

# 青年期における多元的自己とアイデンティティとの関連 —女子大学生を対象としたインタビュー調査—

Multiple selves and identity in adolescence:  
interview research focusing on female university students

川崎 由莉奈

跡見学園女子大学大学院

人文科学研究科臨床心理学専攻

Yurina Kawasaki

Division of Clinical Psychology, Graduate School of Humanities, Atomi University

## 要 約

青年期はアイデンティティ確立の時期である。一方、現代では一貫した自己を持たず、状況に合わせて自己を変え、かつ精神的健康を維持する「多元的自己」を持つ者がいる(成田, 2001)。これは Erikson のアイデンティティ理論における青年期の特徴とは異なる。そこで、多元的自己とアイデンティティの関連について、女子大学生8名を対象にインタビュー調査を実施した。専門用語は理解しにくいので、多元的自己を使い分け、アイデンティティを自分らしさという類似の分かりやすい言葉に置き換えて質問し、M-GTA の分析から40の概念、21の中カテゴリー、10の大カテゴリーに分けた。使い分け(多元的自己の置き換え語として用いた)の有無には、対象者全員が〈使い分けがある〉(〈 〉は中カテゴリー)と回答し、状況ごとの使い分けを優先させる傾向があることが分かった。また、自分らしさ(アイデンティティの置き換え語として用いた)には〈こだわりがない〉〈悩んだことはない〉という中カテゴリーがあり、自己と環境のあいだで葛藤が起きにくいことが分かった。アイデンティティを示すような〈不変性〉、実存的な問い(下線は概念)が抽出された一方で、このような葛藤の少なさを示す中カテゴリーや、〈自然体〉が抽出されたことは、現代の青年の持つアイデンティティ観を現すと考えられた。

【Key Words】多元的自己, アイデンティティ, 青年期, 葛藤, M-GTA

## I 問題と目的

青年期はアイデンティティ確立の時期である。一方、現代では自己をひとつに統合させず、断片的な自己を持ちながらもアイデンティティ拡散とならない者もいる。青年期の研究において、このような多元的自

己の研究が進んでいる(辻, 2004; 浅野, 2006)。

本研究での自己は、自らが自己を対象(客体)として把握できるものを指す。自身に対する性格や特徴などの比較的永続的な考え、つまり自己概念と同義であり、自己像、自己イメージとも言い換えられる。過

去や現在の経験を統合した知識の形で表されるだけでなく、将来の意識のあり方や行動を左右する(遠藤, 1999)。アイデンティティは、「これが私だ」という自己概念を把握し、それを社会のなかで試し、共同体の中に位置づける行為で形成される(溝上, 2016)。青年は自分の居場所を見つけるための役割実験を繰り返し、一時的に自己を拡散させて、抑うつや不安、神経症傾向を示すが(Block, 1961)、やがて自分の適所を見つけてアイデンティティを獲得し、精神的にも安定するとした。

しかし近年、青年期の特徴の変化が指摘されている。現代社会では、青年が関わる場所や求められる役割は多様化しており、価値観や自己像を取捨選択して、一貫した自己に統合していく作業は難しくなっている(木谷・岡本, 2018)。インターネットの仮想空間が発展した2000年代頃から、青年を取り巻く社会の複雑化はさらに進んだ。社会全体で共有される価値観やイデオロギー、ライフコースの基準といったものはなくなり、それぞれの小さなコミュニティや個人のなかで生み出される。青年は、それぞれのコミュニティや個人に合わせるために、異なる状況で、異なる自己として過ごすことで、環境に最適化しようとする傾向が進んでいる。自己を場面ごとに使い分けることは、社会生活をサバイバルするための術として機能する。この場合、自身を環境に適応させていくために、青年は、首尾一貫した矛盾のない自己ではなく、場面ごとに断片的な自己を経験するという(藤野, 2022)。

こうした状況のなかで、「多元的な自己」を持つ青年が注目されるようになった。彼

らはエリクソンの青年像とは異なり、場面ごとに変わる自己に葛藤を抱かず、精神的な健康を維持するという(成田, 2001)。また、自己を使いわけながらも、安定した自分らしさ、アイデンティティの感覚を併せ持つとされ、アイデンティティ拡散の状態と同義ではないと捉えられる(辻, 2004)。

このような青年期の心の構造について、いつ頃から変化が起きはじめたのだろうか。

高石(2009)は、青年の心の構造の変化は、1980年代頃から見られはじめたとする。1960年代から1980年代前半頃に青年期を過ごした人々の自我構造は、フロイトの構造論に基づいて説明できるような、ある程度の統合性が保たれていたと言う。一方、1980年代以降に青年期を過ごした人々の自我の統合性は相対的に希薄であり、ばらばらのまま、主体の実感が薄いままに併存するという。

小此木(1978)は、現代社会ではモラトリアムの期間が延長され、社会的には成人しても心理的なモラトリアム状態を継続する若者の増加を指摘していた。ここでは、本当の自分は未来にあり、今の自分は仮のものとする「本当の自分の留保」と「仮の自分」を場面ごとに使い分ける心理的な在り方が特徴とされた。

また、2000年代以降になると学生相談の現場でも、多元的な自己を持つ学生の増加について言及する論文が増え始めた(木谷・岡本, 2015)。川上(2013)は、現代の学生の特徴について、エリクソンの提唱するようなアイデンティティについて悩み、葛藤するといった状態とは異なり「悩まない、悩めない」ために行動化で表現する、と指摘している。

また、社会学の分野で自己意識についての調査がされるようになり、アイデンティティ理論をもとにした、自己のあり方とは異なる見解が見出されるようになった。浅野(2006)は、1990年代からの継続調査の結果として、若者の自己の在り方は、場面ごとに複数の自己が存在しており、それぞれが「本当の自分」であるとする自己の多元性を指摘した。また、辻(2004)も学生調査の分析から、自己が一元的な唯一の中心点を持つものではなく、複数の中心点を持ち、それぞれが緩やかにつながった自我構造を提唱した。

心理学の分野においても、自己の複数性は注目され、岩田(2006)は自己を「多元的自己」と「一元的自己」に分け、意識して自己を使い分けるという「戦略性」、うわべの演技をしている「仮面性」の観点も含めて、アイデンティティのあり方を分類した。藤野(2022)は、岩田(2006)の「状況に応じて複数の自己を振る舞い分けるあり方」という「状況性」を踏まえ、自己多元性測定尺度を作成している。木谷・岡本(2015)も、多元的自己とアイデンティティ感覚との関連を調査しており、結果として場面ごとに自分を変えながらも、自己の斉一性と連続性の感覚も高く併せ持つ「多元的自己」について述べている。

