

大学生におけるキャラを通じた 居場所感の形成プロセス

濱 野 翔 馬

1. 問題

1-1. 青年期の人間関係について

人間関係において、1980年代後半から現代に至るまで、希薄化など人間関係の質に関する問題が指摘され続けている。このような人間関係の希薄化といった現象が注目された一つの要因として、学校でのいじめが社会問題化されたことが挙げられる（白井ら、2017）。このような社会問題の中で、青年らは集団の中で行き場を失うリスクを下げるために、状況に応じた心理的距離を取りつつも関係の維持を努め、さらには自己開示を行って社会的不確実性を下げて安心を作り、親密性を高めなければならなくなったと考えられている（白井ら、2017）。

他にも、松下ら（2007）は、青年期における希薄化の特徴として、友人関係において表面が整っておりポジティブに見えるといった「見映え」が重視されており、その背景には深く関わることでネガティブな面に向き合ったり傷ついたりすることを恐れる傾向が隠されており、結果としてネガティブな体験や傷つきをお互いにしないように気遣い、表面上の暖かさを保とうとするやさしさ志向が生じていると述べた。

そのため青年期における人間関係の希薄化は単に関係性の質が低下しただけでなく、青年らの奮闘の末、形成された結果であると考えられる。そのような中で、個人は関係性や場面により相手に見せる自分を変え、対人関係を築いている。性格を表す「パーソナリティ (personality)」はギリシャの仮面劇で使われるペルソナ (persona) というラテン語が由来であり、我々はその時、その場所により、適切な仮面を被り適応を試みてきたと言える。近年ではそうした人間関係の中で上手く適応していくために、ペルソナのようにありのままの自分とは異なった「キャラ」を用いた交友関係をとる青年が増加している。「キャラ」を用いることは青年にとって自身の存在を関係性の中で変化させ、それはたとえ本来の自分でなくとも自分の居場所を作り出すために大いに役に立っていると考えられる。

1-2. キャラについて

キャラの語源は、キャラクター (character) であり、いじられキャラや天然キャラと表すような、集団内における個人の役割や性格特性を示す若者言葉のことである。キャラという言葉は、1999年代以降から青年の友人関係に現れてきたことが指摘されており、当初は社会学の観点から分析、考察されていた(瀬沼、2007)。その後、千島ら(2015)により、心理学的な視点から分析、考察がなされ、キャラについて心理学的な研究が盛んになってきた。

近年においては、キャラについての様々な見解が報告されている。大山(2021)は、青年がキャラを設定する際、自己像がポジティブな場合には設定するキャラもそれに伴ってポジティブな方向性が見られ、自己像がネガティブな場合にはキャラを「普通」「大人しい」とニュートラルな方向に設定することが報告された。つまり、キャラの形成には、自分の性格が影響しているということである。そのように考えると、キャラとはありのままの自分自身とかけ離れていないものであるが故に、自身がありのままの自分で生きていると感じている場合に、少しずつ調整しその場に合う「キャラ」を形成している可能性があるのではないかと考えられる。

他にも、千島ら(2015)は、キャラは主に役割と自分らしさの2つの観点から捉えられると考え、キャラを「小集団内での個人に割り振られた役割や、関係依存的な仮の自分らしさ」と定義した。これは“自分から”というよりは周りに合わせて形成されるものであるように考えられ、周りからの見られ方によって自分がどのように振舞うべきかという“周り”を意識したキャラ形成であると考えられる。

このように考えると、キャラとは様々な形態で存在するものであるが故に、各人のキャラを捉えることは困難であり、キャラというものを当人がどのように捉えているかを聴き取っていくことの重要性が考えられる。そのため、本研究ではインタビューの中で最初に当人が考えているキャラの定義について聴きとりを行うこととする。

1-3. キャラと自分

キャラについて考える時、キャラの大まかな外観は述べたが、素の自分との線引きを考えるとキャラへの理解は難しいように考える。千島ら(2015)は、キャラの有無を質問紙で尋ねた結果、キャラありと回答した者は半数、キャラ無し、不明と回答した者が残りの半分の半分を占めるといった結果となった。また、島(2019)によるとキャラがあると回答した者は63.7%と、やはりキャラがあると自覚しているものは約半数の割合であることが読み取れる。

これらの先行研究では、質問紙法を用いており、キャラについて詳しく説明を行っていないことも影響しているように考えられるが、そもそもキャラというものがどういったものであるのか理解が難しく、キャラがないと回答した可能性も考えられる。しかし、ここでキャラが何

であるのかということは理解が難しいが、自分という存在と、一般的に客観視されているキャラと見られるものが同化しているため、キャラが無く、自分であると認識している可能性もあるように考えられる。キャラについて考える時、自分とは何であるのかについて考えることは必要であることが窺える。

自分という存在に関しては、様々な主張があるが、時岡（2018）は、どれが本当の自分であるかということではなく、全てが自分の持つ側面であると述べている。また、平野（2012）はたった一つの「本当の自分」は存在せず、対人関係ごとに見せる複数の顔が、全て「本当の自分」であると述べている。このことから、自分という存在は、一言で説明できるものではなく、本人の表出するもの全てが自分であるということが窺えた。この理論から考えると、キャラというものも自分であると捉えることができる。

しかし、個人は自分を守るために、自分としてではなく、それをキャラとして設定し、自分を守るためという意味合いの側面があるように考えられる。そのように考えると、キャラとは自分に限りなく近いものであろうと、それは自分とは異なるキャラとして位置づけられている必要がある。

そのため、本研究を進めていく上で、キャラというものを理解していく際、自分で捉えている自己像というものにも目を向けていくべきであると考えられる。

1-4. キャラの意義

キャラに関しての研究は現在少ないが、その中でもいくつかキャラがあることの意義が報告されている。

友人関係におけるキャラのメリットとして、千島ら（2015）は、コミュニケーションの取りやすさ、存在感の獲得、理解のしやすさの3点を述べている。これらのメリットは居場所感の獲得に影響するものであると考えられている。

一方で、キャラを持つことに対するデメリットとして、千島ら（2015）は固定観念の形成、言動の制限、キャラへのとらわれの3点を述べている。このようにキャラを持つことで個人は様々な影響を受けることが明らかになっている。

