学校1年生69名（いずれも女子、18歳—45名、19歳—21名、20歳以上—3名）に作文を課した。教示は次の通りである。

「私たちは、自分が他人より劣っているという感情すなわち劣等感を持つことがあります。あなたはどのような劣等感を持っていますか。あるいは持ったことがありますか。次の4点に注意して作文して下さい。なお時間は60分です。」

- ① いつ頃
- ② 何に対して
- ③ そのときの気持ち
- ④ 現在それに対してどう思っているか

板書

調査年月日——1981年6月22日

\* コンプレックスという語は本来無意識的なものを使用するのが望ましいこと、本稿では正常な青年が対象となっていることの2点から劣等コンプレックスではなく劣等感という語を採用した。

作文の分析方法——1人の被験者が複数の劣等感を記述する場合があるが、ここでは劣等感の種類が明らかになればよいので、字数の多い方のテーマで分類することにした。以下では典型的な事例について検討する。

#### 事例 1 肥っている

「私はスタイルにすごく劣等感を持っています。高校のときはそれですごく悩んで、食事を抜いたことまでありました。自分の肉をそぎとりたいたいなんて思うこともたびたびあります。」 (Y.F)

思春期の女子にとって容貌は大きなウェイトを占める。絶えず他人と比較し思い煩うのである。歯並び、鼻の形、色黒、傷跡、身長などその悩みは驚く程多い。

#### 事例 2 背が低い

「私は背が低い。それでも中学生の時は別にそんなに気にしなかった。でも高校生になると周りの人は皆背が高かったので、中学生と高校生の違いは背の高さなんだと思ったことがある。特に今の人達は皆背が高いのにどうして自分だけこんなに背が低いんだろう、とすごくみじめな気持ちになったことが何度もあった。」 (M.Y)

背の低いことを嘆く者は多いが、その逆に背が高いことで悩むケースもある。この方が女子の悩みとしては深刻である。それは次のような訴えからもうかがえる。

#### 事例 3 背が高い

「私はまず日本人の女子としては平均より背が高い。背の低い人にとってみれば信じられないことで気にしていると思われるだろう。でもこれは背の低い人にしかわからない背の伸び悩みのつらさと同じで、背の高い人にしかわからないつらさである。せめてあと5cmでいいから低ければなあと思う。親類の人が「背が高いから大変ね」「大女じゃない」と人の気も知らないで言う。いわゆる彼氏などは自分より身長のある人がいいと思う。これは誰でも女の人なら思っていることだろう。一度でいいから10cm近くもあるハイヒールをはいて、大女がいるという目で見られないアメリカの街を歩いてみたい。」 (T.K)

#### 事例 4 運動が下手

「私は体育はまるっきりだめなのです。それだけでも劣等感を抱いているというのに、マットはいくら練習しても上達しないのです。私のような子が何人かい

て専用のマットを敷いて練習しましたが、少しも進歩しないという現実。まわりの人は次から次へとこなして新しいことに進んでいきます。「私は何をしても駄目なんだ。あの人たちと私は対等ではないんだ」と、もう友だちと一緒に笑い合うことさえいやになりました。」 (K.K)

自己の能力に対する劣等感は学力だけに留まらない。上例のように運動に対する不器用さであったり、下手な字に対する苛立ちであったりする。

#### 事例 5 字が下手

「まわりの友達は何、女らしい字や可愛らしくて美しい字を書くのに、なぜ私はきれいに書けないんだろうというも思っていました。それで自然に、何かの会議などがあってもつとめて書記係を避けていたし、友達からノートを見せてほしいと頼まれても、字を見られたくないと思い、つい断ってしまうのでした。今では自分が何か書いているとき、人に見られたりするととてもいやで、何に対してかわからないけど腹立たしくなったりすることもあります。」 (S.O)

#### 事例 6 学歴に引け目

「ちょっとした用事で人と6時間位話をする機会がありました。その時から私は劣等感でいっぱいです。そのうちの1人の女性はJ大の英文科中退でアメリカ留学2年、男性の方はA大の英文科卒でした。私はただの専門学校生ということで完全に無視されました。大学が短大に入っておけばなあ。こんなにも短大とか会社の名で世間の目が変わるのかと思うと、もうどうしようもない気持ちです。男の友だちも「専門学校生というちょっとね……」などと言います。」 (M.S)

