

溝上 慎一の教育論(動画チャンネル) No20(心理学)

#4 状況でキャラを変える現代社会でも「これが私だ」は必要 — 藤野遼平さん(大阪大学大学院)にインタビュー

溝上 慎一 Shinichi Mizokami, Ph.D.

学校法人桐蔭学園 理事長
桐蔭横浜大学 教授

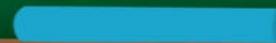
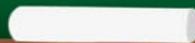
<http://smizok.net/>
E-mail mizokami@toin.ac.jp

学校法人河合塾 教育研究開発本部 研究顧問

【プロフィール】1970年幸生まれ。大阪府立茨木高校卒業。神戸大学教育学部卒業、1996年京都大学助手、講師、准教授、2014年教授を経て2018年に桐蔭学園へ。桐蔭横浜大学学長(2020-2021年)。京都大学博士(教育学)。

*詳しくはスライド最後をご覧ください

※本動画は溝上が個人的に作成・提供するものです



(ご紹介)



藤野 遼平

ふじの りょうへい

大阪大学人間科学研究科 臨床心理学研究分野

同志社大学心理学部を卒業後、大阪大学人間科学研究科へ進学。公認心理士・臨床心理士

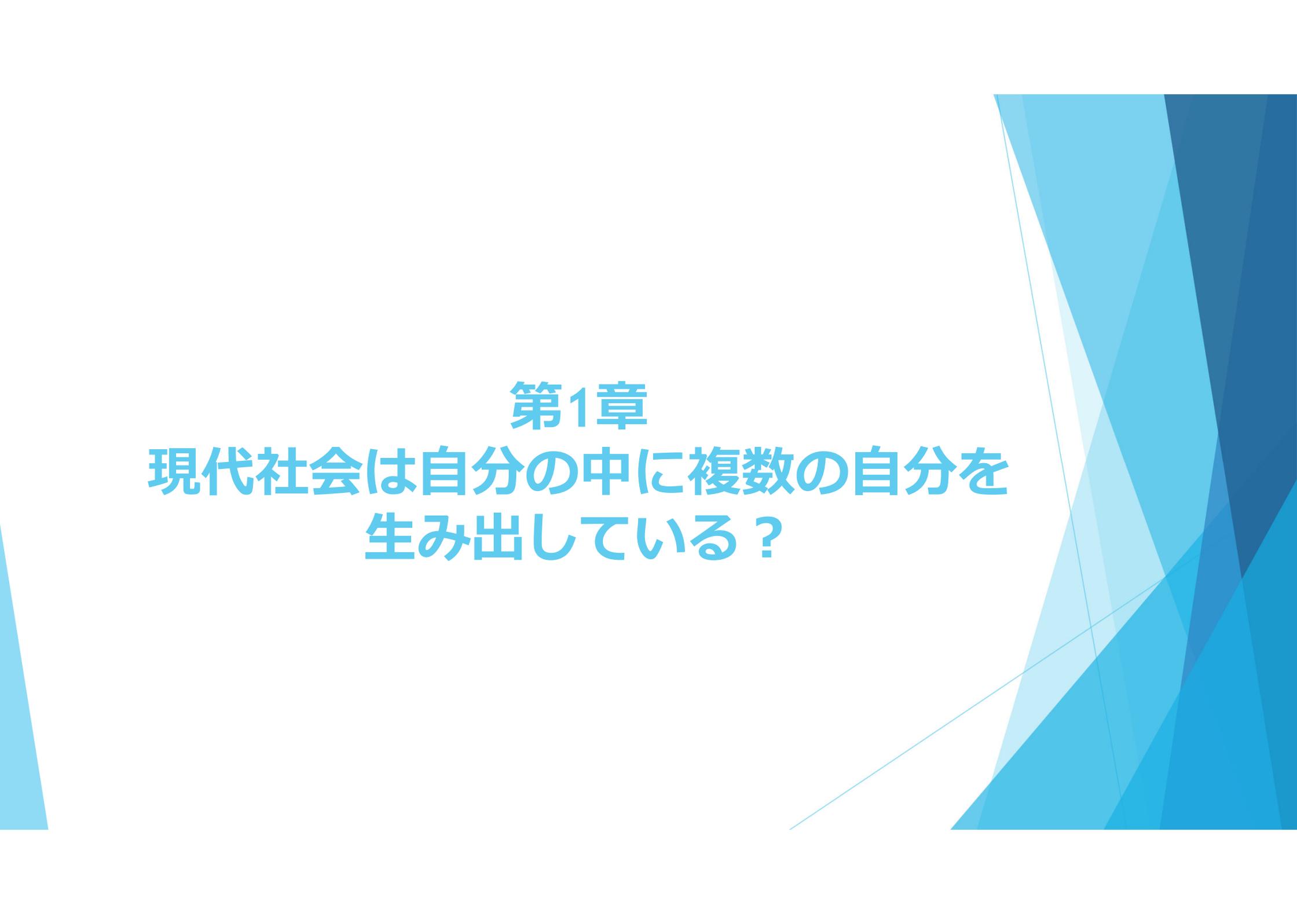
研究テーマ：青年期が中心、自己の多元性

- 藤野遼平 (2022) 現代青年における自己の多元性の分類とアイデンティティの関連. 青年心理学研究.
- Hiroyoshi Adachi, Ryohei Yamamoto, Ryohei Fujino, Daisuke Kanayama, Yukako Sakagami, Shoshin Akamine, Noriko Marutani, Kanta Yanagida, Yoshimasa Mamiya, Masaki Koyama, Yoshihisa Shigedo, Yoshiro Sugita, Midori