また、他の先行研究では、大学生において、キャラの積極的受容が自尊感情と居場所感（自己有用感、本来感）と正の関連があること、キャラへの無関心が本来感と正の関連があること、消極的受容が居場所感と正の関連があることが示された（千島ら、2016）。積極的受容とは与えられたキャラを積極的に受け入れていること、消極的受容とは与えられたキャラをしぶしぶ受け入れていること、無関心とは勝手に友達が〇〇キャラだと言っているだけで、本人は興味がない場合のことである（千島ら、2016）。

千島ら（2016）は、大学生においてキャラがある者がいない者よりも自己有用感が高いため、自分自身のキャラに不満があってもそれを引き受けることで居場所感の獲得につながっていると述べた。つまり、デメリットを抱えながらもメリットとしての意義が大きいことで、キャラがある当人らは自分自身のキャラを用い続け、その集団に居ることが考えられる。

また、藤野（2019）は、キャラを用いたコミュニケーションというものに焦点を当て、「特に若い人たちの間で行われる、「キャラ」と呼ばれる、人の特徴の一部に焦点を当てデフォルメし、わかりやすさと個性に応じて割り振られた役割に応じて振る舞うコミュニケーション」を「キャラ化」として定義した。キャラ化においては、他人からキャラを押し付けられていると感じる「キャラの受動性」と、自ら積極的にキャラを利用していく「キャラの能動性」の2つの因子が存在する（藤野、2019）。藤野（2019）により、キャラを自ら積極的に振る舞う者は、自分自身のキャラを押し出すことにより、友人たちに自分のキャラを認めてもらい、そして他者から認めてもらい、好かれたいという傾向が強いこと、他者から押し付けられたキャラを受容する者は、そのキャラを拒絶することで集団内の居場所が無くなることを避けようとする傾向をもつことが明らかとなった。

これは、自らキャラを利用していく場合には、見られたい自分を他者に周知してもらい、その集団内で過ごしやすくなるといった利点があると考えられる。また、そうすることで周りから好かれると自己承認欲求も高まるという利点がある可能性が考えられる。

一方、他者から押し付けられたキャラを持つ者は、そのキャラが崩れることで居場所を失う可能性について危惧している傾向が見られる。与えられたキャラを表出している間は、当人が居場所となり得ると考えている場が保証されているが、このような居場所はキャラの崩壊と共に崩れる可能性があり得る。

この点から、キャラに関して、キャラを持つことのメリットとデメリットという視点だけでなく、与えられている場合、自身から表出している場合におけるメリットとデメリット等、キャラにおいては細やかに確認していくことが必要であると考えられる。

1-5. キャラの在り方

キャラには、千島ら（2016）が対象としたような集団内で他律的にキャラが決定される場合と、当人が主体的に自分のキャラを打ち出す場合の2つがあるとされている（瀬沼、2007）。

自認するキャラの形成・維持プロセスを検討した村井ら（2019）は、自認するキャラの場合、過去の自分を振り返り、新しい自分を模索するように主体的に、自分自身の在り方に葛藤していく側面があると述べた。他にも、村井ら（2019）は、自認するキャラに焦点を当て、キャラ行動とキャラの受容、そして承認欲求、評価懸念の関係について検討した。キャラ行動と賞賛

獲得欲求に正の関連が確認されたことから、キャラ行動における演技は友人に自分の存在をアピールするための行為であり、このようなキャラ行動が周囲に認知されることで居場所感の獲得となり、キャラを肯定的に受け止めることが推察された（村井ら、2019）。

一方、他者から他律的に決定されたキャラの受け止め方と自尊感情、居場所感との関係を明らかにしようとした千島ら（2016）は、キャラを積極的に受容している場合、消極的に受容している場合、どちらにおいても居場所感と正の関連があることを明らかとした。しかしどのような過程でそのキャラを受容し居場所感へと繋がっているのかについての過程は明らかにされていない。このようにキャラを受容する中で得られる居場所感は、現代青年の人間関係を円滑に進めていく上では重要な概念であると考ええる。

ところで村井ら（2019）を含め、キャラの形成・維持プロセスを検討していく先行研究では、自分自身の在り方に対する葛藤がテーマとして取り上げられており、キャラを介することによって生まれる居場所感においては十分に検討されていない。自身が持つキャラが現在の集団の居場所感にどのように関係しているかのプロセスを明らかにすることは、自身の居場所を考える上で重要な指標になると考えられる。

1-6. 居場所について

「居場所」という言葉は日常的によく用いられており、臨床場面においても「居場所がない」というように表現されることがある。このように居場所とは、近年、様々な環境下で用いられるようになってきている。

広辞苑（2018）には、居場所とは「いるところ。いどころ」と定義されている。このような場合、「居場所がない」という表現は、物理的に自分の居るところがない状態を示しているが、文部科学省（2012）は、学級や学校をどの児童生徒にも落ち着ける場所にしてい（心の）居場所づくり」という取り組みがあるように、「心」に焦点を当てて居場所について考えられている。

石本（2010a）は、居場所を、1人でいて居場所を感じる個人的居場所と、他者として居場所を感じる社会的居場所に分類した。個人的居場所と社会的居場所の確保と心理的 well-being との関連は、個人的居場所では関連がなく、社会的居場所は全体的に心理的 well-being を高めるとことが示された（石本、2010a）。また、藤野（2017）は、SNS を介したネット上で居場所感は得られるのかどうかを検討するために現実における居場所とネットにおける居場所を比較して、心理的 well-being への影響を研究した。その結果、現実とネットでは居場所感の形成に差が無いことが明らかとなった（藤野、2017）。

これらの結果は、物理的な居場所よりも心理的な居場所が居場所づくりにおいては重きを置

かれていることが窺える。

1-7. 居場所感について

居場所があるとはどういった場合に決定されるのであろうか。則定（2016）は、「心の拠り所となる関係性、および、安心感があり、ありのままの自分を受容される場があるという感情」を心理的居場所感と定義し、その程度を把握する尺度が作成された。尺度は、ありのままに居られることである「本来感」、誰かの役に立っている「役割感」、受け入れられていると感じる「被受容感」、ホッとすることである「安心感」の4因子から測定するものであった（則定、2007）。

