

サビカス ライフデザインカウンセリングにおける 自己構成の特徴

— 自己・アイデンティティ形成との比較を通して —

木下 城 康

目 次

はじめに

1. 心理学研究で扱われる自己
 2. 心理学研究における「アイデンティティ」形成
 3. 現代アイデンティティの特徴と自己形成—対話的自己論—
 4. パーソナル・カウンセリングとキャリア・カウンセリングの融合
 5. サビカスの自己構成アプローチ—企画体としての自己—
- おわりに—今後の課題

はじめに

本論では、自己¹⁾やアイデンティティ²⁾の形成と構成、そのプロセスに目を向ける。これまで自己の心理学研究は、研究主体と対象が明確に分離されないことから困難³⁾とされてきたが、最近では再興している様子がみられる⁴⁾。

サビカス⁵⁾の登場によって、キャリア支援の心理援助の場面ではこれまで「形成される」と考えられてきた自己・アイデンティティは、「構成される」ものとして捉えられは

1) セルフ：日本語で自己と訳されるセルフは、self (英)、soi (仏)、Selbst (独) と同義とされ、「同一性を保持して存在するその人間自身」を指す。一般的には、自らの内的表象は自己、心の統合機能は自我 (ego) が用いられる。榎本博明 (2013) 「自己」『最新心理学事典』p. 273、平凡社

2) アイデンティティ：アイデンティティ理論 (theory of identity) は、E・H・エリクソン (1950, 1959) に端を発する概念である。よく知られている定義には「内的な斉一性 (sameness) と連続性 (continuity) を維持しようとする各個人の能力と、他者に対する自己の意味の斉一性、連続性とが一致したときに生じる自信」がある (平石賢二 2013 「アイデンティティ理論」同、p. 2)。アイデンティティは、自己概念や自己定義とは区別され、他者の存在によって支えられている、わたしがわたしである自信ともいえる。

3) 榎本 (2013)

4) 溝上 (2008) 榎本・安藤・堀毛 (2009)、榎本 編 (2011)、梶田・溝上 (2012)、鎌 監修 (2014)、秋田 編 (2014)、松井・桜井 編 (2015)、秋田・小川 編 (2016)、梶田・中間・佐藤 編 (2016)、秋田 編 (2017)

5) Mark L. Savickas, Ph. D, 元ノースイースト・オハイオ医科大学教授 (家族・コミュニティ学専攻)。ケント州立大学兼任教授。プレトリア大学特別教授 (南アフリカ)、ワーウック大学客員教授 (イギリス)。

主な著書 *Convergence in Career Development Theories: Implications for Science and Practice* (Consulting Psychologists Press, 1994)。主な編著書 *Handbook of Vocational Psychology: Theory, Research, and Practice* (Routledge, 2013)、*APA Handbook of Career Intervention* (American Psychological Association, 2014) など。

じている。かつてエリクソンが示したアイデンティティは、ダイナミズムをもって一元化するところに特徴があった⁶⁾。現代は、エリクソンの時代に比べると、生活の場が多領域化しているため状況によって個人に求められる役割が変わり、その度にアイデンティティにも変化が迫られている。統一された「自己」モデルではまとまりがつかなくなっている⁷⁾ことが報告されている。このように現代は、既存の自己研究に代わる新しい視点が必要とされている。

そうしたなかで、サビカスは、社会構成主義と物語論の認識論から自己構成によるライフデザイン・カウンセリングを説いた。サビカス理論では、自己は形成するものではなく、構成するものとして扱われている。

サビカスは、キャリア支援を職業ガイダンス、キャリア教育、キャリア・カウンセリングの領域に分けることによって、自己形成と自己構成のどちらにも「場」⁸⁾を与えた。それによって、教師やカウンセラーなどの援助者はクライアントの要望と援助の目的に合わせて、自己形成と自己構成のアプローチを選択できるようになった。

本論では、ジェームズやエリクソンの自己・アイデンティティ形成との比較を通して、サビカスの自己構成の特徴の明確化を試みる。

論者の立場

論者は、対人心理援助を専門とする研究者の立場にたつ。この立場は「実践家—研究者モデル (practitioner-researcher model)⁹⁾」に近い。このモデルの特徴は「①実践家が前に出ていること、②科学者でなく研究者であること¹⁰⁾」があげられる。臨床に関わる研究者が行う研究は、自らの実践のなかで出くわす問題を解決するための手段となる。そのため、実践のプロセス¹¹⁾に焦点を当てた研究を志向する。したがって、後述するように、本論は哲学や思想で扱われる主体としての自己そのものではなく、自己やアイデンティティの形成や構成に注目する。

