

北九州市立大学文学部紀要

(人間関係学科)

第 29 卷 抜 刷

「本当の自分」を感じる自己の特徴 — 単層と重層の自己に
ついての予備的研究

田 島 司

Characteristics of the self that feels “true self”: A preliminary study of
the monolayer and the multilayered self

Tsukasa Tajima

北九州市立大学文学部

2022 年 3 月発行

「本当の自分」を感じる自己の特徴 — 単層と重層の自己についての予備的研究

田 島 司

Characteristics of the self that feels “true self”: A preliminary study of the monolayer and the multilayered self

Tsukasa Tajima

要 約

自己は場面によって変化して多面的になることが外界に適応するうえで欠かせないが、多面的になることが否定的意味を持ちうるという先行研究の指摘もある。そこで、多面性の認識にかかわると考えられる自己の階層性に着目してその特徴を検討した。自己が単層か重層かを選択させたうえで、研究1では私的自己意識と場面間の自己の変化量を測定したが階層性との関連はみられなかった。研究2では自己の階層性についてどのように感じるか自由記述を求めた結果、重層の自己を選択した者の記述には同時的に2つの自己の存在が假定されていただけでなく、それらの差異や、一方が他方の変化を統制するような関係性も認知されていた。重層の自己は、社会からの期待と自己との差異を否定的に認識する条件となりうることが示唆された。

キーワード：多面的自己、自己の一貫性、私的自己意識、「本当の自分」

自己が外界とかかわる際には場面によって目標や課題が変化するため、外界へのかかわり方の傾向や方針などが変化すると考えられる。その意味で、場面によって自己が多面的になるということについては、James(1892)を初めとして古くからの指摘もあるように、特に現代社会の固有の現象であるとは思えない。例えば、友人との歓談では陽気でにぎやかになる人も、会社での仕事中には厳しく冷徹になるなどのような変化はそれほど珍しいことではなく、いつの時代であっても単一の場面のみで生活できるという社会環境は考えにくいいため、場面に応じて柔軟に変化することは

適応的であるといえるだろう。このことを確認している研究としては、例えば、諸井（1987）は、自己呈示変容能力の得点が高い人ほど社会的不安や孤独感が低いことを報告し、さらに、吉田・高井（2008）は大学生を対象に調査を行い、誠実性が期待されている講義場面では誠実性へと変化しているほど、また、調和性が期待されている雑談場面では調和性へと変化しているほど自己評価が高いという結果を報告している。これらの実証研究は、外界の要請に従って自己が変化するという適応性の側面を取り扱ったものであるといえるだろう。関わりを持つ場面が近年さらに増加したということはあるとしても、以前から複数の場面にかかわって自己が柔軟に変化しつつ適応してきたことには変わりないと思われる。

上述したような、外界に適応するために自己が変化するという見方に対して、その変化が否定的な影響を及ぼしうるといふ見方もある。これは、自己自身を一貫したものとして認識したいという内界の動機に由来するものであり、複数の異質な自己があることによってある種の違和感が生じると考えられている。例えば、Block（1961）や Donahue, Robins, Roberts, & John（1993）の調査では日常の複数の場面での自己が測定されているが、場面間で自己が変化する量が大いほど抑うつ傾向などが強まるという結果が報告されている。

自己が多面的に変化することが基本的には適応上肯定的なのであれば、それが自己にとって否定的な意味をもつのはどのような場合であろうか。

自己には「本当の自分」と感じられる部分があることを仮定した研究がある。そのような自己の側面は、Rogers(1951)がカウンセリング過程において来談者の自己の認知として生じる側面として注目したものである。また、Turner(1976)は、自己の側面を、状況や他者によって容易に変化するという不安定な特徴をもつ「自己イメージ (self-image)」と、比較的安定的で、「本当の自分」「真の自己」などのような感覚をともなう行為の内容に一貫した方向性を与える「自己観念 (self-conception)」に分けた。その後の研究においても、「本当の自分」という感覚をともなう自己の側面は、偽の自己や演じている自己という感覚と対比されながら重要な側面として議論されてきた (Bargh, Mckenna, & Fitzsimons, 2002)。