また、石本（2010b）は、居場所感とは、ありのままでいられることを示す「本来感」と役に立っていると思える「自己有用感」によって測定可能であることを示した。

両者は、ある程度重なる所があり、その場や関係性の中でありのままを受け入れられている場合、役に立っていると感じている場合に、居場所があると感じやすいことが考えられる。

1-8. 居場所と居心地について

居場所と似た概念として、居心地という言葉がある。居心地とは、広辞苑（2018）によると「そこにいるときのこころもち、すみごち」と記述されている。河内ら（2009）は、児童・生徒の学校での居心地を居心地感尺度として作成した。ここでは、「学校になじんでいる」、「学校には自由に話せる雰囲気がある」、「学校でゆったりしていただける」、「学校で自分は幸せである」、「学校で友達と助け合っている」、「学校で居心地がよい」、「学校で自分は認められている」、「学校で楽にいただける」、「学校で自分は受け入れられている」、「学校で安心していただける」の10項目が示されているが（河内ら、2009）、このように見ると居場所感を測定する尺度と重なる所は大きいことが考えられる。これらを踏まえて、西川（2021）は、居場所と居心地の共通点としては、「安心感」「場所性」「他者との関係性」があることを述べた。また、居心地と居場所の差異として、居場所では「被受容性」「思考・内省」「本来感」「役割感」がある一方、居心地ではそれらが構成要素に含まれておらず、「身体性」「時間制」「事物・物との関係性」があることが示唆された（西川、2021）。そのように考えると、大まかな部分は両者の間で区別されてはいないが、細かく見ていったときに、両者の間で微妙な違いがあることが考えられる。

本研究においては、キャラを使用している時の居場所感について考える時、居場所感という言葉インタビュー内で直接的に使用することは難しいと考えられる。そのため、本研究では、インタビューにおける聞き方を工夫することとする。

具体的に、第一に、ここでも述べた居心地について聴いていくこととする。そのようにすることで、自身がその場に居る時に感じていることを言葉にしやすいことが考えられる。

次に、そのキャラを用いることにより、感じていることについて抽象的に聞いていくことで当人らのキャラの使い心地など、自由な語りからそのキャラを用いている時のエピソードが聞き取れると考えられる。

このように聞き取りを行っていくことで、総合的に居場所感についての語りを集めることが可能であるように考えられる。よって本研究では、居場所感としての直接的な聞き取りではなく、居心地、キャラの使い心地、その場で感じていることなどを聴きとっていくこととする。

1-9. 青年期と居場所について

青年期における居場所の意義として、中藤（2011）は移行期と自己形成の2点から述べている。青年期は思春期から成人への移行の段階であり、これは青年にとってこれまで生きてきた過去とこれから生きようとする将来が、特に社会的な要素を伴い交錯し、自己の混乱をきたすような危険が絡んだ段階を指し、そのような段階には個人のその過程を支える拠り所としての居場所の存在は重要であると考えられている（中藤、2011）。また、中藤（2011）は、居場所においてなされる作業が、自己形成の側面を持つことが考えられており、居場所における自己形成的な働きがアイデンティティを形成していく可能性について述べた。アイデンティティの確立については、吉川ら（2013）は、他者との親密な交流のある居場所、特に受容される場を持つことでアイデンティティの基礎となる気持ちを高めることを明らかとした。これらから居場所感とアイデンティティの結びつきは強いことが窺える。

このように、青年期にとっては、自分という在り方について考える重要な段階ではあるが、その過程を安心して行うためにも、居場所感は重要な概念になり得ると考えられる。

他にも、青年期において居場所感が様々な影響を与えることが示されている。

石本（2010a）は、居場所感が青年期の学校適応、心理的適応にどのような影響を与えているのかについて中学生と大学生を対象に研究を実施した。その結果、中学生、大学生共に居場所感が高い程心理的適応が高くなることが示された（石本、2010a）。

また、則定（2016）は、ネガティブライフイベントの経験及び重要な他者（母親、父親、親友）に対する心理的居場所感と抑うつ傾向との関連について検討を実施した。結果として、ネガティブライフイベントを経験した際に、重要な他者に対する心理的居場所感が抑うつ傾向の防御要因になることが明らかとなった（則定、2016）。

このように青年期にとって居場所を感じることは様々な適応感を示すことに繋がると考えられる。

1－10. 本研究の目的と社会的意義

このように先行研究より、青年期にとって居場所が重要な概念であること、そして、その居場所を現代青年らはキャラを通じて獲得しようとしている傾向が確認された。本研究では、自分自身が持つキャラがどのような過程をたどり、現在のキャラ、そしてその居場所感に繋がっているのかに関するプロセスを明らかにすることを目的とする。

本研究の意義として、友人関係の形成に困難を抱える青年に対して、現代青年らの対人関係に沿った困難さの理解、そして居場所づくりの一つの手がかりになり得ると考えられる。

2. 方法

2－1. 調査協力者

本学の大学生10名（男性6名、女性4名）を対象に調査を行った。調査協力者の詳細は表1に記載する。

表1. 調査対象者の特徴

調査協力者	性別	学年	キャラの定義
A	男性	4回生	その人が育ってきた背景が現れた結果。
B	男性	3回生	良し悪しはあり、大学生活の中でよくあるもの。
C	女性	2回生	自分の一部。グループの雰囲気に合わせてコミュニケーションを取っていく内にできるもの
D	女性	4回生	自分をこういう人と演出しているイメージ。コミュニケーションをより円滑にするもの
E	男性	3回生	人の評判。
F	男性	2回生	その人の内面的な特徴や象徴というイメージ
G	男性	3回生	個人に一生付きまとうものであり、意図的に変えにくく、逆に意図していない形で容易に捻じ曲げられるもの。
H	女性	4回生	自分から出るものであり、それは周りの解釈で変わるもの。
I	男性	3回生	仮面。
J	女性	4回生	自分が思っているものと周りが認識しているもの。また、どちらも自分ではあるもの。