6) 溝上 (2008)

7) ガーゲン「飽和した自己」(The Saturated Self, 1991)

8) サビカス (2011) は、キャリア・カウンセリングを職業ガイダンス、キャリア教育と並列する3本目の柱としている。キャリア・カウンセリングは自己を構成する立場をとる。援助者は、クライアントのニーズによってガイダンス、教育、カウンセリングのいずれか、あるいは複数を組み合わせて支援する。

9) 岩壁 (2008) は、このモデルを次のように説明する。「それは統制度の高い実験研究ではなく、論理実証科学のように基礎研究を実践に応用するような、研究と実践の関係性をもつものでもない」。「一つの認識論にのみ依拠せずに、複数の手段から柔軟に知識を得ようとする認識論の立場に立ち、地域に根ざした臨床科学者 (local clinical scientist, Trierweiler & Stricker, 1988) として、反省的態度 (reflective stance) を維持し、鍛錬され、統制された探求 (Disciplined Inquiry, Peterson, 1995) を行う」ことを目指すモデルである。また、臨床場面での実践を研究する際には、既存の科学的な枠組みに入らないような、探索的で実践的な研究が求められるが、この立場は、理論にないからとして捨象せずそれらを含む態度である。

10) 同、2008

11) ここではプロセス研究を「心理療法の開始から終結までのあいだに起こることの研究 (岩壁、2008)」として、面接のプロセスは、「プロセスの種類」「テーマと内容」「やり方」「質」の4つの側面に分けられるものと考えている (同、2008)。

1. 心理学研究で扱われる自己

自己形成の心理学と対人援助について、ジェームズからエリクソン、サビカスまでを概観することによって、サビカスのライフデザイン・カウンセリング理論の特徴と課題の明確化を試みる。なお、辞書と事典における自己の意味については、注¹²⁾¹³⁾を参照されたい。

近年は、自己・アイデンティティ研究に関する出版が続いており、その背景にはいくつかの研究グループの活動がある。梶田叡一・溝上慎一を中心とする自己意識研究会（1985年から現在）はその中の一つである。この会を主催する溝上は、対話的自己論を提唱するオランダの学者ハーマンス¹⁴⁾の理論を自己形成論の先端として紹介している。論者には自己構成を提案するサビカス理論と接点があるように思われたため、このハーマンス理論を理解するために、ジェームズからハーマンスに至る自己形成論の整理からはじめたい。

(1) 心理学研究における「自己」

梶田叡一は、溝上（1999）に宛てたはしがきのなかで、自分たちの仕事を「自己意識研究の分野」と規定しており、意識化された自己を研究の対象にしていることがわかる。本論もまた心理学であつかわれる自己を扱うが、この場合の自己は次のようになる。

溝上（1999）によると、「自己」には行為主体の自己（I）と目的格（客体）の自己（me）、そして自他分別を意味する自己（self）がある。Iやmeは、その場（occasional）の表現であり、selfは心的生（psychical life）の経験としての自己を指す。

自己形成の文脈でmeやself as knownが扱われるのは、青年期以降に自己（me）を定義または再定義、調整して確立するからである。Iやmeは、他者との関係性なしでは存在しないものであり、他者は「自己形成の根源（溝上、2008）」といわれる。青年期以降に他者との関係性のなかであらわれたmeやself as knownの整理がはじまるため、自己（me）は、自己形成研究で扱われる。

12) 辞典の「自己」：①三省堂『大辞林』【自己】①おのれ。自分自身。「-批判」「-流」②『哲・心』（必ずしも人格に限らず）何らかの同一性・統一性をもった存在自身。⇨他者③【心】客体としてとらえられた自分自身。②小学館『デジタル大辞泉』【自己】①おのれ。自分。自身。「-を欺く」②哲学で、同一性を保持して存在するあるものそれ自身。人格的存在以外にも用いられる。⇨他者。