「本当の自分」と感じられるというのは、いわば「本当でない自分」と対比されつつ感じられるということに他ならない。「作られた自分」や「仮の自分」のような「本当でない自分」が感じられずに「本当の自分」だけが感じられるとは考えにくいことから、「本当の自分」を感じる場合とは、感じられ方の異なる2種類の自己が併存しているということになるだろう。それは、場面によって多面的に変化する外界適応の手段としての機能的な自己に対して、目的的にかかわる主体的な自己が同時に配されているという認識であり、多面的な「本当でない自分」とともに一貫した「本当の自分」が感じられるという重層の自己が成り立ち得ると考えられるのである。

このような「本当の自分」という感覚をともなう重層の自己はすべての個人に常に成立している

というわけではなく、変幻する自己がまとまりなく断片化したままで、「本当の自分」と感じられる部分が明確になっていないという例も報告されている。例えば、高石（2000）は、異質な自己が断片化しているかのようで自己の一貫性がないという一部の若者の特徴を指摘しており、他にも、一貫性を欠く自己に葛藤が生じない、自己の断片化ともよばれている現象の存在を指摘するものは少なくない（浅野, 2006）。

これらをふまえると自己には少なくとも次のような2つの様相があり、それらは Figure 1 のように階層性の違いとして表すことができる。Figure 1 の A は各場面での期待に影響を受けて変化する複数の自己があり、それらが多面的に並んでいる単層の自己である。B は場面ごとの複数の自己に加えて「本当の自分」と感じる部分がある重層の自己である。重層の自己は、「本当の自分」と感じられる部分が場面ごとの自己を通底しており、2種類の自己が常に併存している状態である。

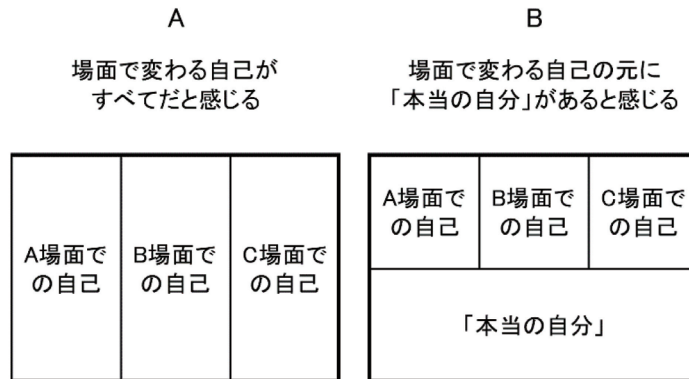


Figure 1 単層の自己と重層の自己の概念図

すでに述べたように、外界適応のために自己は場面ごとにある程度は変化することが前提であり、それは単層の自己にも重層の自己にも同様に当てはまることである。したがって場面間の変化量の問題としてではなく、それを通底し、一貫する側面を伴うか否かという階層性における区別である。単層と重層の自己はそれぞれどのような違いがあるのか明らかにしつつ、自己の多面性についての捉え方の違いにもかかわるのか検討したい。

研究 1

最初に、Figure 1 のような2つの自己の様相を模式化して呈示した場合に、自身の自己の階層性の状態に近いと感じられる一方を選択するということが可能であるか、また、どの程度の比率でそれぞれが選択されるのかを検討する。

ここで扱われる自己の階層性の違いは、これまで議論されてきたような場面間での変化による自

己の多面性の有無や程度の問題とは区別されるものであり、単層の自己と重層の自己との間で場面間の変化量に差があることは想定されていない。各場面の期待に影響を受けて変化する部分は単層と重層の自己のどちらにも同じように含まれているはずであるが、場面間の変化量が階層性と関連があるかを確認しておくために、今回の調査では場面間の自己の変化量を測定して検討する。