2－2. 手続き

2024年8月～11月に一人につき約50分の半構造化面接を行った。キャラの定義、自分のキャラ、そしてその集団内でのキャラの変化、居場所感の変化が追えるようにインタビュー項目を作成した。

インタビューガイドとしては、まず、キャラには自分から作り出す人、他者から与えられその役割をキャラとしている人等、様々な形態があることを説明した上で、以下の項目を尋ねた。①キャラの定義、②自分のキャラの概要、③そのキャラがある集団についての概要を尋ねた。次に、④キャラの使い心地、⑤そのキャラを用いている時の集団内の居心地を⑥そのキャラの変化に沿って尋ねた。

2-3. 分析方法

分析は、調査協力者10名を対象とし、木下（2003）による修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ（M-GTA）を用いた。M-GTA を本調査の分析方法として選定した理由は、研究対象がプロセス的性格をもっていること、そしてその研究結果を実践現場に戻し、そこでの実践が検証になっていくという回路が最も自然に成り立つことが挙げられる（木下、2003）。

よって本研究では、集団内でのキャラの変移というプロセスを重視しており、その得られた結果を実際の臨床現場におけるキャラに悩む現代青年らの対人関係に沿った居場所づくりを目指すため、M-GTA を採用することとする。

インタビュー録音は、調査者が自ら逐語化した。その後、「キャラが生まれたきっかけ」「集団内の居心地」「キャラの変化に伴う内的・外的要因」に関する語りを、分析ワークシートを用いて抽出し、ヴァリエーションが豊富に出てきた概念を有効とした。

なお、研究の妥当性と信頼性を高めるために、指導教員にも確認をしていただきながら概念の生成を行った。

3. 結果

3-1. キャラの定義について

本研究では、人によって様々なキャラの使い方があることを考慮し、インタビューの最初に当人が思うキャラの定義について尋ねた。その結果、「その人が育ってきた背景が現れた結果（Aさん）」「その人の内面的な特徴や象徴というイメージ（Fさん）」のように当人の中に培われているものをキャラとする者や、「自分をこういう人と演出しているイメージ（Dさん）」「自分からでるもの（Hさん）」「自分が思っているもの（Jさん）」のように自分から表出するものをキャラとする者、「グループの雰囲気に合わせてコミュニケーションを取っていく内にできるもの（Cさん）」「人の評判（Eさん）」「周りが認識しているもの（Jさん）」のように他者からの見られ方をキャラとする者など、多岐にわたるキャラの定義があることが示された。

上記の結果や先行研究を踏まえた上で、本研究で論じる「キャラ」について、明確にしておく。本研究で扱う「キャラ」とは、自分の素とは異なるものとして位置づける。また、その「キャラ」は周りから与えられる場合、自ら表出する場合があり、それを当人が認識しているものを「キャラ」として位置づけることとする。

本研究で得られたキャラの定義については、今回位置づける「キャラ」に大きく外れていないことから、それぞれの調査協力者のキャラの定義に沿って、当人が語る「キャラ」を基に分析を進めることとする。

3-2. 概念の生成

M-GTA による分析の結果、キャラの形成と居場所感の形成プロセスについて、22個の概念が生成された（コアカテゴリー：『 』、カテゴリー：【 】、概念：〈 〉を表す）。これらの4つのコアカテゴリー、11個のカテゴリー、22個の概念、定義を表2にまとめて記載する。

また、概念、カテゴリー、コアカテゴリーの関係は関係図（図1）に表した。

表2. カテゴリー、概念の一覧

【コアカテゴリー】	【カテゴリー】	＜概念＞	定義
初期のキャラ形成	キャラを出さない	キャラを出さない	周りを見ながら、その環境を探りながら自分自身やキャラを出さないこと。
	周りに応じたキャラ	周りに応じたキャラ	自分からではなく、周りに人に影響されてキャラが形成されること。
	見た目から与えられるキャラ	見た目から与えられるキャラ	内面をあまり知られていない環境で、見た目から与えられるキャラのこと。
	時間経過による体験	居心地の悪さ 慣れ	キャラが自分に合わないかったり、その場に今のキャラが合わずに居心地の悪さを感じること。 環境に慣れていくことで生まれる居心地の良さのこと。
キャラへの適応	自分から表出するキャラ	キャラの有益さ	自分にとってメリットがあると感じ、自らそのキャラを表出していくこと。
	観望な人の前のキャラ	与えられたキャラへの反応	周りに見られる自分ではなく、それに反発するように自分が在りたいキャラを表出すること。
	キャラの効果	観望な人の前のキャラ	周りに見られる自分ではなく、それに反発するように自分が在りたいキャラを表出すること。
	キャラの効果	観望な人の前のキャラ	周りに見られる自分ではなく、それに反発するように自分が在りたいキャラを表出すること。
気づき	キャラ破綻への怯え	キャラ破綻への怯え	キャラ破綻への怯え
	向き合う	向き合う	向き合う
	自己理解の促進	自己理解の促進	自己理解の促進
	自己理解の促進	自己理解の促進	自己理解の促進
自分にとっての居場所にあるキャラ形成	自分にとっての居場所となるキャラ	自分にとっての居場所となるキャラ	自分にとっての居場所となるキャラ
	自然体	自然体	自然体
	自然体	自然体	自然体
	自然体	自然体	自然体