13) 事典の「自己」：フランク・J・ブルノー『実例 心理学事典（新訂版）』（DICTIONARY OF KEY WORDS IN PSYCHOLOGY, 1986）、安田一郎訳、青土社（1996）自己（Self）定義：(1) 自己とは、ある期間にわたって存在している独自の個人である。(2) 自己とは、自我であり、パーソナリティのなかの「私」である。(3) 自己とは、自分の同一性の感覚である。すなわち、毎週毎週、同一の人間であるという知覚である。実例：朝から晩まで、人は考え、感じ、多数の行為をしている。つながった強い糸が、その日を通じて走っている。主観的にはそれは、同一の自我と感じられるし、「私」と感じられるし、毎瞬間行動している人と感じられる。これは経験されたものとしての自己である。

14) 自己形成論からは、2006年に溝上・水間・森岡らによって日本に紹介されたヒューバート・J・M・ハーマンス（1937～オランダ生まれ。ナイメーヘン・ラートボウト大学心理学部 名誉教授）の個人内対話論が、主体的な自己と客体の自己をつなぐ橋渡しになるのではないかと考えられている。

① ジェームズ自己論の貢献

ジェームズ (James, 1890, 1892) は、デカルトのコギトに対するものとして自己の二重性を説いた。デカルトは、形而上学的懐疑を経て、身体を含むすべての事物に懐疑をかけて、最後に残った精神だけを真とすることを発見し、コギト (cogito) を確信した。その特徴は他者を考慮することなく自己反省が可能とされる点にある (溝上、2016)。デカルトのコギトに対して、ジェームズ (1890, 1892) は、self as knower or I (知る自己) と、self as known or me (知られる自己) を説き、客体の自己 (me) をさらに3つの構成要素 (物質的、社会的、精神的自己) に分類した。

自己の二重性を参照した心理学研究では、自己を扱うときにデカルトを始めとする形而上学的・哲学的な自我や自己ではなく、客体としての自己を扱う。客体としての自己論は、他者を自己のなかに「社会的自己」として取り込むものである。この貢献は、自己反省 (内省) に他者を必要とするきっかけをつくったことにあり、その恩恵は、サビカスの自己構成にも及んでいる。次に客体としての自己 me と self の関係をみたい。

② セルフとしての自己

心理学では、自己概念の定義が混乱している¹⁵⁾といわれ、それはIやmeよりもselfの扱い方によるものと考えられている。一人称代名詞 (I, me) は、「私」以外の何かと関わるときにはじめて主体や客体の働きをする。そのため、文脈が欠かせない (溝上、1999)。

さらに客体としての自己には、他者に対する「私」としての自己だけではなく、心的な経験体 self がある。心理学の実証的研究 (empirical research) ではデータの対象として、対象化された me と心的な経験体である self が扱われる¹⁶⁾。

自我-自己概念の整理には、オルポート (Allport, 1943)¹⁷⁾がある。この区分によって、行為主体の自我 (ego)、自他分別的な経験体としての自己 (self)、知られる客我 (me) が整理された。オルポートは、ego を知者としての自我と考え、行為主体である自我には、意識しない無自覚的な働きがあると考えた。意識内容や自他分別的な経験体を扱う場合には、自覚的な意味で「自己 (self)」が使われている。

15) 溝上 (1999)

16) 自我を知る主体、自己を知られる主体と考えたとしても、客体化された自己体は、行為主体の自我から分離しているわけではない。この文脈では「知る-知られる」構図における「知る」主体として自我が設置されているにすぎない (溝上、1999)。

17) オルポートは自己の心理現象に迫るためにプロプリウム (proprium) の概念を導入した。自分自身のものという感じを表そうとしている。ジェームズの客体の自己 (物質的・社会的・精神的) は精神力動的な側面が描かれているとして、プロプリウム概念によって個人のパーソナリティにある内的統一性、能動的な心理的機能に迫ろうとした (榎本、2013)。以下は、溝上 (1999) から引用した。自己-自我を整理したオルポートの仕事として紹介している。

1. The ego as knower 知者としての自我
2. The ego object of knowledge 認識対象としての自我
3. The ego as primitive selfishness 原初的利己心としての自我
4. The ego as dominance-drive 優越動因としての自我
5. Ego as passive organization of mental processes 心的プロセスの受動的体制としての自我
6. Ego as a "fighter for ends" 目的追求者としての自我
7. The ego as a behavioral system 行動システムとしての自我
8. Ego as the subjective organization of culture 文化の主観的体制としての自我