Mashita, Natsuko Nakano, Kasumi Watanabe, Manabu Ikeda, Takashi Kudo (2020). Association of weekday-to-weekend sleep differences and stress response among a Japanese working population: a cross-sectional study. Sleep Med, 20(82), pp.159-164.

ほか



それではご覧ください



第1章

現代社会は自分の中に複数の自分を 生み出している？

「本当の自分」を探す 「自分探し」の営み

- ▶ 「自分探し」という若者の営み
 - ▶ 1980年代ごろから言われるように（上野, 1987）
 - ▶ どこかに「本当の自分」「自分らしい自分」がいる！
- ▶ 2004年前後をピークに段々と用いられなくなってくる（朝日新聞, 2019）



断片化する自分

- ▶ 2000年代後半からスマートフォンが普及し、それと同時にSNSも若者を中心に広がり始める。

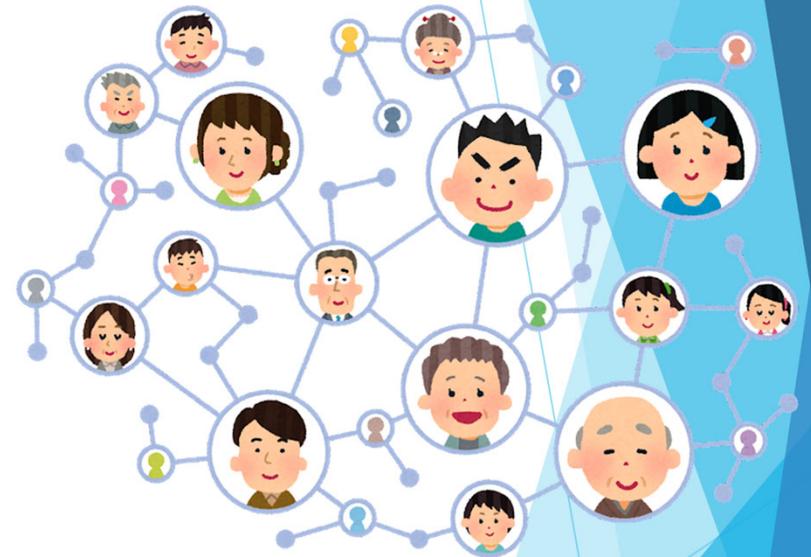
▶ 「複数アカウント（複垢）」

- ▶ 女子高生の6割が、男子高生の3～4割が複数のアカウントを持っている
- ▶ 「趣味によってアカウントを分けたい」「つながっている人を分けたい」等が理由（日経クロステック, 2021）

▶ 「キャラ」

- ▶ その場にふさわしい「キャラ」を振る舞うといったように、**状況に応じて多数の自己を切り替える傾向**が報告されている（千島・村上, 2016; 藤野, 2019）。

- ▶ どの「キャラ」「アカウント」が本当のあなた？

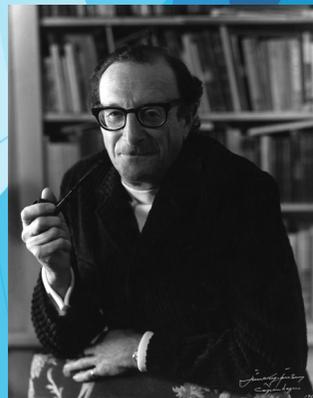
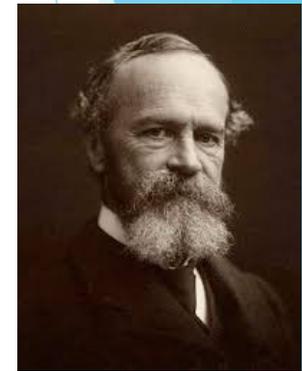