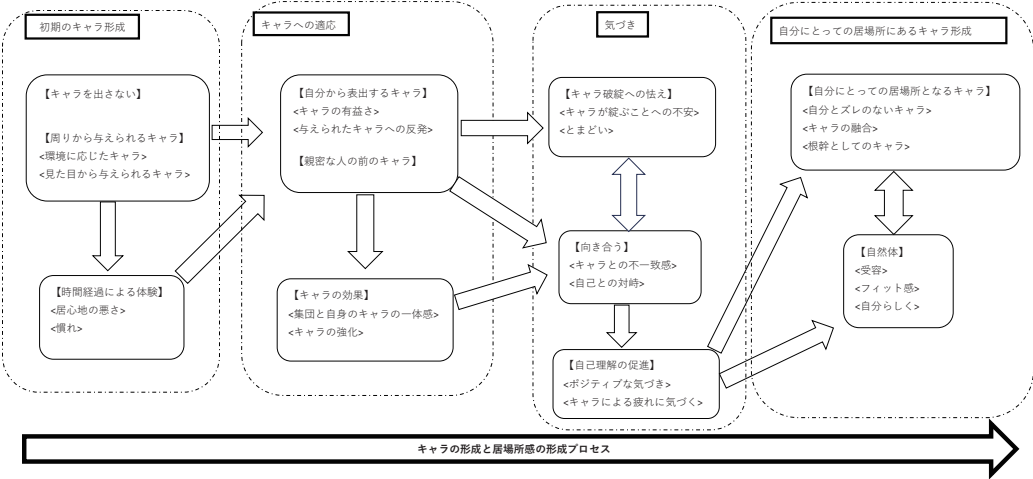


図1. 各概念・カテゴリー同士の関係

3-3. ストーリーライン

コアカテゴリーとして、『初期のキャラ形成』、『キャラへの適応』、『気づき』、『自分にとっての居場所にあるキャラ形成』の4つを生成した。以下、コアカテゴリーごとにストーリーラインを記述する。

1) 初期のキャラ形成

集団内の初期においては、個人は【キャラを出さない】といった自分自身のキャラを出すことを控えることがある。また、〈環境に応じたキャラ〉や〈見た目から与えられるキャラ〉のように【周りから与えられるキャラ】をその場の人間関係、環境によってキャラを与えられる場合がある。この段階では【時間経過による体験】から、周りから与えられているキャラであるが故に〈居心地の悪さ〉を感じることや、集団に入り、時間が経つことで〈慣れ〉が生じることが起こる。この段階では自分からキャラを出さず、周りから与えられていることが多いため、キャラと自己が一致していない状態であり、環境に適応するための一時的なキャラ設定が行われている段階であると考えられる。

2) キャラへの適応

集団初期のキャラや【時間経過による体験】の影響を受け、個人は【自分から表出するキャラ】が現れる。ここでは〈与えられたキャラへの反発〉が起こり、そのキャラとは異なる在りたい自分を表出できるキャラを見せることが起きる。また、自分からキャラを表出することによる〈キャラの有益さ〉を感じ、引き続き自らキャラを表出することが生じる。また、その集団に慣れることで【親密な人の前のキャラ】が現れる場合もある。このようにキャラを自ら表出することで、〈集団と自身のキャラの一体感〉や〈キャラの強化〉のような【キャラの効果】を感じ始める。この段階では、自分からキャラを表出することにより、キャラのポジティブな面を感じ、キャラを個人の一部として意識し、効果的に使用する段階であると考えられる。

3) 気づき

【自分から表出するキャラ】は、次第に【キャラ破綻への怯え】を感じるようになる。ここでは、〈キャラが綻ぶことへの不安〉が生じたり、自分自身のキャラが増え、それらを成立させることへの〈とまどい〉が生じる。そして、【自分から表出するキャラ】と【キャラ破綻への怯え】は自分と【向き合う】きっかけとなる。【キャラの効果】を感じながらも、自分と〈キャラとの不一致感〉を感じ、過去の自分と現在の自分を比較しながらも〈自己との対峙〉が生じる。【キャラ破綻への怯え】を感じながらも、自己を振り返り【向き合う】ことが相互に生じることで、そのキャラに対する〈ポジティブな気づき〉や自分に合わないキャラをしていることにより、〈キャラによる疲れに気づく〉過程を辿る。これは【自己理解の促進】となり、この段階ではキャラの存在意義やその負担を再評価する重要なものとなる。

4) 自分にとっての居場所にあるキャラ形成

【自己理解の促進】がなされた個人は【自分にとっての居場所となるキャラ】を形成する。この段階においては、〈自分とズレのないキャラ〉や〈根幹としてのキャラ〉といった自分らしいキャラを形成する段階であり、これまでの自分や自身の〈キャラの融合〉が起こり、集団内でのキャラを確立する。このような【自分にとっての居場所となるキャラ】では、【自己理解の促進】がなされた影響もあり、そのキャラを受け止め自分自身であると〈受容〉し、そのキャラが〈自分らしく〉感じる。また、そのようなキャラは自分自身の中で〈フィット感〉があり、【自然体】で居られるようになる。そして【自分にとっての居場所となるキャラ】を用い、【自然体】で居ることで、相互に影響し合い、最終的に自分にとっての居心地の良いキャラと集団が生まれることに繋がる。

4. 考察

4-1. キャラの困難さへの理解

青年らのキャラの困難さとして、「どんどんやらなきゃいけないキャラが増えてきて、それを成立させとかなないといけないからそれはやっぱ大変ですね（Dさん）」や「仮面の被り間違があると困るな、みたいな（Iさん）」のように、キャラを作りすぎることに對して〈とまどい〉を感じていることが語りにより明らかとなった。他にも、「綻びたらどうしよう。怖く思われちゃいそうなところが強く出ちゃったとき（中略）どうしようみたいなのは、たぶんずっと気にしてる（Dさん）」や「頼られキャラっていうのが付きすぎてから、絶対そんななんかに急に（面白キャラ）したらおかしくないですか（Jさん）」のように、自分のキャラが綻んでしまうことに対する不安を語る調査協力者も存在した。これらの語りは、キャラを用いることへの効果を感じながらも、キャラに対する不安を抱えるという両価性を持っていることが窺える。本研究では、キャラに対する効果やこのような不安を抱えながらもそれらを含め、一度立ち止まりキャラと自分に向き合うことで自己理解を進め、新たにキャラを再形成する段階を辿ることが確認された。しかし、このようなキャラに対する効果を抱えながらも、不安をも抱えることは当人らにとって集団で生活していく中で大きな負担となるように考えられる。

また、「僕はね、むしろ明るいキャラやと思われてほしいですけど。全然そんなことないみたいで（Eさん）」や「自分の中では真面目じゃない一面も自分は分かってるんですけど、な感じですね（Fさん）」のように、周りから見られているキャラと自分との間にズレを感じ、それが当人の納得のいかなさに繋がっていることが語りの中で明らかとなった。