ここで自己を自己 (self) たらしめる要因には①他者とは違う独自の存在であること②経験③価値④自己概念があげられる。特に②経験への開かれ (openness to experience, Rogers, 1959) は、主体の自己概念が経験によって変容することから、主体が経験に対して開かれていないと、主体の活動は経験として受け止められないために、自己概念の変容に経験への開かれは必須であるとしている。こうして経験体の自己は self として扱われる。

ミードの自己論では、行為者は主体 (I) の行為を純粹に把握することができないとされており、それは「行為主体である I は me としてのみ把握することができる (Mead, 1934)」からである。ある行為が達成された後に、思い起こされた自己はすでに対象化された me であるため、行為のなかにある自己をみることができるのは「他者 (the other) だけ (Natanson, 1956)」となる。そのため行為のなかにある自己 (me) の研究は、第三者の存在を必要とする。

ここで課題とされていることは、調査を分析してデータを解釈するときに「知る—知られる」構図が崩れることである。分析の段階で「自己を客体化する行為主体を被験者自身から調査者へ移して、被験者の自己を客体化するため、データ産出時の「知る—知られる」構図を超える (溝上、1999)」ことになる。この時点で第三者の視点から被験者の自己を推論 (解釈) することがはじまるが、ここに客観性保持の観点から疑問符を投げかける余地が残る。自己研究が困難な要因の一つといえよう。

③意識、特に自己意識と自己像の違い

ここまで、心理学では外在化された客我の自己を研究対象にしてきたことを確認した。ここでは、意識¹⁸⁾化された自己が扱われるが、自己意識¹⁹⁾には二つの意味がある。一つは、幼児期の自己意識で、もう一つは青年期以降の自己意識である。幼児期の自己意識は、他者と明確に分化した、自己固有の所有意識である。鏡映自己²⁰⁾の認識成立をもって、幼児の自己性のはじまりが論じられるように、自他未分化の状態から自己が分化した状態を指す。この自己意識は、意識 = 自己意識といえる。

青年期以降になると、認知的な操作能力の発達によって、抽象的な表象作用や表象能力

18) 意識 (consciousness) : 北村 (1977) は、「意識とは、人が自分の直接的な経験あるいは、経験の過程を感知すること。また、単にそれに気づくことである。そこに気づかれるものと気づく主体とがともに含まれている」と述べており、意識は知覚と同義ではなく、意識は行動の主体でもないものと考えている。意識は、必ずしも行動を規定するわけではないが、それは私たちの日常生活は無意識の状態が優勢であるとか、生活のなかで時々意識が現れることを意味するわけではない。「意識は、人が目を開けて、起きているほとんどの間で機能しているが、それが行動と必ずしも結びついているとは限らない (溝上、1999)」ものである。北村 (1977) は、意識は流れ (stream) ではなく「不断の更新であり、絶えざる断続」「不連続の連続」とし、溝上 (1999) は「意識とは、何かに気づくことではあるが、気づかれる対象は、行動と関係なく様々に移り変わる。移り変わり方は、前を受けて後があるという連続的なものではなくて、気づくものに次々と意識を移す絶えざる連続」とする。

19) 意識は「内界、外界を問わずに、ある事象・対象に気づくことであって、自己意識を包括する最上位概念 (溝上、1999)」である。自己は、意識が向けられる対象の一つであり、自己意識は「自己自身へ注意が向けられた意識 (同)」となる。自己意識は、「自己を客体化するときにみられる意識であるが、自己のあり方には影響をほとんどもたない記憶事象、思い出や学習してきた事柄を表象するときにも意識は働く (同)」。

20) 鏡映自己 (looking-glass self) : クーリー (Cooley, C. H. 1902) は、自己とはすべて社会的自己であり、それは他者の目に映ったものであるという意味において鏡映自己と呼ぶことができるとしている。特定の他者が抱いていると本人が主観的に想像する自己像である。

を獲得し自己自身を意識する（溝上、1999）。このときの意識は、「表象像にならなくとも経験の過程を感知する点まで含めて考えられる概念（同）」であるため「自己意識も必然的に、表象像にならない自己への対象過程まで含む（同）」。したがって「自己を表象像として見出す自己像²¹⁾と自己意識は必ずしも同義ではない（同）」ことになる。ここでの自己意識は、意識≠自己意識となる。こうして自己意識と意識（自己像）は、区別され²²⁾、表象された自己意識が自己像となる。研究対象の発達段階によって、意識と自己意識の関係は異なる。環境との関係のなかで自己像の間に葛藤が生じたときに、サビカス理論では質問によって *unthought knowing*（考えたこともないけど知っていること）を刺激して表象されていない自己を探索する。そしてそれは主に青年期以降の発達課題として扱われる点でエリクソンのアイデンティティ形成論と結びつく。