上記の他にも多くの研究で、多元的自己について言及されるようになってきている。現代の青年の特徴は、エリクソンのアイデンティティ理論にとどまらず、「多元的自己」の観点からも理解される必要があるのではないか。そこで、本研究では、青年期の自己の多元性について、女子大学生を対象に調査を行った。多元的自己につい

ての研究では、インタビューによる質的検討をしたものは未だ少ない。そこで、本研究では思春期・青年期の経時的変遷について触れながら質的検討を行い、その特徴を明らかにした。レトロスペクティブに検討することで、多面的な自己に関連する因子や、多面的自己の生成過程を探索的に明らかにする。

## II 方法

### 1. 調査方法

関東圏内の私立四年制女子大学に在籍し、家族と同居中で、アルバイトをしている女子大学生(1年生から4年生)を対象に、対面およびZOOMによる遠隔でインタビューを実施した。多元的自己という言葉は対象者には難しく、そのままの言葉を使ってリクルートすることは難しい。そのため、さまざまな場面(家庭では家族と同居、アルバイトもしている)を持っている者を対象にリクルートした。調査依頼に際しては、大学において授業終了後に、調査についての説明文および参加希望者の申込URLとQRコードが記載された紙面の配布を行い、協力を依頼した。

### 2. 面接内容

50分程度の半構造化面接を行った。質問は、多元的自己とアイデンティティについてである。しかし、この言葉は心理学の専門用語で一般の人には理解しがたいため、多元的自己は「自己の使い分け」アイデンティティは「自分らしさ」という言葉に置き換えて質問した。前半は「自己の使い分け」に関する項目、後半は「自分らしさ」に関する項目で構成されている。

## 1) 基本情報

①. 所属学科 ②. 学年 ③. 家族構成(同居中の家族構成) ④. アルバイト経験について

## 2) 生活史と自己の使い分けに関する質問

家庭や学校, アルバイト先など, 場所や状況によって普段の自分と違う自分になっていることはありませんか。自分を使い分けているように感じることはありませんか。

## 3) 違う自分がいると回答した人に対しての質問

どんな自分でしょうか。

## 4) 違う自分がいると回答した人に対しての質問

自分を使い分けるとき, 自分を場面ごとに変えることは必要だと思って, 意識的に使い分けてふるまうことがありますか。それとも, 特に意識せず, その場の雰囲気によっていつの間にか違う風になってしまっていたり, 対応したりしていることがありますか。

## 5) 違う自分がいると回答した人に対しての質問

使い分けていると気がついたのはいつ頃からですか。

## 6) 違う自分がいると回答した人に対しての質問

場面ごとに自分を使い分けること, 詳しく言えば元の自分から別の役割に移る過程について, ご自分ではどんな印象を持ちますか。

## 7) 「自分らしさ」に関して

「自分らしさ」とはどんなことだと思いますか。

## 8) 自分自身の「自分らしさ」に関して

あなたの自分らしさとは何ですか。

## 9) 「自分らしさ」へのこだわり

「自分らしさ」を持つことにこだわっているほうですか。あまりこだわらないほうですか。

## 10) 「アイデンティティ」に関して

中学生以降, 「自分とは何か? 自分って何だろう」と悩んだことはありますか。それはいつのことですか。

## 11) 将来の自分について

将来こういう自分になっていきたい, などの理想像はありますか。

## 3. 倫理的配慮

調査の方法および参加の自由意志, 匿名性の確保等について, 文書と口頭で説明した。なお, 本研究は跡見学園女子大学大学院倫理審査委員会にて承認を得た(承認番号: 倫院22-019)。

## 4. 分析方法

インタビュー調査から得られたデータを分析する方法として, 修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ(Modified Grounded Theory Approach, 以下 M-GTA と略記)を用いた。M-GTA とは, ストラウスとグレーザーにより提唱されたグラウンデッド・セオリー・アプローチ(Grounded Theory Approach)を木下(2003)が改良したものである。

## Ⅲ 結果

### 1. 対象者の特徴

対象者は女子大学生 8 名で, 年齢は 18 歳から 22 歳であった。1 年生が 1 名, 3 年生が 5 名, 4 年生が 2 名で, 全員が臨床心理学部に在籍している。対象者の条件とし

て、さまざまな場面の自己を語ってもらうことで多元的自己を検討しやすいと考え、家族と同居しており、アルバイトをしている者とした。

## 2. M-GTA による分析結果

### 1) 概念とカテゴリーの生成および結果図・ストーリーラインの作成

臨床心理学を専門とする研究者二人で、検討した。理論的飽和に至ったことを確認し、M-GTAにより、8名の対象者のデータから最終的に40の概念が生成された。複数の対象者が語った内容を抽出しているが、重要と思われるものは1人が語った内容でも抽出している。

対象者へのインタビューから、抽出された概念をまとめたものがカテゴリーである。カテゴリーは概念の上位概念にあたり、カテゴリーを生成する方法として、概念と概念の関係を分析・検討し名前をつけた。最終的には21の中カテゴリーと、10の大カテゴリーが生成された。カテゴリーと概念のリストは、使い分けに関する質問、自分らしさに関する質問、将来の理想像の質問により分割し、表1、2、3にそれぞれ示した。

なお、発話例の( )内の数字は、当概念について発話した対象者の人数を示している。

次に上記で得られた概念とカテゴリーの関連を検討した。経時的变化、併存関係の観点から結果図(図1)を作成した。重要な部分はグレーで囲っている。結果図ともに、関連を文章化したストーリーラインも作成した。

### 2) 概念とカテゴリー

以下の記述では、【 】は大カテゴリー、〈 〉は中カテゴリー、・ \_\_\_\_\_ は概念、「 」は対象者の発言を示す。

#### ①【使い分けの有無】

【使い分けの有無】が大カテゴリーとして抽出された。使い分けは多元的自己の概念をあらわすと判断した。中カテゴリーとして〈使い分けがある〉が抽出された。

1. 場面ごとの違い、2. 相手ごとの違いという概念が抽出された。

インタビューの対象者全員が「使い分けがある」と回答している。

発話例では「アルバイト先と家族友人の前では違う」、「現実場面とネット上では違う」、「家族とアルバイト先ではテンションが違う」など場面ごとの使い分けに関するものと「家族でも、母親と姉の前では違う」「親しい友人とそうでない友人の前では違う」など関わる相手ごとの使い分けに関するものに分かれた。