このようにキャラを用いることはポジティブな面のみではないことが窺える。キャラとしてのネガティブな面として、千島ら（2015）は、固定観念の形成、言動の制限、キャラへのとら

われの3点を挙げている。また、藤野(2019)は、自身に居心地の悪い状況でも押し付けられたキャラを振る舞うことで何とかやり過ごそうとしていることが示されたと述べている。このように先行研究からはキャラを用いることの困難さとして、そのキャラがあるが故に自分自身の行動が抑制されること、また居心地の悪さを感じながらも何とかその場に居ようとするしんどさがあるように考えられる。本研究においても、集団内における『初期のキャラ形成』期では、居心地の悪さを抱えながらも、環境の中で適応する準備をしていく過程が確認された。ここでは、居心地の悪さを感じながらもその場に居ようとすることは同じであるが、本研究から、そのような居心地の悪さは自分から表出するキャラへとつながる過程が確認された。

さらに、本研究からは、キャラについて、自分から表出する段階で、「家に帰ってきた時は、あ、ちょっと疲れたなとは思いますね。(中略)本来の自分じゃないのかもっていうか、やっぱり作ってるんだと思います(Dさん)」や「疲れてるんかなって感じですね。なんかそういう自分に、そういうキャラクターに(Fさん)」のように自分とかけ離れているが故にキャラへの疲れを感じる語りがあった。これは気づきとして、本人たちの中で【自己理解の促進】に繋がったが、自分とはかけ離れているキャラを作ることは青年らにとって負担になることが考えられる。村井(2022)は、キャラと自己概念がかけ離れているほど、キャラを演じるストレスは強まる可能性があること、キャラと自己概念とのズレがストレスを生じさせる過程において、本来感の低下が影響している可能性があることを述べた。つまり、キャラには自ら表出するものが自分の中でもしっくりとズレのないものであればよいが、かけ離れている場合にはそのキャラがかえってストレスになり得る可能性があり、青年らの集団内での困難感は増加すると考えられる。

本研究からは、そのような疲れを感じながらも、自分らしいキャラ、ズレの無いキャラへと向かう過程が確認できたが、このように自分とはかけ離れているキャラを表出することは、青年ら各個人の背景があり、それぞれのその過程には深い意味があるのではないかと考えられる。

4-2. キャラと居場所づくりについて

キャラと居場所感の関係について、第一に、個人が居場所を感じるのは『キャラへの適応』が始まる段階であることが確認された。ここでは、自らキャラを表出することにより、【キャラの効果】を感じていく過程であり、ここで〈集団と自身のキャラの一体感〉を感じる。この一体感は、自分からキャラを表出したことにより、少なからず環境に適応したキャラ設定ができたと捉えることができる。このような中で個人は自ら表出するキャラにより、集団内で最初の居場所感を感じるようになるように考えられる。しかし、ここでのキャラは調整段階のキャラであり、その後、個人はキャラや自分について振り返り、自己理解を進めていくことで、

【自分にとっての居場所となるキャラ】を形成していく。この段階では、キャラと自分を振り返り、自分に合うキャラを模索する中で見つかるキャラの確立となるため、先ほどの居場所感よりも強く居場所を感じることができるようになる。

これらの過程から、青年らは自分というものを、キャラを通して振り返り、自らの居場所を模索している可能性が考えられる。インタビュー調査の中で、「流されて嫌な感じみたいな感じがあって、そうですね。嫌な感じですね。不穏な感じ（Jさん）」と述べられたように、集団内初期で、調整段階のキャラを表出している時の自分の気持ちを〈居心地の悪さ〉として捉えている場合がある。中藤（2017）は、居心地の悪い集団において、自分らしくない感覚や不快な身体感覚などの不快な自己感覚が生じるとし、これらの感覚はアイデンティティ形成や自己形成における危機として、苦痛をもって個人に体験されると述べた。

これから、本人が、自分と不一致状態にあるキャラを用いている場合、集団の中で居場所感を感じることができない場合があると考えられる。それが自分の中でズレのないキャラとなると、「なんかこれや！ みたいな感じ、めっちゃ自分の中で無理してない、無理してないし、なんかこれが自分やなみたいな、思ったり（Jさん）」のように、そのキャラを用いている時の居心地も良い方向へと変化していく。このように、青年らはキャラと自分に向き合いながらも、その中で自分と近いような、ズレがない【自然体】で居られる居場所を求めている可能性が考えられる。このことから、自分とキャラを丁寧に振り返りながらも、自分の中でしっかりと当てはまるキャラを模索する過程が必要になると考えられる。

キャラに関する先行研究として、周りから与えられたキャラと自ら表出するキャラの2つを分けて研究がなされていることが多かった。周りから与えられたキャラとしては、キャラを積極的に受容しようと消極的に受容しようと、居場所感が感じられることが明らかとなった（千島ら、2016）。そして自ら表出するキャラでは新しい自分を模索するように主体的に葛藤していく姿が見られた（村井ら、2019）。

本研究においては、『初期のキャラ形成』期には他者から与えられるキャラが多いこと、そしてそのキャラから自ら表出するキャラを模索していき、最終的に自分もキャラも受容することで【自然体】で居られるような居場所感を形成することが明らかとなった。キャラを積極的に、消極的に受容していることで得られる居場所感において、積極的に受容している場合には、自分とキャラを振り返り、自分らしく居られるキャラを持っている場合に居場所感を感じる傾向があると考えられる。消極的に受容している場合には、キャラと自分のズレがあっても、「輪の中に入れたというか（中略）そういった一体感、そのコミュニティとしての一体感を実感し出したなって（Fさん）」や「なんか仮面を身に付けたのが効果的だったのかなみたいな感じなんで。（中略）気を抜く時は気を抜けて、気を抜けない場面ではきっちりやるみたいな

感じですかね（Iさん）」のように【キャラの効果】を感じているため、居場所を感じることに繋がったと考えられる。中藤（2017）は、集団の中で本当の自分が顔を出さず、偽りの自己であるキャラによる居場所を得ている場合、その個人がキャラからはみ出さないことでようやく維持されるような、窮屈な居場所であると述べている。つまり、自分の中でズレがあるキャラを通じて得られる居場所というものは、一時的な居場所であるのではないかと考えられる。