心理学では自分（自己）を
どのように考えてきたの？



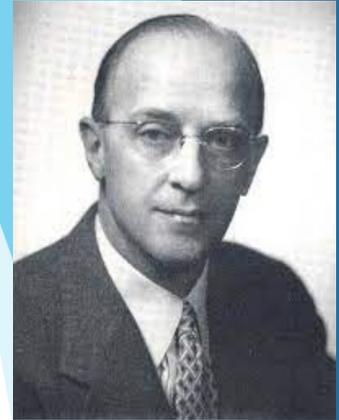
「自分は複数の自分から成り立っている」という考え方

- ▶ James(1890)
 - ▶ 関りを持つ人たちから受ける認識である社会的自己について「人は自分を認めてくれる人の数だけ社会的自己を持つ」
- ▶ Berne(1961)：交流分析
 - ▶ 自我は「親・大人・子供」の3つの状態からなり、場合によってそれぞれ統制権が変化する
- ▶ Hermans & Kempen(1993)：対話的自己(Dialogical Self)
 - ▶ 状況に応じて語る主体(I)が、それぞれのポジションの立場に立って自己を振る舞うという理論
 - ▶ 複数の自己が形成され存在している「自己の分権化」が提示されている。



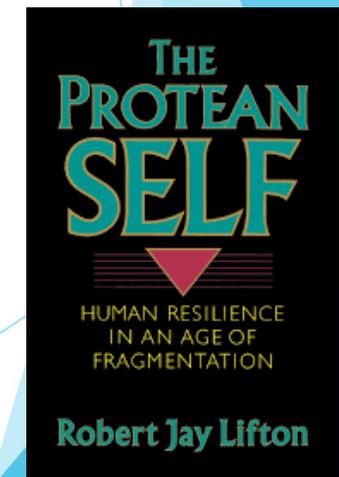
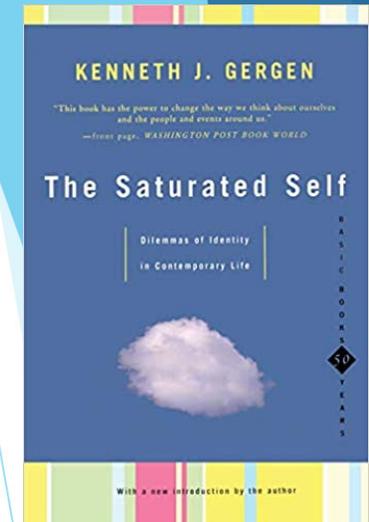
「自分は単体で成り立っている」 という考え方

- ▶ 一方でMcReynolds, Altrocchi, and House(2000)によれば、1930年代から1970年代は自己は単一で一貫性を持つという見方が優位な時代
 - ▶ Leckey(1945)による“Self-Consistency: A Theory of Personality”を顕著な傾向として、パーソナリティ心理学や発達心理学の分野において自己の単一性が多く主張されるようになった(e.g., Allport, 1937; McClelland, 1951; and Murphy, 1947)。
- ▶ Rogers(1959)はその治療モデルとして**自己概念(理想的自己)と経験(現実的自己)を一致させる**ことを提唱
- ▶ またErikson(1950)も**アイデンティティを確立するために自己が一貫していることの必要性**について繰り返し言及



時代によって変化する「自分」

- ▶ Erikson (1959/2011) 以後：自己を統合せず、変幻自在で姿を状況に応じて変えるアイデンティティ
 - ▶ Lifton(1967/1971)：「プロテウス人間／自己」
 - ▶ Mercia(1989)：「文化的に適応した拡散型アイデンティティ」
 - ▶ Gergen(1991)：「飽和した自己(Saturated Self)」
- ▶ 「後期近代」「ポストモダン」
 - ▶ 人々に共通する価値観が消失し、価値観が多様化した現代のことを指す
 - ▶ 現代の西洋社会における前例のないほどの急速な社会的・経済的・文化的変化が「ポストモダン」を生じさせアイデンティティに影響を与えていると示唆されている。