また、2種の自己において異なるのは、各場面の自己を通底する「本当の自分」と感じられる部分の有無という階層性の質的な違いであり、単なる自己意識の量的な程度の違いではない。各場面において自己意識を持つことについては単層も重層も同じである。従って、自己の内面に向けたいわゆる私的自己意識 (private self-consciousness; Fenigstein, Scheir, & Buss, 1975) の程度に差があることは想定されていない。しかしながら、これも階層性と関連があるのかを確認しておくために測定に含める。

方 法

調査は大学生を対象として心理学関連の講義の時間にWEBを利用した質問紙法を用いて行った。自己の階層性の測定では、「人は、場面によって性格が変わる場合があります。自分の性格がどのようなものだと感じますか？どちらか一方に○を付けてください」の教示文の後に Figure 2 を呈示して回答を求めた。一般的な回答者にとって、場面によって変わる「自己」という表現はなじみが薄くイメージしにくいと考えたことから、これを「性格」という表現に置き換えた。

「人は、場面によって性格が変わる場合があります。自分の性格がどのようなものだと感じますか？どちらか一方に○を付けてください」

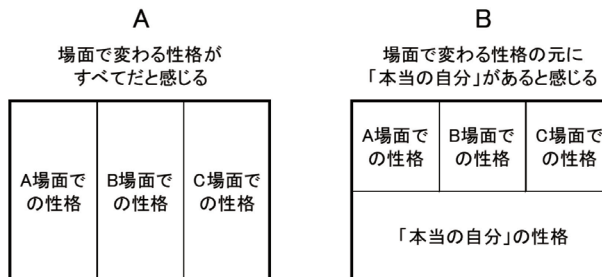


Figure 2 自己の階層性の測定に使用した図と教示文

私的自己意識の測定は菅原 (1984) が作成した 10 項目を使用して 7 件法 (1:「まったくあてはまらない」～7:「非常にあてはまる」) で回答を求めた。場面間の自己の変化量を先に測定してしまうと、どの場面における私的自己意識を想定すればよいか判断できず回答しにくくなると考え

られたため私的自己意識の測定を先に配置した。

そのあとに、場面間の自己の変化量を以下のように測定した。「家族といるときのあなたの性格を思い浮かべてください。以下の特徴にどの程度当てはまりますか？」という教示文のあとに、小塩・阿部・カトローニ（2012）が作成した Ten Item Personality Inventory (TIPI-J) を用いて 7 件法（1：「まったくあてはまらない」～7：「非常にあてはまる」）で回答を求めた。さらに、「学校の友人といるとき」「学校の先生といるとき」という他の 2 場面も同じ尺度を用いて測定した。最後に年齢と性別を尋ねて調査を終えた。

結 果

分析の対象者は 130 名（男性 43 名、女性 87 名、年齢の平均値 19.4 歳、標準偏差 0.80）である。

自己の単層（Figure 2 の A）と重層（Figure 2 の B）を選択した人数はそれぞれ 31（23.9%）：99（76.2%）であった。 χ^2 検定の残差分析の結果、男性で単層と重層を選択した人数比（11：32）と、女性で単層と重層を選択した人数比（20：67）の間に有意な差はみられなかった（ $\chi^2(1)=0.11$, *ns*, $\phi =.03$ ）。

次に私的自己意識を測定した 10 項目について項目分析を行った。 α 係数は .85 であり十分な信頼性があると判断して、合計点を私的自己意識得点として用いた（ $M=53.4$, $SD=9.14$ ）。私的自己意識得点を従属変数として 2（自己の階層性：単層・重層） \times 2（性別：男性・女性）の 2 要因分散分析を行った結果、自己の階層性の主効果はなく（ $F(1, 126)=0.08$, *ns*, $\eta^2=0.00$ ；単層： $M=53.3$, $SD=8.02$ ；重層： $M=53.5$, $SD=9.49$ ）、性別との交互作用もなかった（ $F(1, 126)=0.40$, *ns*, $\eta^2=0.00$ ）。