このように本研究から、自分から表出するキャラには、キャラ自体の持つポジティブな意味合いが多く、居場所感には影響を与えるが、自分やキャラに向き合うことでそのキャラは一度ネガティブな意味合いをもつものになり得ること、そして自分自身やキャラに対するポジティブな気づきや疲れに気づくことで、その集団内でよりよい居場所感を求め、自分とズレのないようなキャラを模索し【自然体】で居られるようなキャラを再形成する可能性が確認された。

4-3. キャラによる気づきについて

ここまで、キャラの困難さ、居場所との関係について述べたが、本稿ではロジャーズの理論を参考にしながら、キャラによる気づきに関して考察する。

個人は、そのキャラが自分とは違うと感じる過程を辿るが、これはそのキャラと自分が不一致状態にあると考える。ロジャーズは、自己の不一致とは、有機体の現実の経験と、その経験を表すものとしてのその個人の自己像との間の不一致を指すものと述べている（Kirschenbaum, H. et al., 1989）。キャラと自分という観点で考えると、自己像として持っているキャラと自分がズレており、そのため不一致状態になると考えられる。キャラと自分が不一致にある個人はそのズレが少なくなるように模索を始める。これが気づきの段階であり、【自己理解の促進】に繋がると考えられる。個人はここで自分とキャラについて【向き合い】、「これまでその真面目そうに見られることがあったのを踏まえて、なるべくひょうきんに見せるようにしている（Hさん）」や「そのキャラに対して荷が重くてしんどいなって思った時期もあったんですけど、それもいいかなみたいな。しんどさも含めて自分やしなみみたいな、最近思えるようになってきたんで（Jさん）」のように、どういったところでしんどいと感じているのか、またこのキャラの方が自分に合っているといった気づきを得ていく。

このような気づきがあることにより、キャラと自分のズレは少なくなっていく、キャラも自分も受容していく【自然体】で居ることができるようになる。Rogers, C.R. (1961) は、個人が体験している感情や態度がどのようなものであっても、その態度に気づくこと（awareness）によって、それと矛盾しないでいられると述べている。これが実現できたときに、一つの統合された人間であることができ、どんなに深いところでも自分自身であることができる（Rogers, C.R., 1961）。キャラについて考えた時、キャラと自分は完全に統合するといった意味合いでは

ないが、少なからずキャラと自分のズレは少なくなっていき、それは自分らしいと感じるようになることが考えられる。そのため、この気づきは、自分を深く理解する上で重要なものとなり得る。気づきを得た個人は【自然体】で居られる場が生まれ、その中では自分とズレが少ないようなキャラを表出し、個人は自分らしくキャラを活用することに繋がると考えられる。

5. まとめと今後の課題

5-1. キャラの形成過程

集団内でのキャラの変移としては、【周りから与えられるキャラ】から、【自分から表出するキャラ】への流れがあり、【自分から表出するキャラ】においては、そのキャラと自分に【向き合う】ことで、【自分にとっての居場所となるキャラ】を形成する過程が確認された。

本研究の中で最も興味深い結果となったのは、自らキャラを表出するが、そのキャラは、キャラと自分の間で向き合いながらも、その間で揺れ動く過程があることである。青年らはこのように揺れ動く過程の中でキャラと自己に向き合いながら絶え間ない連続体としての経験をしていく。そしてこのような経験をしていくことで、個人は自然体で居られるキャラ、居場所を目指していく。本研究から得られた見解としては、これまで周りから与えられてきたキャラ、自分から表出してきたキャラ、そして自分自身、これらが混ざりあいながらも最終的に自分とズレのない、自分の中でしっかりときたキャラを確立することである。

大学生にとって、キャラとは、集団の中でより居やすくするための一つの道具であることが考えられる。本研究では、集団について語る時、サークルやゼミのように、ある程度固定化され、継続的に関わりを持つ場について語られることが多かった。このように、これからも継続的に属す集団の中で、大学生らは自らがその場に居やすくなるように、また自然体で居られるようにキャラを有効的に活用していることが予測される。

5-2. キャラと自然体で居ること

本研究において、居場所感という言葉は直接インタビューの中で使用せず、居心地について、キャラの使い心地について、その場で感じていることについて聴きとりを行い、分析内で居場所感と先行研究の中で定義として捉えられているものを分析ワークシートに抽出した。結果的に、大学生らのキャラ形成と居場所感の形成プロセスについて追うことができたように考える。居場所感と居心地についての先行研究では、多少の違いはあったが、大まかには重なる所も多くあった。本研究では、インタビューで聞き取り調査を行ったため、結果的に居心地という馴染みがある言葉の方が、その場に居る時に感じていることを言葉にすることが容易であったことが考えられる。

本研究で、大学生らは、居場所に関して、【自然体】で居ることが居場所感に繋がっていることが確認された。大学生は、これまでの学校生活とは異なり、様々な人間関係を体験し、その中で自分に合った場所を選択していくことが可能となる。本研究においてはサークル、ゼミのようにある程度固定化された集団が多かったが、その集団に属したいという気持ちを持ちながらも、何とかその場に居られるように奮闘する大学生らの様子が窺えた。それは、属す集団や人間関係を自由に選択することはできるが、その集団に居ることのできる、その場でいたいと思っていることがその集団にあり、その集団内の人間関係に溶け込む必要がある状態の時に大学生らは、集団に属するためにキャラを用いながらも居心地の良い場を目指すのではないかと考えられる。

そして、個人は集団におけるキャラと自分に向き合いながらも、最終的には【自然体】で居られるようなキャラを用いながらも、その場で違和感なく過ごすことが可能となることが考えられる。【自然体】であることは、そのキャラを用いた時に自分とのフィット感があることや、自分自身がそのキャラを受け入れていることからなされていると本研究では述べた。これは、本研究ではキャラを通じた居場所感について検討したため、そのように自分とキャラの関係性から【自然体】であるという居心地の良さを居場所感として捉えた。この結果から、キャラを通じた居場所感の形成プロセスとして、大学生らは【自然体】で居られるような場を居場所感がある場として捉え、キャラを用いながらそのような場を作るように奮闘している様子を捉えることができたと考える。