2. 心理学研究における「アイデンティティ」形成

(1) エリクソン以前のアイデンティティ形成の特徴

シュプラングァー（1924）は、青年期の大きな特徴の一つとして「自己の発見（*finding the self*）」を挙げた。青年期になると、外界から離れた存在としての自己が青年本人に見出される。青年が自己に見出すのは内的動揺であり、動揺や苦痛、孤独を体験しながら自分自身の主観を一つの新しい世界として統合し、作り出していく。青年期の自己の見直しと再構築は自己の発見から始まるが、それは自らが自己世界の形成主体となることの始まりを意味した（溝上、2016）。

エリクソン以前の前近代のアイデンティティ形成の特徴は「帰属的（*ascribed*）」であったのに対して、エリクソンのアイデンティティ²³⁾形成は「達成的（*achieved*）」である（コテ、1996、2002）。前近代では、世代間のつながりがきわめて強く、青年は伝統的で安定した知識や技能を親や祖父母などの身近な先行世代から継承されてアイデンティティを形成した。この時代に大人になることは、自らの価値観や自己定義を模索・確立することではなく、身近な先行世代の世界を疑わずに帰属することを意味した（溝上、2016）。これはエリクソンのアイデンティティ形成論では「早期完了（*foreclosed*）²⁴⁾」として病的とみなされる²⁵⁾が、前近代ではこの早期完了こそが求められた（同、2016）。

21) 自己像（*self-image*）：自己像は、「自己意識によって見出される像とはいえるが、自己意識が働けば、必ず自己像が表象されるとは限らない（溝上、1999）」もので自己意識と区別される。「客体の自己を意識することはできても、客体を鮮明な像として見出すことができるかどうかはわからない（同）」。

22) このようにみえてくるとサビカスのキャリア・カウンセリング理論では、表象像として表されている自己像を共構成して、表象像にならない自己意識をクライアント自身が洞察できるように働きかけているものと考えられる。

23) エリクソン（1950、1959）が青年期の中心的な心理社会的発達の課題として提唱した概念で自己概念や自己定義とは異なる。

24) 自己の基準を何ら模索せずに児童期までの重要な他者（先行世代）の基準をそのまま継承して自己定義すること（溝上、2016）。

25) エリクソンは、青年期の意義やアイデンティティ形成の意義を重要な他者（親や教師など）の外在的基準によって形成してきた自己を自己の基準で定義しなおすことに見出した（溝上、2016）。

(2) エリクソン、アイデンティティ形成論の登場

宮川（1992）によれば、自己の発見や自己意識の問題はアイデンティティ形成（identity formation）論に回収されて、包括的に扱われるようになった²⁶⁾。それは、青年期以降の自己として扱われる。ここでは単なる内的動揺や自己の発見だけで説明されるものではなく、「これが私だ」という自己定義の模索とそれを連続的、心理社会的に確立しようとするなかで立ち現われてくるものとして、構造的・力学的に理解されている。日本では1970年代からエリクソンのアイデンティティ形成論が青年期発達の代表テーマの一つとして当然のようにとりあげられるようになり、今日まで続いている（溝上、2016）。

精神分析的な自我心理学の系譜にあるプロス（1962）によれば、青年期は第二次個体化プロセスである。児童期までの超自我による人格支配から、自我による人格支配へと移行する。それは親に同一化して形成されている超自我の支配から、自らの声に基づく支配へと作り直していくことを意味する²⁷⁾。児童期までの自己を見直し、再構築する作業から形成されるこのアイデンティティをエリクソンは「自己アイデンティティ」と「社会心理的アイデンティティ」の二つに分けて考えた。

自己アイデンティティ（self-identity）は「これが私だ」という自己定義（self-definition）を模索して、その定義を過去から未来への連続した感覚として捉える。「私はどこから来てどこに行くのか」に答えるアイデンティティである。

一方の心理社会的アイデンティティ（psychosocial identity）は、理想として見出した自己定義を他者や社会のなかで試して（役割実験：role experimentation）、共同体に位置づけるものである。