#### ②【使い分けを感じる自分】

大カテゴリーとして【使い分けを感じる自分】が抽出された。中カテゴリーとして〈使い分けがある〉〈変わらない〉が抽出された。

3. 家族の前での自分、4. アルバイト先での自分、5. 友人の前での自分という概念が抽出された。発話例として、3. 家族の前での自分では、「家族の前では素」「壁がない感じ」「思ったことをそのまま口に出す」「親にも顔色を伺いながら接する」などがある。家族の前では、リラックスして自己開示している場合と、気を遣い、意



表1 カテゴリーシート

大カテゴリ	中カテゴリ	概念	発話例
①使い分けの有無	使い分けがある	場面ごとの違い	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アルバイト先と家族友達の前では違う</li> <li>・現実場面とネット上では違う</li> <li>・家族とアルバイト先ではテンションが違う(3)</li> </ul>
		相手ごとの違い	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家族でも、母親と姉の前では違う</li> <li>・親しい友人とそうでない友人の前では違う(2)</li> </ul>
②使い分けを感じる自分	使い分けがある	家族の前での自分	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家族の前では素</li> <li>・壁がない感じ</li> <li>・思ったことをそのまま口に出す</li> <li>・親にも顔色を伺いながら接する(他)(7)</li> </ul>
		アルバイト先での自分	<ul style="list-style-type: none"> <li>・与えられた仕事に集中</li> <li>・言葉に気をつけている</li> <li>・愛想よくする</li> <li>・頑張った態度をとる(4)</li> </ul>
		友人の前での自分	<ul style="list-style-type: none"> <li>・言葉を選ぶ</li> <li>・相手に話を合わせる</li> <li>・親しくない和良好的印象を保ちたくて気を遣う</li> <li>・親友の前では自然体(他)(6)</li> </ul>
	変わらない	根本は同じ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ズボンは一緒だけど上着が違う</li> <li>・人に見せている「面」が違う</li> <li>・根っこは同じ(3)</li> </ul>
③使い分けるとき意識・無意識	無意識	無意識に変わる	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こうしたいと思って変えるというより、後から気づく</li> <li>・「こうしよう」と思って切り替えているわけではない</li> <li>・相手のテンションや喋り方に無意識に合わせてしまう癖があり、疲れる(3)</li> </ul>
	意識	意識的に使い分ける	<ul style="list-style-type: none"> <li>・必要性があって使い分けている</li> <li>・「この人にはここまで出している」と加減している</li> <li>・顔色を伺いながら接している(他)(5)</li> </ul>
	無意識と意識の両方	時間の経過で変化	<ul style="list-style-type: none"> <li>・はじめは意識して気を遣うけれど、慣れると自然</li> <li>・時間の経過で意識から無意識に変わる(2)</li> </ul>
		場面ごとに変化	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家族友人の前では無意識(他)(2)</li> </ul>
④使い分けに気づいた時期	中学生以降	中学生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・部活動がきっかけ(他)(2)</li> </ul>
		高校生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・友人関係での悩み</li> <li>・きっかけは思い当たらない(2)</li> </ul>
		大学生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・仕事とプライベートの違いが出てきた</li> <li>・発言や立ち振る舞いに気をつけるようになった(他)(3)</li> </ul>
	小学生	小学生	<ul style="list-style-type: none"> <li>・転校をきっかけに、家と学校での違いを違和感として感じた</li> <li>・家では趣味を制限されていたため、親と友人の前で違いがあった(2)</li> </ul>
⑤使い分けのイメージ	ポジティブな印象	適応のために必要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分らしさを毎回出してしまうと周囲と擦り合わないこともある</li> <li>・使い分けによって適応して、人と接しやすくなる。(他)(3)</li> </ul>
		普通のこと	<ul style="list-style-type: none"> <li>・時と場所が変わるのは当たり前で、先生には敬語、友達には使わないのが普通</li> <li>・大学に入り、使い分けるのは普通のことと知ってほっとした(2)</li> </ul>
	ネガティブな印象	ストレスになる	<ul style="list-style-type: none"> <li>・使い分けはストレスもある</li> <li>・合わせるのはちょっと疲れる</li> <li>・思ったことを言えないのは大変と思う(3)</li> </ul>

表2 カテゴリーシート

大カテゴリ	中カテゴリ	概念	発話例
⑥自分らしさ (一般的な意味)	不変性	影響を受けないもの	・周りに流されないこと ・関わる相手が変わっても変わらない本質(他)(3)
		一貫性	・一貫した自分 ・意見や信念を持つこと ・時間がたっても変わらないもの(3)
	自然体	リラックス	・一息ついているときの自分 ・ストレス、負荷がかからない行動をとる自分(他)(3)
		ありのまま	・ありのままの自分 ・思うままに行動し、気兼ねしないこと(2)
⑦自分らしさ (自分自身)	気質	気質	・やられっぱなしにならないところ ・自分の感じ方を優先するところ ・自己中心的な部分があると思う ・性別に関する意識(4)
	好きな物事	好きなことをしているときの自分	・音楽を聴く、本を読むなど一人で好きなことをしている状況 ・趣味に全力の時 ・人に影響されないで好きと思えるもの(3)
	他者からの受容	親しい人といるときの自分	・親友といるときの時 ・自分を出しても受け入れてくれる人がいる時(2)
⑧自分らしさ へのこだわり	こだわりがある	他者から見た自分	・キャラは作っているところがある ・人から好印象に見られたいところはある、明るく振る舞うことがある(2)
		なりたくない自分	・つまらない人間にはなりたくないと思う ・人と同じは嫌かな、という思いがある(2)
	こだわりがない	こだわらない	・普段考えていない ・こだわらず、結果そうなっている感じ ・わざわざこだわりを持つことはない(他)(4)
		変化するもの	・時間の経過や環境の変化によっても変わるもの ・場面ごとに変わる部分があるのも、自分らしさと言えるのかも(2)
⑨自分らしさ への悩み	悩んだことがある	悩んだ時期	・幼少期 ・中学生 ・現在(8)
		実存的な問い	・自分は本当に自分なのかと思い、祖母に尋ねた ・存在など、哲学的な疑問に関心がある ・将来の進路とかより、自分とはなにか気になった(3)
		他者との関係	・相手から求められている自分と、自分が思う自分は違うと思った ・明るいか、勤勉とか、良い自分らしさを人にアピールしないといけないことに悩んだ(2)
		進学や就職	・自分のポジティブな面がわからないのに、将来を考えなければいけないこと ・就活で自分の軸や強みを言うこと(2)
	悩んだことはない	悩まない	・過去あまり悩んだことはない ・考えずに、そのときの思いで行動している(2)