自己の変化量は、TIPI-J の素点について 3 場面間の差を算出し、その絶対値を合計して自己変化量の得点とした（ $M=29.2$, $SD=15.68$ ）。自己変化量得点を従属変数として、2（自己の階層性：単層・重層） \times 2（性別：男性・女性）の 2 要因分散分析を行った結果、自己の階層性の主効果はなく（ $F(1, 126)=0.05$, *ns*, $\eta^2=0.00$ ；単層： $M=29.7$, $SD=15.42$ ；重層： $M=29.0$, $SD=15.83$ ）、性別との交互作用もなかった（ $F(1, 126)=0.07$, *ns*, $\eta^2=0.00$ ）。

考 察

自己の様相が単層か重層かの選択については調査の対象となった全員が回答することができた。単層と重層の比率は、大学生を対象にして先行して行われたこれまでの 3 回分の調査結果（130（23.7%）：418（76.3%）；田島, 2019）とほぼ同じであった。上で述べたように、自己の様相は場面ごとの複数の自己からなる場合と、それらを「本当の自分」が通底する場合に区別して自己がどちらに当てはまるか一方を選択することができるようである。本調査の対象となった大学生では、

重層の自己を選んだ人数の方が3倍程度多いという結果となったが、他の年齢層を含めて幅広い対象で調査を行って結果を比較する必要があるだろう。

また、私的自己意識の程度については単層と重層との間で差がなかったことから、これらは意識の量的な程度による違いとは異なるものであろう。各場面その時々を自己を意識することが強まることの延長線上に重層化があるのではなく、複数の異なる自己を上層から一括して認識する視点が加わるような質的な違いにもとづいて自己の階層性が成り立っていると考えられる。

さらに、自己の場面間の変化量についても単層と重層との間で差はなく、場面間での自己の変化が大きくなることと自己が重層になるということとの関連は示唆されなかった。これまで議論されてきた自己の多面化という現象は重層化と混同すべきでなく、これらは異なる機制によるものと考えられる。

研究 2

研究1では、自己の単層と重層は自身で区別して回答することが可能であり、その違いは場面間の自己の変化量と関連がなく、また私的自己意識の程度とも関連がないという結果であった。研究2では、自己の単層と重層が主観としてどのように感じられているかを比較する。単層の自己は場面ごとに自己は変化するということにとどまり、重層の自己は通底して場面間をつなげる構造を持つと仮定されている。それらの特徴が自身の内省にどのように現れるか検討する。

方法

調査は大学生を対象として心理学関連の講義の時間に質問紙法を用いて行った。自己の階層性の測定は研究1と同じ方法で行った。その後、「上の質問で回答を選んだ理由について質問します。どのような時にどのように感じるからですか？」という質問に対する自由記述を求めた。

結果と考察

分析の対象者は74名（男性21名、女性52名、その他1名、年齢の平均値19.8歳、標準偏差0.72）である。

自己の単層と重層を選択した人数はそれぞれ26（32.9%）：53（67.1%）であった。 χ^2 検定の残差分析の結果、男性で単層と重層を選択した人数比（10：13）と、女性で単層と重層を選択した人数比（16：39）、その他を選択した者（0：1）の間に有意な差はみられなかった（ $\chi^2(2)=2.02$, ns , $\phi =.16$ ）。