この二つの絡み合いによって、全体感情としてのアイデンティティ感覚（a sense of identity）が自我に形成されるとエリクソンは考えた。自己が社会的な態度や見方、役割を獲得すれば、それは特定の「私」になる（溝上、2008）。しかし、「私」は同一化した対象それ自体の特徴を内在化させて形成されるだけではなく、さまざまな他者の世界観に同一化して、その世界観にもとづいて自己を特徴づけた結果である。エリクソン以前の同一性の課題は、空間と場所を超えた課題として扱われてきたが、それを心理・社会と接続させて議論するところに、エリクソンの独自性が表れている（溝上、2008）。

(3) 自己形成≠アイデンティティ形成

青年期以降の自己形成では他者の存在が欠かせないことを確認してきたが、アイデンティティ形成論でも自己と他者は一体的な関係で扱われる。「同一化は本来、自己が他者を取り込み一体的な関係となるプロセスを描写するための概念（溝上、2008）」であった。エリクソンは青年期の議論のなかで、子ども時代の複数の同一化（identification）を一つの新しい同一化（a new identification）に従属させることが青年期の課題であるとして同

26) 宮川友彰（1992）「青年とは：「青年」の誕生」久世敏雄（編）『青年の心理と教育』放送大学教育振興会（原書が入手できなかったため、溝上、2016を参照）

27) 溝上、2016

一化²⁸⁾を用いた。

現代ではアイデンティティといえば、エリクソンが提唱した自己概念として使われることがあるが、ここではアイデンティティの形成は、自己形成の下位概念であることを確認したい。そもそもアイデンティティという言葉自体には、「私とは何者か」や「私は何のために生きているのか」という自己定義や自己探求の意味はなく、このような意味で使われるのは self-identity の問題として扱われるときである（溝上、2008）。アイデンティティは self（自己）ではないため「アイデンティティが形成される」というときに形成されるのは、アイデンティティではなくて自己（self）である。アイデンティティ形成には、方向性が「同一」という文脈がありそれに縛られるが、自己形成に方向性はない。アイデンティティ形成は、「task-achieved（課題達成的）な文脈に縛られる」が、自己形成は「development-oriented（成長志向的）」で文脈はない。

つまり、自己形成から見たときに、それは「アイデンティティ形成を包含する、より大きな概念（溝上、2008）」となる。この場合には、自己の姿が A から B に少しでも変化・成長していれば、同一性の感覚に至るものでなくても、それは自己形成のテーマになる。

(4) 自己形成≠自己発達

自己形成（self formation）は、発達（development）²⁹⁾だけではなく形作ること（formation）に重点が置かれる。溝上（2008）によれば、自己形成に視野を広げること、青年期以降の発達課題に結びつかない変化や成長を扱うことができるようになる。

したがって、一定の方向性をもった変化を意味する self development を自己形成と訳すことができないのは、外部基準によるダイナミクスをもってつくられた青年以前の自己発達は、青年期以降の自己形成では文脈や方向性に縛られないで、自分なりの価値観や考え方によって自己を再構成するからである。これが自己形成（self formation）であり、self development の概念を超えている。自己形成では、青年期以前に無自覚的に取り入れた他者の見方や世界観のなかから、理解可能なものは残り、理解不能なものは端にどけられる。自己全体は、形成者自身の内部基準によって、自覚的にまとめあげられるため、一定の方向性を求める意味での development（発達）を含むことはあるが、自己全体の形成を表す言葉としては、self formation（自己形成）が用いられる。

(5) エリクソンのアイデンティティ形成論の限界

現代青年のアイデンティティ形成をみると、そのプロセスにおいて、エリクソンのアイデンティティ論では根本的に説明ができない箇所がある（溝上、2008、2016）。確かに、

28) この同一化は、他者との一体化プロセスを経て成立した同一化状態を実体化して名詞化したもので、おなじ「同一化」でも本来持つ他者とのダイナミックな一体化プロセスは捨象されて消えてしまっているのが特徴である（溝上、2008）。

29) J・ヴァルシナーらによれば「development」には五つの含意がある。①生じること②単純から複雑へ進歩すること③あるテーマをつくりあげること④開くこと（unfold）⑤より発展した状態へと移行すること。どれも単なる変化ではなく、ある方向性を持った変化のプロセスでなければならない（同、2008）。