表3 カテゴリーシート

大カテゴリ	中カテゴリ	概念	発話例
⑩将来なりたい理想像	自分の豊かさ	人間的な魅力	・独特の魅力がある人は羨ましい。自分もそうになりたい(1)
		プライベートの豊かさ	・趣味の世界を大事にしたい ・社会人になっても趣味を楽しむ余裕を持ちたい(2)
		やりたいことを大切に	・やればよかったと後から後悔しないように、やりたいことに挑戦したい ・好きなことを楽しめるように生きていきたい(2)
	他者や社会に対する貢献	進学への希望	・進学して勉強したい分野や研究がある(1)
		具体的な目標	・ジェンダーに関する法律を変えたい ・人が自由に話せるコミュニティをつくりたい ・将来勤めたい場所がある(3)
		人の役に立つこと	・周りの人の役に立てるようになりたい ・人生で誰か一人でもいいから助けてみたい(2)
		ロールモデルがいる	・不登校だったときに助けてもらった先生がいて、自分も人の役に立ちたいと意識した(1)

識的に態度を変えている場合とに分かれた。4. アルバイト先での自分での発話例は「与えられた仕事に集中」「言葉に気をつけている」「愛想よくする」「頑張った態度をとる」など。社会での役割を担う場面で、意識的に態度を変えている様子が伺えた。5. 友人の前での自分での発話例では「言葉を選ぶ」「相手に話を合わせる」「親しくないの良い印象を保ちたくて気を遣う」「親友の前では自然体」などがある。友人でも、親しさの程度によって自己を使い分けている様子が伺える。  
〈変わらない〉

6. 根本は同じという概念が抽出された。

根本的に変わらない部分もあることを〈使い分けがある〉の補足で述べている。発話例は「ズボン是一緒だけど上着が違う」と比喻で語ったり、「人に見せている「面」が違う」といった表現で、部分的に自己を使い分けるが、根本には変わらない部分もあることを伝えている。

③【使い分けるときの意識・無意識】

大カテゴリとして【使い分けるときの

意識・無意識】が抽出された。中カテゴリとして〈無意識〉〈意識〉〈無意識と意識の両方〉が抽出された。  
〈無意識〉

7. 無意識に変わるという概念が抽出された。

自己を能動的に使い分けるといふより、変わってしまう、といった受動的な態度で変化を説明する内容。発話例には、「こうしたいと思って変えるというより、後から気づく」「『こうしよう』と思って切り替えているわけではない」「相手のテンションや喋り方に無意識に合わせてしまう癖があり、疲れる」などがある。相手に合わせてしまう自身の気質として述べられ、操作できないがゆえに疲れる、といった語りがあった。

〈意識〉

8. 意識的に使い分けるといふ概念が抽出された。

発話例には、「必要性があって使い分けている」「『この人にはここまで出している』と加減している」「顔色を伺いながら



接している」などがある。【使い分けの有無】【使い分けを感じる自分】と同様、場面や相手ごとの必要性に応じて、意識的に使い分ける様子が伺えた。

〈無意識と意識の両方〉

9. 時間の経過で変化, 10. 場面ごとに変化という概念が抽出された。

発語例には、「はじめは意識して気を遣うけれど、慣れると自然」「時間の経過で意識から無意識に変わる」がある。新奇場面では意識的だが、状況に馴染むと無意識になる、という語りだった。場面や相手を理解し、意識的に調整しなくとも状況に合わせてられるようになる、変化についての語りである。

#### ④ 【使い分けに気づいた時期】

大カテゴリーとして【使い分けに気づいた時期】が抽出された。中カテゴリーとして〈中学生以降〉〈小学生〉が抽出された。〈中学生以降〉

11. 中学生, 12. 高校生, 13. 大学生という概念が抽出された。

人数の振り分けとして、11. 中学生は2人で、発語例は「部活動がきっかけ」など。12. 高校生は2人で、発語例は「友人関係での悩み」「きっかけは思い当たらない」など。13. 大学生は3人で、発語例は「仕事とプライベートの違いが出てきた」「発言や立ち振る舞いに気をつけるようになった」など。時期は人によりばらつきがあるが、思春期以降が多いといえる。大学生になってから切り替えを意識するようになった対象者も3名おり、進学による環境の変化や、アルバイトをするようになったことがきっかけとして語られた。

〈小学生〉

14. 小学生という概念が抽出された。

発語例には「転校をきっかけに、家と学校での違いを違和感として感じた」「家では趣味を制限されていたため、親と友人の前で違いがあった」などがある。児童期からすでに使い分けがあったとする内容。転校など環境の変化や、3. 家族の前での自分で発言されたように、児童期から親の前で気を遣っていたことが、使い分けを促したと考えられる。

#### ⑤ 【使い分けのイメージ】

大カテゴリーとして【使い分けのイメージ】が抽出された。中カテゴリーとして〈ポジティブな印象〉〈ネガティブな印象〉が抽出された。

〈ポジティブな印象〉

15. 適応のために必要, 16. 普通のことという概念が抽出された。

15. 適応のために必要の発語例では「自分らしさを毎回出してしまうと周囲と擦り合わないこともある」「使い分けによって適応して、人と接しやすくなる」などが挙げられた。自分と環境の擦り合わせは必要かつ、生活のしやすさに関わるとする、ポジティブな語りである。ここでの使い分けは、無意識ではなく、意識的に操作できるものを指している。

16. 普通のことの発語例は「時と場所で変わるのは当たり前で、先生には敬語、友達には使わないのが普通」。ここでの使い分けは、自己そのものが変わるというより、マナーとしての使い分けを意識したものである。「大学に入り、使い分けるのは普通のことと知ってほっとした」では、人によって態度を変えることが悪いように感

じたが、社交場面で必要なことと知り、罪悪感がなくなったという語りだった。

〈ネガティブな印象〉

17. ストレスになるという概念が抽出された。

発語例では「使い分けはストレスもある」「合わせるのはちょっと疲れる」「思ったことを言えないのは大変と思う」など、使い分けを意識するあまり疲労を感じることに、必要な場面でも自分の意見を言えなくなったことへの苦痛が語られた。

#### ⑥【自分らしさ(一般的な意味)】

大カテゴリーとして【自分らしさ(一般的な意味)】が抽出された。自分らしさはアイデンティティの概念をあらわすと判断した。中カテゴリーとして〈不変性〉〈自然体〉が抽出された。ここでの“自分らしさ”は対象者個人ではなく、一般的な意味での自分らしさを尋ねたものである。