これは、現在劣等感に陥っておりしかもその程度がかなり深刻であるという点で、今後看護学校生として適応できるかどうか心配な事例である。

#### 事例 7 姉と比べて

「私の姉は、定期検査やアチーブテストでは1位か2位で、どんなに調子の悪いときでも2ケタになるようなことはなく過ごしたような人です。姉の中学卒業とかわって私が中学に入學しましたが、それからの3年間は、私を人間的に小さくするようなダメージばかりでした。常に姉と自分との比較ばかりで、家庭でも姉と自分とを比べては悩み、最悪だったときには自殺まで考えました。」 (M.A)

優秀な姉に対する嫉妬と劣等感を吐露した作文は多い。両親や親類の不用意な発言は、できの悪い(と思われている)妹に相当の精神的外傷を与えるようである。ここで兄や弟に対する記述が全く見られないことに注意すべきである。それは、兄であれ弟であれ男性は優れていて当然であると本人および家族が考えているからであろうか。なお次の事例は姉や友達ではなく父親が対象であるという点で興味深い。

#### 事例 8 有名大学出の父親

「父は俗に言う有名大学を卒業しています。ですから父の関係する人々は当然のように有名大学を出て、しっかりしているように見えます。そのことで多少劣等感を感じていました。数学の教師である父は、私ももちろん数学はできるものと信じ、小さい頃から期待をかけていたようです。普通の家庭なら、女の子は短大でもというところが多いでしょうが、父は4年制の、しかも理工学部を勧めます。私は小学校か幼稚園の先生になりたいと思っていたのですが、どうせいい大学に入れないし、それでは父の面目も立たない。そこで考えたのが看護学校でした。」 (H. M)

娘は、有名大学卒の父親ほど優秀でないと考え、適性に合った学校を希望した。ところが父親は、自分と同じ道を歩むことを娘に期待しているのである。看護学校への入学動機がこのように消極的であることは、本人にとってもまた将来出会う患者にとっても不幸なことである。

#### 事例 9 気が小さい

「まず1つは、すごく気が小さいということです。人前で話をするなんてもちろん苦手で、堂々と話をするのができません。それに話すことが上手じゃないんです。だからいつも人の話を聞いていることの方が多くなります。初めて会った人だと、私は話題も豊富じゃないし、その少ない話題もうまく話せないで、きっと相手の人は私のことをつまらない人間だと思っているだろうと思います。やっぱり皆話をされていて楽しい人が好きだろうし、私も好きです。」 (A. G)

この事例は、話し下手ということで自己の能力に対する劣等感と言えなくはないが、その原因は内向的な性格にあるということで、自己の性格に対する劣等感というカテゴリーに入れておく。

#### 事例 10 自信がない

「最も自分自身にとって大きな問題となつてのしかかってくる劣等感とは、性格の問題です。私は自分なりに人間の理想像をもっているつもりです。いえ、理想像をもっているというよりいつも探究し、追求していく段階にいるところです。今現在、私はクラスメートの1人として、決して嫌われている方ではないと思います。むしろ好かれている方ですが、それとわかっていてもいつも自分の言動に対して自信を失うのです。気がついていても他の人がやってくれるのを待っていたり、これから皆でやろうとする事は間違っているんだとわかっていても、何も言えずに一緒に行動してしまったり。私の場合、存在する他の人と比較しての劣等感ではなく、自分自身のもつ理想像との劣等感なのです。」 (M. N)

自我に目覚めた青年は自己の理想像を高く掲げるが、現実像とのあまりのズレに思い悩む。この事例においても、交友関係は良好であるにもかかわらず、何事に対しても毅然とした態度のとれない自己に対して劣等感を感じているのである。

#### 事例 11 気難しい性格

「数えあげるときりがない劣等感の中で特に強かったのはこの性格。友達のできにくい割と気難しい性格。何か話すときいつも一言多い、人に甘えられない等々。誰とでも気軽に話せる人、話しかけられる人がうらやましくてうらやましくてたまらなかった。私はいつも教室の片隅にひとりぼつんとしていた。キャーキャーと騒いでいる人をうるさいなあと思いつつも、あの中に入って一緒に騒げたらと、感傷的な気持ちで眺めたものだ。私は人前に出るのが億劫になり、一人で閉じこもるようになった。そんな自分がひどくみじめで悲しかった。自己嫌悪に追われる日々だった。」 (K. Y)