単層の自己を選択した者の記述内容では、26名すべての回答において場面によって自己が変化

することをふまえた内容となっていた。その内の13名の回答は、例えば「どんな状況か、どんな人と居るかで自分の態度が全く変わるように感じるから」「家庭内と家庭外で自分の性格が異なっていると感じる人が多いから」などのように、変化することそのものが単層の自己を選択した主な理由となっており、それ以外の側面については表現されていなかった。また、別の6名の回答では、「本当の自分の性格が分からないから」「本当の自分の性格が無いように感じるから」などのように、重層をなすためのもう一つの自己の存在が否定されていた。残る7名の回答は、「場面によって変わるが、無理はせず自然に変わっているから」「性格が変わるとは言っても作りあげたものではないから」などのように、場面ごとに変化する自己を統制させるようなもう一つの主体である自己が感じられないことや、「場面で変わる自分も自分そのものだと感じるから」などのように、各場面で変化しているそれぞれの自己が変化に携わっているからという理由であった。

このように単層の自己を選択した者の回答では、自己が変化することは認めたとうえで、それ以外の「本当の自分」に値する存在が無いか、もしくは明確に否定していない場合にも、変化する自己のそれぞれにそれが含まれているために重層とはいえないという説明であった。

次に、重層の自己を選択した者の記述では、「性格が変わったりしないから」「違いがないから」という2名が含まれていた。厳密に言えば、場面間の自己の変化そのものを否定したこれらの回答は2つの選択肢のいずれにも含まれないが、「本当の自分」と感じられる側面について直接の言及はないものの、場面間を通じて一貫している自己が感じられることから重層の自己を選んだと解釈できるため、回答を尊重してそのまま重層の自己としてカウントした。また、別の4名の回答は「なんとなくそう感じました」などのように詳しい説明が書かれていないものであった。

以上6名を除いた47名の回答にはすべて、場面によって変化する自己と「本当の自分」という2側面が感じられることをふまえた内容となっていた。その中で19名は「常に本当の自分があるように感じたから」「自分の軸となるような性格もあるように感じるから」などのように、2種類の自己が同時的に存在することそのものを理由とした記述となっていた。「本当の自分」と感じられる側を指す表現としては「根底には」「基本的には」「ブレない自分」「基礎となっている」などが用いられていた。また、別の15名の回答には、「場面ごとに変わる性格を決定しているように感じるから」「自分のどの部分を使うか考えながら行っているから」などのように、2種類の自己の側面が存在するというだけでなく、一方の自己が場面ごとの自己の変化を統制していることを意味する比較的肯定的な表現が含まれていた。残る13名の回答は、「程度の差はあれど無理をしているような感じがするので」「他人に合わせて自分が思っていることを言わないときがあるから」のように、一方の自己が場面ごとの自己の変化を統制しているものの、そのことに対して「疲れ」「遠慮」「緊張」のような比較的否定的な表現をともなった説明となっていた。

以上の回答内容の分類については、同時的に2つの自己の存在が仮定されているかについて特に

注目して行った。その部分が単層と重層とを区別する重要な基準だからである。単層の自己を選択した中で最後に分類された7名の回答にあったような「無理はせず自然に」などの表現には自己の二重性がみられないが、重層の自己を選択した回答にあったような「決定している」や「無理をしている」などの表現には、もう一方の自己との間に何らかのズレや軋轢、統制力の差などが現れており、その点で後者は2つの自己を相対的に比較して関係性を認識していたと考えられる。

Figure 2 を用いて自己の単層と重層を回答させることは、本研究の研究1や先行する田島(2019)の調査ですで行われていたが、自己の階層性をどのように感じている者がそれぞれを選択しているのか不明であった。今回の調査では、単層と重層の選択者それぞれの自由記述の内容を比較したところ、階層性の選択の基準として仮定していた内容に沿うように自己を感じていたと解釈することができる。

また、少数ではあるものの、場面間の自己の変化を否定するような回答があったことは課題として残る。変化する部分を感じずに一貫する部分のみ感じるとは考えにくい、それらいずれの自己の様相もあまり顧みられていないのか、それとも、自己が不変であるという感覚が、場面ごとに期待される固有の行動傾向の変化があると感じていることと表裏であるのかについては今後の検討が必要である。