「自分の在り方」に影響を与えた 社会の3つの変化

- ▶ 1. 不安定もしくはは一時的な雇用を含む雇用形態の多様化
 - ▶ ワークライフバランスや兼業・副業も促進されており（厚生労働省, 2010, 2018）家庭や職場に応じた自分が求められている
- ▶ 2. ライフスタイルの多様化
 - ▶ テクノロジーの発展と共に世界のいたるところで他人と知り合いになれる一方で、他人から一貫した全体像を把握されることが少なくなる
- ▶ 3. 新たな社会的ムーブメント
 - ▶ 古いジェンダー意識や階級意識, 国家意識への批判
 - ▶ 「白人」「日本人」「同性愛者」の人が、ひとつの自分の要素のために他の自分を抑圧しなければならない理由はない

Rattansi & Phoenix(2005)





第2章

現代人は状況に応じて複数の自分を 振り分けしてるの？

状況に応じて自分を振り分けられる傾向について

- ▶ 自己の多元化が社会状況の変化によって生じているという指摘は日本でも社会学をはじめ多くなされている。
 - ▶ **現代の友人関係は「状況志向」**で、付き合う友人に応じて異なる自分を振る舞うことが自然となっている（浅野 2015）
 - ▶ **複数の「本当の自分」を持ち状況に応じて使い分ける「多元的自我」が新たなアイデンティティの在り方**として示されている（辻 2004）
 - ▶ 「意識して自分を使い分けている」といった「**自己複数性**」は、「自分がどんな人間かわからなくなる」といった「**自己拡散志向**」の因子と異なる（岩田 2006）



アイデンティティと青年期

▶ 青年期：アイデンティティの問題

- ▶ 自己の統合や複数性，拡散などが立ち現れてくる
- ▶ 色々な場所で自分を試す役割実験を通じて青年は社会の中での適所を見つけ同一性を確立してゆく (Erikson, 1959)
- ▶ 役割実験を行う過程において，青年は一時的に多様な役割やそれに伴う多面的な自己を持つ
- ▶ しかしErikson(1959)は，葛藤を引き起こす多面的自己は，役割実験を通じて適所を見つけることによって一貫した自己へと統合されることによって，精神的に安定してゆくとした



結果：作成した尺度の検討

▶ 自己多元性尺度の12項目についての確認的因子分析

▶ GFI=.923, AGFI=.883, RMSEA=.071, AIC=164.59

	<i>M</i>	(<i>SD</i>)
第1因子 意識的自己切替 ($\alpha=.79$)		
1. 意識して自分を使い分けている。	3.61	1.06
4. 関わる集団の雰囲気を壊さないような自分を演じている	3.74	0.96
7. その場で求められているであろう自分をふるまうようにしている。	3.55	0.96
10. 色々な自分を時と場合によってふるまい分けている。	3.72	0.93
第2因子 無意識的自己切替 ($\alpha=.85$)		
2. その場の雰囲気によって、自分が変わる。	3.96	0.98
5. どんな友人と一緒にいるかによって、自分が変わる。	3.92	1.05
8. 関わる相手や集団によって、自分が変わっている。	3.83	0.98
11. 状況によって異なる自分が引き出される。	3.73	0.97
第3因子 自己不変 ($\alpha=.85$)		
3. どんな場面でも自分が変わることはない。	2.09	1.03
6. 状況が変わっても一貫した自分がある。	3.06	1.19
9. 時と場合によらず自分は変わらない。	2.26	1.06
12. 相手や集団に関わらず、自分が振り回されることはない。	2.41	1.05
因子間相関		
F1		
F2	.78	
F3	-.64	-.79