〈不変性〉

18. 影響を受けないもの、19. 一貫性という概念が抽出された。

環境に左右されないことが自分らしさだとする回答を18. 影響を受けないもの、信念など時間の経過で変わりにくいもの、一貫して保たれるものを19. 一貫性とした。18. 影響を受けないものの発語例には「周りに流されないこと」「関わる相手が変わっても変わらない本質」がある。19. 一貫性には、「一貫した自分」「意見や信念を持つこと」「時間がたっても変わらないもの」がある。

〈自然体〉

20. リラックス、21. ありのままという概念が抽出された。

意識して使い分ける必要がない場面で、

自分らしさを感じるとして20. リラックスと命名した。発語例には「一息ついているときの自分」「ストレス、負荷がかからない行動をとる自分」などがある。

同様に、自己を使い分けない振る舞いに自分らしさを感じる、とする回答に21. ありのままと命名した。発語例には「ありのままの自分」「思うままに行動し、気兼ねしないこと」などがある。

#### ⑦【自分らしさ(自分自身)】

大カテゴリーとして【自分らしさ(自分自身)】が抽出された。中カテゴリーとして〈気質〉〈好きな物事〉〈他者からの受容〉が抽出された。ここでの“自分らしさ”は、対象者が自分自身に対して抱いている個人的な意味での自分らしさである。

〈気質〉

22. 気質という概念が抽出された。過去の経験や現在の状況を踏まえて、実感される性格的な特徴や行動のパターン、ジェンダーに関する意識などが語られた。発語例は、「やられっぱなしにならない」「自分の感じ方を優先する」「自己中心的な部分がある」「性別に関する意識」など。

〈好きな物事〉

23. 好きなことをしているときの自分という概念が抽出された。発語例では、「音楽を聴く、本を読むなど一人で好きなことをしている状況」「趣味に全力の時」「人に影響されないで好きと思えるもの」など。人に批判されても変わらず好きなもの、という回答があり、他者や状況からの18. 影響を受けないものに通ずる内容であった。対人場面やインターネット上で多様な意見や価値観に晒され続ける現代において、好きなものを守ろうとする気持ちが窺えた。

〈他者からの受容〉

24. 親しい人といるときの自分という概念が抽出された。これは20. リラックスや21. ありのままの内容に通じている。発語例には、「親友といると時」「自分を出しても受け入れてくれる人がいる時」がある。自分らしさを受け入れてくれる他者を貴重な存在だと感じ、その他者と一緒に過ごす時に、自分らしさを発揮できるという内容である。

#### ⑧【自分らしさへのこだわり】

大カテゴリーとして【自分らしさへのこだわり】が抽出された。中カテゴリーとして〈こだわりがある〉〈こだわりがない〉が抽出された。

〈こだわりがある〉

25. 他者から見た自分, 26. なりたくない自分という概念が抽出された。

他者からどう見えるか、という視点にこだわりを持つ回答を25. 他者から見た自分にまとめた。「キャラは作っているところがある」「人から好印象に見られたいところはあり、明るく振る舞うことがある」などの語りがあった。26. なりたくない自分では、「つまらない人間にはなりたくないと思う」「人と同じは嫌かな、という思いがある」など、周囲に同調するのではなく、趣味嗜好や考え、判断に自分らしさを持ちたいとする語りだった。

〈こだわりがない〉

27. こだわらない, 28. 変化するものという概念が抽出された。

発語例には、「普段考えていない」「こだわらず、結果そうになっている感じ」「わざわざこだわりを持つことはない」「時間の経過や環境の変化によっても変わるもの」

「場面ごとに変わる部分があるのも、自分らしさと言えるのかも」などがある。

#### ⑨【自分らしさへの悩み】

大カテゴリーとして【自分らしさへの悩み】が抽出された。中カテゴリーとして〈悩んだことがある〉〈悩んだことはない〉が抽出された。

〈悩んだことがある〉

29. 悩んだ時期, 30. 実存的な問い, 31. 他者との関係, 32. 進学や就職という概念が抽出された。悩んだことがあると回答したのは6名であった。

29. 悩んだ時期は「幼少期」「中学生」「現在」など、ばらつきが見られた。内容についての分類では、まず30. 実存的な問いが挙げられる。「自分は本当に自分なのかと問い、祖母に尋ねた」「存在など、哲学的な疑問に関心がある」「将来の進路とかより、自分とはなにか気になった」など、社会的な状況とは無関係に、自分という存在そのものの認識を問う内容であった。31. 他者との関係では「明るいとか、勤勉とか、良い自分らしさを人にアピールしないといけないことに悩んだ」と語られ、他者視点の自分にこだわりを持つ、25. 他者から見た自分の内容にも通じる。「相手から求められている自分と、自分が思う自分は違うと思った」では、場に合わせて自分を抑え続けることの苦しみについて語られた。

32. 進学や就職では、「自分のポジティブな面がわからないのに、将来を考えなければいけないこと」「就活で自分の軸や強みを言わなければならないこと」などが語られた。自発的というより、社会の要請によって自分らしさと向き合わなければならないなかったエピソードが語られた。

〈悩んだことはない〉

33. 悩まないという概念が抽出された。

自分らしさについての悩みを持った経験はないと2名が回答した。

発語例には、「過去あまり悩んだことはない」「考えずに、そのときの思いで行動している」などがある。

#### ⑩【将来なりたい理想像】

大カテゴリーとして【将来なりたい理想像】が抽出された。中カテゴリーとして〈自分の豊かさ〉〈他者や社会に対する貢献〉が抽出された。

〈自分の豊かさ〉

34. 人間的な魅力, 35. プライベートの豊かさ, 36. やりたいことを大切にすることという概念が抽出された。

34. 人間的な魅力では、発語例として「独特の魅力がある人は羨ましい。自分もそうなりたい」が挙げられ、「独特さ」や「個性」といった各人が持つ、その人だけの唯一無二の魅力について述べられた。

35. プライベートの豊かさでは「趣味の世界を大事にしたい」「社会人になっても趣味を楽しむ余裕を持ちたい」という語りがあった。23. 好きなことをしているときの自分と同様、趣味に打ち込むときが自分らしくいられる時間として、大切にすることが伺えた。36. やりたいことを大切にすることも, 35. プライベートの豊かさに近い回答だが「やればよかったと後から後悔しないように、やりたいことに挑戦したい」「好きなことを楽しめるように生きていきたい」という言葉から、趣味やプライベートに限定しない、より幅広い意味合いを持つ言葉として分けた。