結 語

研究1において、自己が単層であるか重層であるかという選択が、私的自己意識の程度や場面間の自己の変化量との関連がみられないことと、研究2における自己の階層性についての内省の内容をふまえて考えると、「本当の自分」を感じる重層の自己とはいわば2人の自分が同時に存在しているように感じる状態であるといえる。さらに、場面によって変化する自己と「本当の自分」のように感じられる自己の2つは、どちらも単に存在することだけが感じられるというのではなく、それらは一括され、相対化されてとらえられていた。すなわち、2つの自己の差異が認知されていたり、一方が他方の変化を統制するような関係性が認知されていたりしたのである。

自己の多面性にかかわる議論において、変化することが肯定的か否定的かという問題がこれまで議論されてきたが、ここに自己の階層性の視点を新たに入れることによって整理できる部分があるように思われる。外界適応に沿った客観的な自己の変化は肯定的であるが、自己が重層となることによって、「本当の自分」と感じる側面からのズレが認識されることで内界に否定的な影響を及ぼし得るといえることである。例えば、田島(2010)の調査では、場面間の自己概念の変化量は抑うつ・不安の程度と関連がみられなかったが、自己を多面化させていると主観的に感じている程度は抑うつ・不安と正の相関関係がみられた。この結果についても、変化する自己と変化しない自己とのズレを認識することから否定的影響が生じていると考えれば理解することができるだろう。重層の自

己の視点からみれば、自己の変化は適応的で肯定的であると同時に、「本当の自分」からの乖離が認識される否定性がともに感じられている可能性がある。これが契機となって、社会から期待される自己と現実の自己との差異を否定的にとらえることが示唆される。

引用文献

- 浅野智彦 (2006). 若者の現在 浅野智彦 (編) 検証 若者の変貌：失われた 10 年の後に 勁草書房
- Bargh, J. A., McKenna, K. Y. A., & Fitzsimons, G. M. (2002). Can you see the real me? Activation and expression of the "true self" on the internet. *Journal of Social Issues, 58*, 33-48.
- Block, J. (1961). Ego identity, role variability, and adjustment. *Journal of Consulting Psychology, 25*, 392-397.
- Donahue, E.M., Robins, R.W., Roberts, B.W., & John, O.P. (1993). The Divided Self: Concurrent and longitudinal effects of psychological adjustment and social roles on self-concept differentiation. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 834-846.
- Fenigstein, A., Scheir, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 43*, 522-527.
- James, W. (1892). *Psychology: Briefer course*. Harvard University Press. (ジェームズ, W. 今田寛 (訳) (1993). 心理学岩波書店)
- 諸井克英 (1987). 大学生における孤独感と自己意識 実験社会心理学研究, 26, 151-161.
- 小塩真司・阿部晋吾・カトローニ ビノ (2012). 日本語版 Ten Item Personality Inventory (TIPI-J) 作成の試み パーソナリティ研究, 21, 40-52.
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications and theory*. Boston: Houghton Mifflin.
- 菅原健介 (1984). 自意識尺度 (self-consciousness scale) 日本語版作成の試み 心理学研究, 55, 184-188.
- 田島司 (2010). 自己概念の多面性と精神的健康との関係—女子大学生を対象とした調査 心理学研究, 81, 523-528.
- 田島司 (2019). 自己の多面性と一貫性が併存した重層性について 日本社会心理学会第 60 回大会発表論文集 288.
- 高石恭子 (2000). ユース・カルチャーの現在 小林哲郎・高石恭子・杉原保史 (編) 大学生がカウンセリングを求めるとき—こころのキャンパスガイド ミネルヴァ書店
- Turner, R.H. (1976). The Real self: From institution to impulse. *American Journal of Sociology, 5*, 989-1016.
- 吉田琢哉・高井次郎 (2008). 期待に応じた自己認知の変容と精神的健康との関連：自己概念の分化モデル再考 実験社会心理学研究, 47, 118-133.