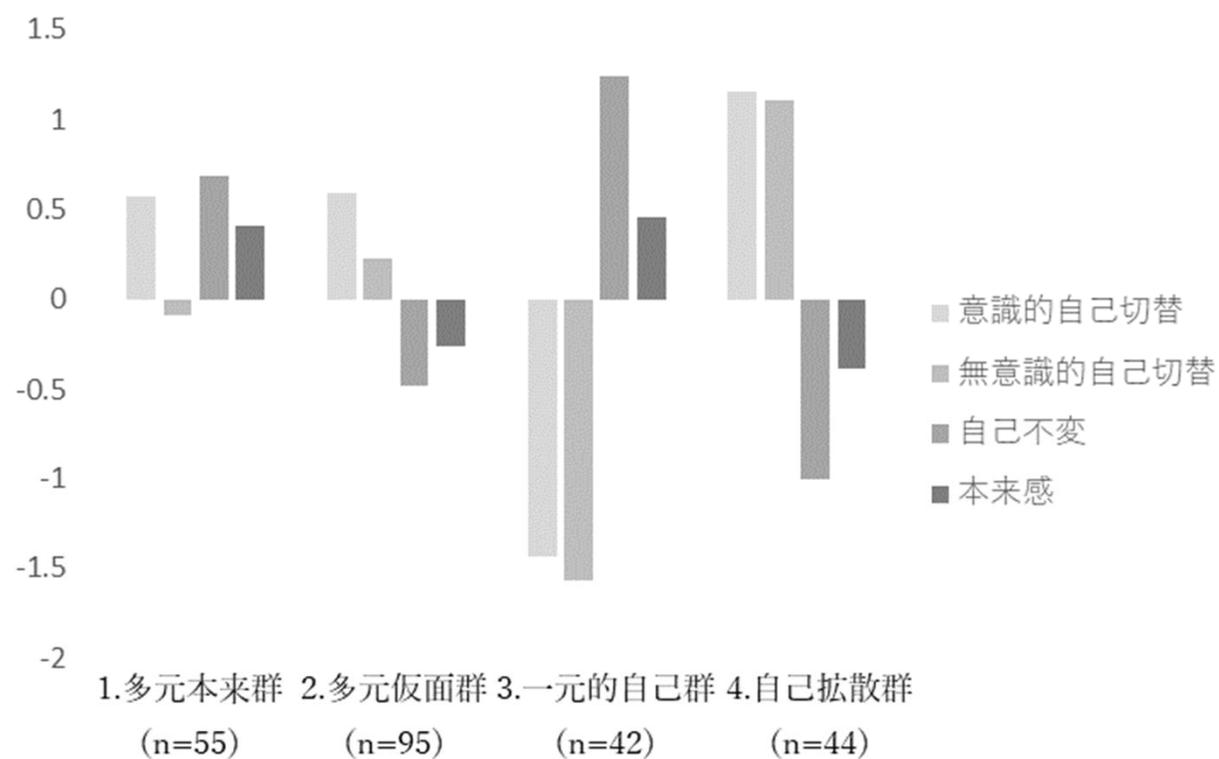
結果：類型化（クラスター分析）

▶ クラスター分析

- ▶ 「意識的自己切替」
「無意識的自己切替」
「自己不変」
「自己本来感」

の4尺度を用いて
Ward法による
クラスター分析を
行った

- ▶ **結果，4クラスターを
採用した。**



考察：クラスターごとのアイデンティティ感覚の検討

- ▶ **一元的自己群が基本的には最も高いアイデンティティ感覚を示した。**
 - ▶ エリクソンの示すような自己を一元的に統合している青年が、やはりアイデンティティ感覚を強く感じているようだ
- ▶ **多元仮面群と多元本来群との間には有意な差は示されなかった。**
 - ▶ 仮面性の有無が自己拡散と関わりと考える岩田（2006）とは異なる結果
- ▶ **多元本来群と一元的自己群の間にも有意な差が示されない場合があった**
 - ▶ 対自的同一性と心理社会的同一性においては差が示されなかった
 - ▶ 両方に関わる重要な共通点としては本来感が高いことのほかに、**自己不変性が高いことも挙げられる**
 - ▶ **複数の自己を持ちながらもそれを包括できることが大事**

The background features abstract, overlapping geometric shapes in various shades of blue, ranging from light sky blue to deep navy blue. The shapes are primarily triangles and polygons, creating a dynamic, layered effect. The text is centered in the white space between these shapes.

第3章

現代人は様々な複数の自分がいることを どう感じているの？

自分が複数あることへの ポジティブな意見

- ▶ **自己複雑性**：自己概念が多くの側面に分けられていること
(Linville 1985)
 - ▶ 自己複雑性が高い人は、ストレスを与える出来事に対しても、直接関係する自分が一部に限られる。**自己複雑性はストレスフルな出来事に対して緩衝材として働く。**
 - ▶ ストレスフルな出来事の後でも鬱になりにくく、ストレスを感じる事が少なく、病気にもかかりにくい