5-3. 今後の課題

本研究では、キャラを通じた居場所感の形成プロセスとして、集団内における『初期のキャラ形成』から『自分にとっての居場所にあるキャラ形成』までのプロセスを明らかにした。以下、本研究の課題として2点述べる。

まず、1点目として、本研究では継続的に属す可能性のある集団の中で、自分とキャラに【向き合う】という内省的なプロセスは確認されたが、他者を巻き込んだ外的な要因については検討が浅いことである。『初期のキャラ形成』の段階では、【周りから与えられるキャラ】として集団内における他者からの視点を分析に加えることができたが、それ以降については個人の内省的なプロセスを主として分析が進められた。これには、語りの中で内省的なプロセスが多くあったことも影響としてあるが、調査者の方から詳しく他者との関係性について触れていく視点も必要であることが考えられる。

そのため、今後は個人間の内省的なプロセスに留まらず、その場における周りの関わりやその集団自体の変化というものも丁寧に追っていくことが必要であるように考える。

2点目として、本研究においては、キャラ形成を通じた居場所感の形成プロセスについて検討したが、どちらかというとキャラ形成に重きを置いた結果になったようにも捉えられることである。自分にとっての居場所となるキャラについては、自分とズレのないキャラであり、それは【自然体】で居られるものであることが確認できたが、その【自然体】で居られるキャラを使用したその場の居心地について詳細に確認していくことができていないように考える。

そのため、今後、このような自然体で居られるキャラを用いることで起こる主観的な体験やこの時に生じる個人への影響というものに目を向けて検討することが求められると考える。

引用文献

- 藤野千種（2017）SNS を介したインターネット上での心理的居場所感と well-being の関連、神戸大学発達・臨床心理学研究、16巻、pp.14-18
- 藤野遼平（2019）青年期における「キャラ化」に対してパーソナリティが与える影響について、大阪大学教育学年報、第24号、pp.83-95
- 平野啓一郎（2012）私とは何か―「個人」から「分人」へ―、講談社
- 石本雄馬（2010a）こころの居場所としての個人的居場所と社会的居場所―精神的健康および本来感、自己有用感との関連から―、カウンセリング研究、43巻1号、pp.72-78
- 石本雄馬（2010b）青年期の居場所感が心理的適応、学校適応に与える影響、発達心理学研究、21巻3号、pp.278-286
- 河内絵莉子・小林正幸（2009）学校における居心地のよさと学校適応の関連について―学校居心地感尺度の作成―、日本カウンセリング学会第42回大会発表論文集、p.135
- Kirschenbaum, H. & Henderson, V.L. (1989) THE CARL ROGERS READER., Sterling Lord Literistic Inc., New York, 伊東博・村山正治（2001）ロジャーズ選集（上）―カウンセラーなら一度は読んでおきたい厳選33論文―、誠信書房
- 木下康仁（2003）グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践、弘文堂
- 松下姫花・吉田美悠紀（2007）現代青年の友人関係における“希薄さ”の質的側面、広島大学大学院教育学研究科紀要、第56号、pp.161-169
- 文部科学省（2012）生徒指導リーフ「絆づくり」と「居場所づくり」、<https://www.nier.go.jp/shido/leaf/leaf02.pdf>、2024.06.21
- 村井史香・岡本裕子・加藤弘通（2019）大学生の友人関係における“自認するキャラ”の形成・維持プロセス、日本青年心理学会第27回大会、pp.47-50
- 村井史香・岡本裕子・太田正義・加藤弘通（2019）青年期における“自認するキャラ”を介した友人関係と承認欲求・評価懸念との関連、発達心理学研究、第30巻第3号、pp.121-131
- 村井史香（2022）「キャラ疲れ」が生じるプロセスの検討―「キャラ」と自己概念との差異に着目して―、日本心理学会第86回大会、p.313
- 中藤信哉（2011）青年期における居場所についての研究、京都大学大学院教育学研究科紀要、第57号、pp.153-165
- 中藤信哉（2017）心理臨床と「居場所」、太洋社
- 西川絹恵（2021）「居心地」と「居場所」の概念の検討、中京経営紀要、第17号、pp.1-11
- 則定百合子（2007）青年版心理的居場所感尺度の作成、日本教育心理学会総会発表論文集、p.337

- 則定百合子（2016）青年期における心理的居場所感の構造と機能に関する研究、風間書房
- 新村出（2018）広辞苑 第七版、岩波書店
- 大山摩希子（2021）現代青年の対人関係におけるキャラの役割—家族、親友、友人、部活における関わりからの考察—、関西福祉大学研究紀要、第24巻、pp.41-50
- Rogers, C.R. (1961) On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy., Houghton Mifflin Company., 諸富祥彦・末武康弘・保坂亨訳（2005）ロジャーズ主要著作集3 ロジャーズが語る自己実現の道、岩崎学術出版社
- 島義弘（2019）“キャラ”の有無およびその受け止め方と大学生の自己—自尊感情、アイデンティティ、自己愛に着目して—、鹿児島大学教育学部研究紀要 人文・社会科学編、第70巻、pp. 121-132
- 白井利明・大谷宗啓（2017）現代青年の友人関係は希薄化したのか—青年バッシングという世代間格差に抗して—、心理科学、38巻2号、pp.1-9
- 瀬沼文彰（2007）キャラ論、STUDIO CELLO
- 千島雄太・村上達也（2015）現代青年における“キャラ”を介した友人関係の実態と友人関係満足感との関連—“キャラ”に対する考え方を中心に—、青年心理学研究、26巻2号、pp.129-146
- 千島雄太・村上達也（2016）友人関係における“キャラ”の受け止め方と心理的適応—中学生と大学生の比較—、教育心理学研究、64巻1号、pp.1-12
- 時岡良太（2018）「自分」とは何か—日常語における心理臨床学的探究の試み、創元社
- 吉川満典・栗村昭子（2013）大学生におけるアイデンティティの確立について—心理的居場所との関係から—、総合福祉科学研究、4巻、pp.35-41