〈他者や社会に対する貢献〉

37. 進学への希望, 38. 具体的な目標, 39. 人の役に立つこと, 40. ロールモデルがいるという概念が抽出された。

37. 進学への希望は、発語例として「進学して勉強したい分野や研究がある」などがある。38. 具体的な目標は、「ジェンダーに関する法律を変えたい」「人が自由に話せるコミュニティをつくりたい」「将来働めたい場所がある」など、社会での具体的な目標やビジョンについての語りである。39. 人の役に立つことは、他者に対して援助的な働きかけをしたい、という語りで、38. 具体的な目標とは区別した。発語例には「周りの人の役に立てるようになりたい」「人生で誰か一人でもいいから助けてみたい」などが挙げられた。40. ロールモデルがいるは「不登校だったときに助けてもらった先生がいて、自分も人の役に立ちたいと意識した」などがある。将来の理想像として、過去に関わった人を挙げている点で、39. 人の役に立つこととは区別した。

#### 3) 結果図とストーリーライン

概念とカテゴリーを分類した結果図を、図1に示した。また、結果図をもとにストーリーラインをまとめた。【 】は大カテゴリー、〈 〉は中カテゴリー、 は概念、「 」は対象者の発言を示している。

インタビューは、多元的自己を意識した「自己の使い分け」に関する質問と、アイデンティティを意識した「自分らしさ」に関する質問とを組み合わせで行われた。

まず、【自分らしさへの悩み】すなわちアイデンティティに関する悩みは、早くには「幼少期」から始まる。ここでの悩みは「自分という存在が何であるのか」という

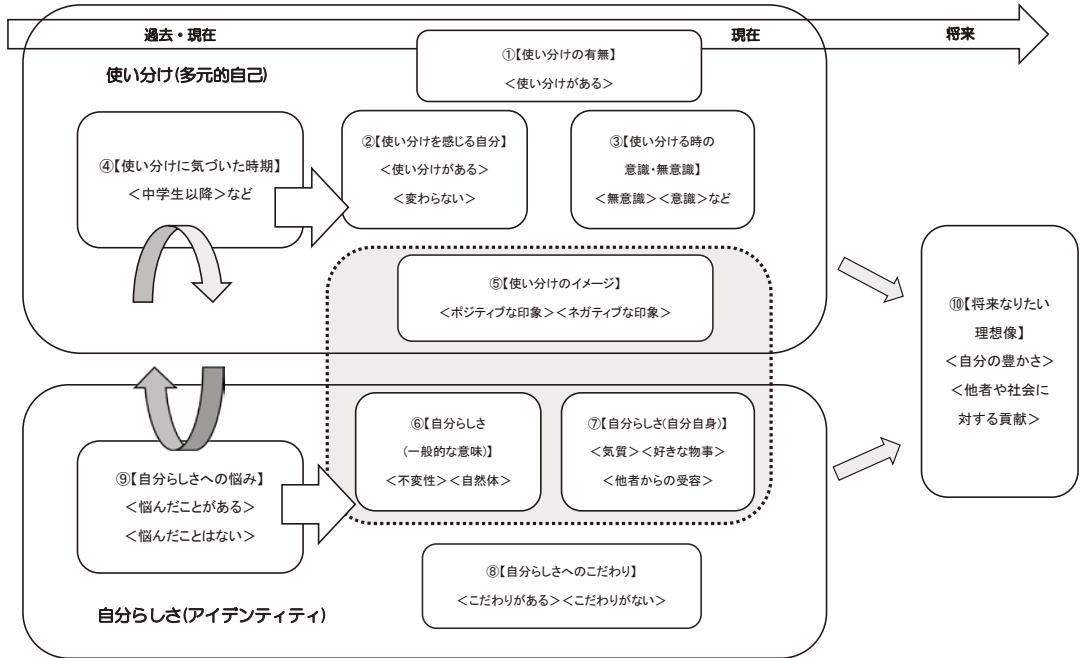


図1 結果図(重要な部分は、グレーで囲っている)

30. 実存的な問いであり、具体的な悩みではない。実存的な悩みを持つ人は、幼少期から現在に至るまで関心を持ち続ける。一方、思春期や青年期になると31. 他者との関係や32. 進学や就職といった、社会との関わりに関する悩みが増えていく。社会的な悩みを持つと同時に、自己の使い分けを意識するようになっていく。【使い分けに気づいた時期】は〈中学生以降〉が多く、3. 家族の前での自分、4. アルバイト先での自分、5. 友人の前での自分など、相手や場面ごとに変わる自己の多元性が自覚されていく。使い分けは〈無意識〉〈意識〉〈無意識と意識の両方〉で起きている。〈無意識〉に使い分けが起きる場合は、相手や状況に合わせて受動的な変化が起きる。「相手のテンションや喋り方に無意識に合わせてしまう癖があり、疲れる」の語りが示すように、苦痛に感じられる場合と「こうし

たいと思って変えるというより、後から気づく」など、いつの間にか変わり、気にされない場合とに分かれる。〈意識〉して使い分けの場合は、より戦略的だといえる。意識的な使い分けは社会生活の15. 適応のために必要で「使い分けによって適応して、人と接しやすくなる」など、人とのやり取りにおいては16. 普通のこととして〈ポジティブな印象〉で語られる。一方、相手や状況に合わせることは17. ストレスになることもある。

自己を使い分けることと、自分らしさを持つことの両方は、両立し難くときに葛藤を引き起こす。31. 他者との関係では「相手から求められている自分と、自分が思う自分は違う」と言った言葉で、そのずれが言い表される。エリクソンの理論で言えば、役割葛藤をきたした状態だといえるだろう。



一方、自分らしさについては33.悩まない、27.こだわらないといった声も多数ある。アイデンティティを確立させるための試行錯誤は、もはや必須とされない。内面的な同一性の形成より25.他者から見た自分や31.他者との関係といった関係性、もしくは流動的な状況に適応することのほうに注意が向けられる。多元的自己のあり方にとって、自分は28.変化するものであり「場面ごとに変わる部分があるのも、自分らしさと言えるのかもしれない」。

しかし、多元的な自己が、場面ごとの使い分けを重視するとしても【自分らしさ(一般的な意味)】は「周りに流されないこと」、「関わる相手が変わっても変わらない本質」、19.一貫性といった言葉で表現される。ここで語られる〈不変性〉は、エリクソンの自我アイデンティティの感覚に近い。【自分らしさ(自分自身)】についても、〈気質〉や「人に影響されないで好きと思えるもの」などが挙げられる。