自分が複数あることへの ネガティブな意見

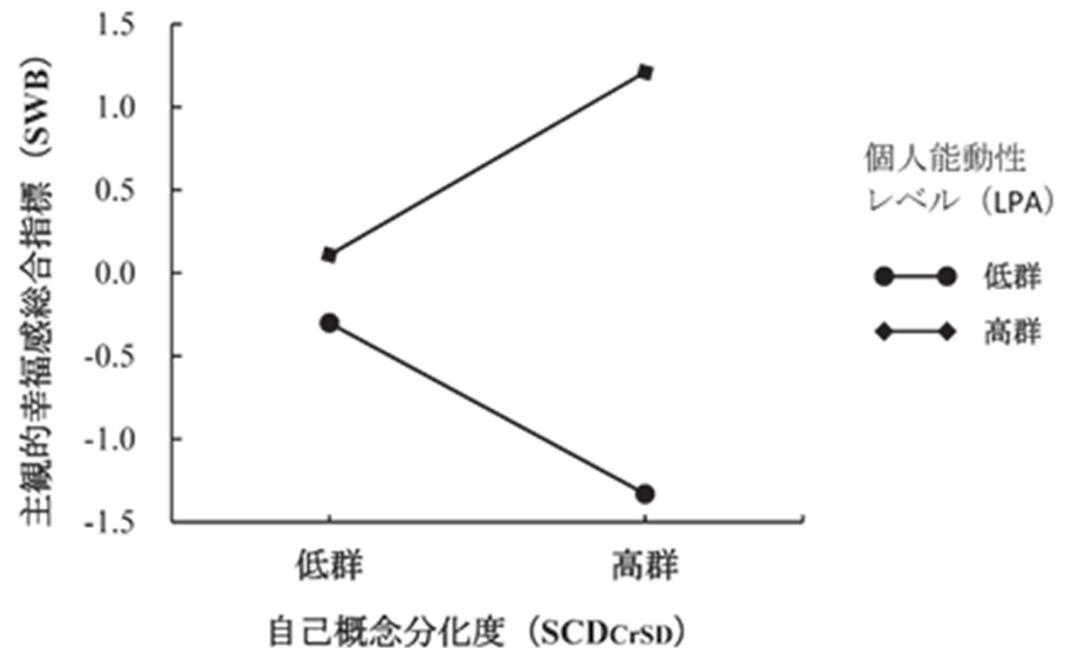
- ▶ **自己概念の分化度 (SCD)** : 自分が様々な役割ごとにどの程度分化しているか
 - ▶ SCDが高いほど自尊感情が低く、抑うつ傾向が高い (Donahue etc. 1993)
- ▶ **自己の明確性** : 自己概念の内容と自己信念が明確で、加えて一貫して時間を通して安定している程度のこと
 - ▶ 自己の明確性が低い人は自尊感情が低く、神経症傾向が高い (Campbell etc. 1996)
- ▶ **自己複数性** : 自分が多様で、時と場合によって反応が異なると感じる程度、もしくは自分自身は統一されていて、状況によらず反応が一貫していると感じる程度
 - ▶ 自己複数性は不適応と関連するとされている (McReynolds Altrocchi & House 2000)

自分は複数の方が良いのか 単一の方が良いのか

- ▶ 自己概念は「**分化するプロセス**」と「**体制化するプロセス**」を通して形成される。
 - ▶ 自己が分化することによって、さまざまな状況に柔軟に対応できる一方で、多数の自分との間で葛藤や混乱が増えてつながりが弱くなる
 - ▶ 様々な場面や役割における自分が、目標や意味などの大きな視点からまとめられる（体制化）される必要がある
- ▶ **体制化されていない（自分がまとめられてない）状態での自己の分化は混乱を生じさせる**
- ▶ **体制化されている（自分がまとめられている）のであれば自己の分化は柔軟性を高め、心理的な健康を促進する？**

自分は複数の方が良いのか 単一の方が良いのか

- ▶ 杜・加藤 (2020)
- ▶ 自己が体制化されていないと、自己分化は主観的幸福感を減らす
- ▶ 体制化されていれば、自己分化は主観的幸福感を高める



※個人能動性：ここでは自己の体制化の程度を指す

今までで分かったこと

- ▶ 自分が様々なに分かれていたり断片化していても、「それでも自分は変わらない」というように、**さまざまな自分を包括できるような自己の体制化ができていれば、さまざまな自己を持つことはメンタルヘルスを促進する**
- ▶ もしかしたら現代社会においては、より自らの可能性を高めたりすることができるかもしれない
- ▶ けど、「自己の体制化」「変わらない自分」「様々な自分を包括する」のはどうすることで可能になるのだろうか？
- ▶ ⇒キーワードは「対話」？