青年は一方では孤独を求め、他方では仲間を求めるという両極端の間を微妙に揺れ動く。そして屈託のない他人の性格を羨み、自己嫌悪の悪循環に陥ってしまったのがこの事例なのである。なお、これ以外にも自己の性格に関する記述は多い。それは書き手の大部分が青年後期に属し、自己の内面を意識するようになる青年前期(中学)、中期(高校)の事がらを容易に想起できることによるのであろう。

以上11の典型的な事例は次の4種類に区分できよう。

#### 1. 自己の身体、容貌に対する劣等感——体型、身

長、顔貌など(事例1~3)。

Ⅱ. 自己の能力に対する劣等感——学力、学歴、運動能力、書字など(事例4~6)。

Ⅲ. 家族、友人に対する劣等感——姉、父親、友人など(事例7~8)。

Ⅳ. 自己の性格に対する劣等感——内向的性格など(事例9~11)。

さらに69名全員の作文を分類したのがTable 1である。

Table 1 Frequency of four types of inferiority feeling

I	II	III	IV	Total
16	20	13	20	69

る。 $\chi^2$ 検定の結果は有意ではない( $\chi^2=2.014$   $df=3$ )。したがって特定のタイプの劣等感が多いとは言えない。女子青年ではあるタイプに偏ることなく、多様な劣等感を抱くことの方がむしろ自然の姿なのであろう。

### 考 察

女子青年の作文の内容分析から、劣等感には4つのタイプ(種類)があることが見出された。アドラーの「器官劣等性」は前述のⅠのタイプに相当すると考えられる。また関のいう青年期の性的劣等感今回は全くみられなかった。その理由としては、性的劣等感がない、性的なことはあからさまにすべきでないという社会的圧力が作用した、表現しにくい内容であった、筆者と被験者の rapport がそこまでは確立していなかったなどの可能性が挙げられる。さらに今後の課題としては次の3つがある。

第一は、4つのタイプの普遍性についてである。それは今回の結果が女子であること、18歳が大多数であること、看護学校生であることによって規定されているからである。つまり、年齢や社会的地位の異なる男性であれば結果はまた違ったものになることが予想される。しかしながら、各発達段階に必ずみられる劣等感というものもあろう。たとえば在学中、学力に対して劣等感を抱かない者はいないであろう。しかもそれは、客観的な成績の上下を問わないのである。したがって性、年齢(発達段階)の異なる被験者を調べ比較検討することが必要になってくる。

第二は、劣等感の個人差についてである。看護学校の同じクラスで同じような生活をしていても、劣等感から不適応症状を示す者がいる。アドラーはそれを「生活様

式」の違いによるとし、出生順位と幼児期の最初の記憶にその起源を求めている。しかしそれ以外にも、体質的、気質的要因があるのではないだろうか。この点に関しては次回に、性格検査の結果と合わせて考察することにした。

第三は、劣等感の程度についてである。深刻なあるいは深い劣等感という表現をいかに数量化するかということが問題となる。そのためには牛島の劣等感検査<sup>6)</sup>などが参考になろう。

### 要 約

アドラーの経歴と理論を概観した後、その主要概念の1つである「劣等感」の実態把握を試みた。看護専門学校生69名の劣等感に関する作文を分析したところ、次の4種類の劣等感が見出された。

- Ⅰ 自己の身体、容貌に対する劣等感
- Ⅱ 自己の能力に対する劣等感
- Ⅲ 家族、友人に対する劣等感
- Ⅳ 自己の性格に対する劣等感

さらに、被験者の性、年齢、個人差などの要因を考慮すること、および劣等感の程度を数量化することの必要性が強調され、今後の課題とされた。

### 引 用 文 献

- 1) H・オーグラー著 西川好夫訳 アドラー心理学入門 1977 清水弘文堂 31
- 2) *ibid.* 101
- 3) 宮城音弥 劣等感 1970 朝日新聞社 10-11
- 4) 関 計夫 劣等感の心理 1981 金子書房 117-138
- 5) *ibid.* 68-76
- 6) *ibid.* 65-68

### 参 考 文 献

- 1) Bischof, L. J. *Interpreting personality theories* 1964 Harper & Row.
- 2) 今田 恵 心理学史 1962 岩波書店
- 3) 石井完一郎・笠原 嘉(編) 現代のエスプリ 168 スチューデント・アパシー 1981 至文堂
- 4) 笠原 嘉・山田和夫(編) キャンパスの症状群 1981 弘文堂
- 5) 宮城音弥 劣等感 1979 東京書籍
- 6) 宮本美沙子 やる気の心理学 1981 創元社
- 7) サイコロジー 1981年6月号 コンプレックスサイエンス社