つまり、場面ごとに自分を使い分ける多元的自己の状態にあっても6.根本は同じ、唯一の自分らしさがあるという認識を持つ。自己を使い分けると同時に、6.根本は同じというアイデンティティの感覚を持つことが、多元的自己の精神的安定に繋がっている。

34.人間的な魅力を持ちたいという希望や、35.プライベートの豊かさを望むこと、36.やりたいことを大切にするといった形で、自己の内面的な関心は満たされてゆく。同時に、37.進学への希望、社会の中での38.具体的な目標、39.人の役に立つことなどによって、対人関係や社会に向けての関心が満たされてゆく。

## IV 考察

### 1. 多元的自己としての「使い分け」の意味

インタビューでは、多元的自己という用語は難しいため「自己の使い分け」という言葉に置き換えた。結果として、対象者全員が「使い分けがある」と答えた。発言例に「時と場所で変わるのは当たり前で、先生には敬語、友達には使わないのが普通」という回答があった。たしかに、社会生活でのマナーやルールが使い分けであるなら、ほとんど全ての人が「使い分けをしている」と回答するだろう。一方、「相手のテンションや喋り方に無意識に合わせてしまう癖があり、疲れる」など、無意識に声のトーンや雰囲気と同調してしまう態度を使い分けと呼ぶ人もいる。同じ「使い分け」でも、受け止め方には違いがあることが分かった。「自己の使い分け」の解釈の個人差まで把握しきれないことが、今回のインタビューの限界であると感じられた。

### 2. 多元的自己の背景

対象者によって「自己の使い分け」という言葉の解釈に少しずつ違いはあれども、使い分けること自体は、青年にとって違和感なく浸透していることが分かった。使い分けは3.家族の前での自分、4.アルバイト先での自分、5.友人の前での自分など、状況によって変わる自己として経験される。これは、青年が異なる状況ごとに異なる自己として振る舞い、その過程で一貫しない、断片的な自己を経験する(藤野, 2022)という、先行研究での指摘とも一致している。

また、インタビューを行った大学生では

32. 進学や就職も大きなテーマとして関わる。「自分のポジティブな面がわからないのに、将来を考えなければいけないこと」「就活で自分の軸や強みを言わなければならないこと」など、就職活動の場面で求められる自己像も、使い分けるべき自己の一側面となっている。環境からの求めにより、あらゆる場面で使い分けが必要とされている。また、使い分けは15. 適応のために必要として〈ポジティブな印象〉で語られる。社会生活をおくるためには、自己の使い分け、つまり自己を多元化させることは必要と認識される。現代社会に適応するためのスキルとして使い分けは機能し、使い分けは16. 普通のこと、気づかれないうちに7. 無意識に変わると答える人がいるほど、浸透している。

### 3. 友人関係での使い分け

使い分けは、学校と家庭などの場面ごとや、就職活動などの公の場面に限定されない。例えば5. 友人の前での自分は、相手によって「言葉を選ぶ」「相手に話を合わせる」「この人にはここまで出していいと加減している」などの発言例がある。個人と個人の関係においても、それぞれ相手が異なる価値観や信条を持っていることを汲み取り、繊細な関係調整を行っていることが分かる。相手に応じた使い分けに気を配ると同時に、ときには17. ストレスになる、と感じられることもあり、調整がうまくいかない場合は「相手から求められている自分と、自分が思う自分は違うと思った」という発言例のように、葛藤として体験される。

### 4. 役割の葛藤

一方、インタビュー全体を通してみれば、先の発言例のような葛藤について言及された例は珍しく、対象者の青年では役割の葛藤が起きにくい者が多かった。研究では、アイデンティティは心理学の専門用語で理解が難しいため「自分らしさ」という言葉に置き換えて質問している。結果として、自分らしさに関して〈こだわりがない〉という回答が複数あった。「普段考えていない」「こだわらず、結果そうになっている感じ」や、自分は「時間の経過や環境の変化によっても変わるもの」など、状況にあわせていくほうが、自然だとする回答がある。

また自分らしさについて〈悩んだことはない〉という回答もあった。「考えずに、そのときの思いで行動している」という感覚も、状況に合わせて変わっていく自己を連想させる。

これらの回答から、現代においては、青年期の自己と環境における役割の葛藤は、必ずしも重視される経験ではないと考えた。葛藤を起こすより、状況に応じて自己を使い分けることのほうが、現代では生きる術としても価値が高い。そもそも、アイデンティティを形成することの意義のほうが、見出しにくい状況なのではないか。

### 5. 多元的な自己におけるアイデンティティ

一方、アイデンティティは個人の中で、自分らしさへのイメージとして残っている。インタビューで【自分らしさ(一般的な意味)】は「周りに流されないこと」、「関わる相手が変わっても変わらない本質」、

19. 一貫性といった言葉で表現される。これは自己の〈不変性〉とも言い換えられるだろう。自己概念を時間的に連続した感覚と捉える、エリクソンの自我アイデンティティにも近い(溝上, 2016)。【自分らしさ(自分自身)】についても、〈気質〉や「人に影響されないで好きと思えるもの」などが挙げられる。つまり、場面ごとに自分を使い分ける多元的自己の状態にあっても 6. 根本は同じ、唯一の自分らしさがあるという認識を持つ。自己を使い分けると同時に、6. 根本は同じというアイデンティティの感覚を持つことが、多元的自己の精神的安定に繋がっている。

溝上(2016)は、状況ごとに振る舞い分けられる複数の自己を調整し、変わらない自分の感覚を得ることがアイデンティティ感覚を持つために重要と指摘したが、本研究でも、それが実証されたように思われた。

## 6. 現代のアイデンティティの形成過程

では、どのようにして現代の青年の中では自己が形成されるのだろうか。使い分けが必要な現代において、唯一の自己を中心とした役割の葛藤が起きにくいとすれば、どのような道筋で自分らしさが形成されるのか。

大カテゴリー【自分らしさへの悩み】の中カテゴリー〈悩んだことがある〉では、30. 実存的な問いがあった。これは、「自分は本当に自分なのか」と思い、祖母に尋ねた」「存在など、哲学的な疑問に関心がある」「将来の進路とかより、自分とはなにか気になった」など、アイデンティティの概念に近いものである。しかし、一方で〈悩んだことはない〉という中カテゴリーも抽

出されている。

インタビューをとおして印象的なのは、アイデンティティ探索と現代の自分らしさの形成の道筋は態度が異なるということだ。エリクソンのアイデンティティ探索はそれが青年期の「課題」と呼ばれるほどであり、「拡散」の可能性を孕んだ、ある種の危険に満ちた自己探求の活動だったはずだ。一方、現代で自分らしさを探すとすれば、それは20. リラックス、21. ありのままといった、むしろ力を抜いて〈自然体〉でいることにある、とインタビューの中では回答されている。また、〈好きな物事〉や24. 親しい人といるときの自分という答えもあった。

アイデンティティの探索は苦しみと危険を伴う活動というよりも、リラックスや楽しさ、親しい人からのありのままの受容、といった喜びや安心感、愛情が感じられる場所にあると、青年たちには認識されていた。この辺の感覚の違いにも、青年が生きる時代性が影響しているのではないかと思われる。

## 7. 将来への創造性

インタビューでは、将来の理想像についても尋ねた。一人一人の回答が独自のものであったが、大きく〈自分の豊かさ〉という内的な興味へと開かれていくもの、〈他者や社会に対する貢献〉といった外界への興味へと開かれていくものに分けた。回答からは、それぞれの対象者の創造性を感じることができた。「趣味の世界を大事にしたい」「好きなことを楽しめるように生きていきたい」など、内的な豊かさを求めていこうとする人や「ジェンダーに関する法

律を変えたい」「人が自由に話せるコミュニティをつくりたい」など、今の状況を変え、あたらしい物事を作り出したいと考える人もいた。現代においては、自己とは、アイデンティティ探索のように既にある社会の中に自分を位置づける、というよりも、あらゆる領域で断片化し、価値が多様化した社会において、自分の道を創っていくことなのかもしれない。

## 8. 総合考察

多元的自己を「使い分け」という言葉に変えて質的研究を行ったが、すべての対象者が使い分けを「している」と回答し、自己の多元化は、もはや現代の青年において一般的と言っているのかもしれない。

従来のような一貫した自己を持つことや、役割の葛藤をとおしたアイデンティティ確立といった心の動きが、青年自身のなかでは必ずしも起きるわけではないと分かった。そこには、アイデンティティの確立よりも、自己を多元化させる使い分けの態度が、現代社会を生きやすくすると青年自身、理解しているという背景がある。また、価値が多様化し、断片化した社会の中では、青年が葛藤を起こしうるような明確な対立軸が存在しているとも言いがたい。

ただし、インタビューでは、使い分けをしても「周りに流されないこと」「関わる相手が変わっても変わらない本質」が自分にあるという、アイデンティティ確立に近い感覚があることも語られた。自己探索や役割の葛藤を経るとは限らない多元的自己において、この「唯一の自己がある」というアイデンティティ感覚は何によるのか考えさせられる。

考察では、青年たちは複雑化した社会のなかで、各々が自分の道を創造しなければならない、と書いた。さらに言えば、彼らは断片化した状況に合わせて自己の使い分けをしつつも、自分の道を模索しなければならないわけである。自己を多元化させながらも、生きる道を探るといふ、両者のバランスをうまく取ることが、どれほど難しい仕事か考えさせられる。だからこそ、インタビューの対象者たちは、自分らしさについて〈自然体〉の概念<sup>20</sup>、リラックス、21.ありのままや、〈好きな物事〉の<sup>23</sup>、好きなことをしているときの自分と回答したといえる。自分の感受性を研ぎ澄まし、守ることが、自分の生きる道を辿る術になると感じているのだろう。これは現代の青年の持つアイデンティティ観を現すとも考えられた。

## 9. 研究の限界

対象者が一大学の女子大学生に限定しており、日本の大学生全般の特徴をあらわしているものではない。また、多元的自己とアイデンティティとの関係を調べるインタビュー調査であるが、二つの用語が一般の人には理解が難しい。そこで、多元的自己を「自己の使い分け」、アイデンティティを「自分らしさ」という言葉に置き換えて質問した。しかし、「自己の使い分け」「自分らしさが」必ずしも多元的自己、アイデンティティと同じ内容を反映しているとは限らない。また、対象者によっては、自己の使い分けに関して様々な意味に解釈している可能性がある。しかしながら、多元的自己、アイデンティティという概念を質的研究で検討した論文は少なく、この研究の

意義があると考える。

本研究にかかわる利益相反はない。

本論文の執筆にあたり、ご指導をいただいた跡見学園女子大学大学院教授宮岡佳子先生に、御礼申し上げます。また、ご協力いただいた学生の皆さまに、心から感謝いたします。

## 引用文献

- 浅野智彦(2006). 検証・若者の変貌. 勁草書房.
- Block, J. (1961). Ego identity, role variability and adjustment. *Journal of Consulting of Psychology* 25, 392-397
- 遠藤由美(1999). 自己概念. 中島義明ほか(編). *心理学辞典*. 有斐閣. pp327-328
- 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*, 33(2), 87-104
- 岩田考(2006). 若者のアイデンティティはどう変わったか. 浅野智彦(編). *検証・若者の変貌*. 勁草書房. pp.151-190
- 川上華代(2013). 現代学生の特徴と学生相談についての考察—問題や症状が維持され、変わらない学生の姿から見えてくるもの—. *和光大学現代人間学部紀要*, 6, 141-153
- 木下康仁(2003). *グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践—質的研究への誘い—*. 弘文堂.
- 木谷智子・岡本裕子(2015). 青年期における多元的な自己とアイデンティティ形成に関する研究の動向と展望. *広島大学大学院紀要*, 64, 113-119
- 木谷智子・岡本裕子(2018). 自己の多面性とアイデンティティの関連—多元的アイデンティティに注目して—. *青年心理学研究*, 29, 91-105
- 溝上慎一(2016). 青年期はアイデンティティ形成の時期である. 梶田叡一・中間玲子・佐藤徳(編). *現代社会の中の自己・アイデンティティ*. 金子書房. pp.21-41
- 成田善弘(2001). 若者の精神病理—ここ20年の特徴と変化—. 岩波新書.
- 小此木啓吾(1978). *モラトリアム人間の時代*. 中央公論新社.
- 高石恭子(2009). 現代学生のこころの育ちと高等教育に求められるこれからの学生支援. *京都大学高等教育研究*, 15
- 辻大介(2004). 若者の親子・友人関係とアイデンティティ—16～17歳を対象としたアンケート調査の結果から—. *関西大学社会学部紀要*, 35(2), 147-159.