エリクソン理論はアイデンティティ形成において、ある一定の方向を必要とする発達ではなく、形成 (forming) を採用しているが、この形成は自我の一極集中的 (centralized) なダイナミクスをもって行われている。ここに限界がきていると指摘するのは、J・マーシャである。彼は現代の青年期の課題は、exploration (探求) はしても、永続的な commitment (コミットメント) はしない特徴をもつと指摘している (溝上、2008)。この探求とコミットメントを基軸とするエリクソン理論に基づくアイデンティティ形成アプローチでは、現代の自己形成を説明しきれなくなっている。

3. 現代アイデンティティの特徴と自己形成—対話的自己論—

次に現代アイデンティティの特徴を確認する。その理由の一つは、自己形成がアイデンティティ形成の上位概念であること、もう一つは自己形成が統合された自己に集約されないといみなされるようになってきたためである。

(1) 飽和した自己、プロテウス自己

新しいアイデンティティの姿は、K・ガーゲン (1991) の「飽和した自己 (the saturated self)」に代表されるように、「脱中心化 (decentralized)」「ダイナミック (dynamic)」「複数の (multiple)」「文脈固有の (context-specific)」「相対的 (relative)」「流動的 (fluid)」「断片的 (fragmented)」などの特徴をもつ。変幻自在でコロコロと姿をかえる「プロテウス人間・自己 (protean man/self) (R・リフトン 1967、1999)」ともいわれている。これらすべてを兼ね備えたものがポストモダンのアイデンティティというわけではないが、共通することはエリクソンのアイデンティティ論には回収されない異なる種類のアイデンティティが混在していることである。

全体として首尾一貫したまとまりのある自己体系に統合されないという意味で、ガーゲンの the saturated self (飽和した自己) や、リフトンの protean man/ self (変幻自在なプロテウス人間)、マーシャの「文化に適応した拡散型アイデンティティ」は重なるところがある (溝上、2008)。

(2) 多領域化と二重形成プロセス

人の生活や人生に関わる場は多領域化 (multidimensional) している (溝上、2016)。村瀬 (1999) は、皆が一同に乗る社会の大きなプレートは消失し、結果として人は自分だけの、ないしは自分を含む小さなコミュニティのプレートをいくつもつくり出しながらいきなければならないとなったという。

アイデンティティ形成が多領域化したことで、現代における個人のアイデンティティは複数化、断片化している。現代青年のアイデンティティの特徴を多領域化とすると、複数領域間における自己定義の葛藤がテーマとして扱われることになる。各領域における自己を個人の価値や信念などの選択に基づいて定義すると、なかには役割葛藤のように、複数

の領域にまたがる自己定義の間で葛藤が生じることがある（溝上、2016）。人生を広く見渡しながら、複数の発達課題に対する複数の自己定義を同じ次元で調整するという、複雑な心理課題が生み出されている。

溝上（2016）は、現代アイデンティティ形成を二重プロセスで定式化することを試みた。第一のプロセスは、特定領域における自己定義で、第二のプロセスは、特定領域間の自己定義の調整である。

領域間における自己定義は、エリクソンモデルのように一極集中の調整ではなく、互いに独立した自己定義を分権的なダイナミクスのもとで対話を通して探求されるところに特徴を見出すことができる。現代は、イデオロギーや伝統的な価値が衰退したために特定領域内の自己定義だけではなく、領域間の葛藤を引き起こしやすくなっている。役割葛藤がアイデンティティ形成論のなかで議論すべき課題として成立してきたのはこうした背景がある（溝上、2008）。

現代アイデンティティ形成の特徴は、特定領域内の自己形成では、一極集中的なダイナミクスではなく、分権的なダイナミクスのもとで探究された自己定義の結果であること、特定領域間の自己形成では、その調整と統合がはかられることであった。こうして考えると、エリクソンの時代は第一プロセス（特定領域の自己定義の形成）でアイデンティティ形成を説明することができたが、現代は第二プロセスのように領域間の自己定義の調整が必要とされるようになり、自己形成やアイデンティティ形成研究のテーマとして取り組まれていることがわかる。

(3) 多数的・多面的自己

前述した領域間の調整を経た自己は、一つに統合されずに複数のまま存在する多数・多面的自己である。サービンは、自己を認知構造と見なして行動や他者との相互作用をもとにしてつくられる認知構造を①社会的役割に即した②決して単一で統合されていない③多くの「empirical selves 経験的自己」からなっていると考えた。Gergen（1968）は、自己の構造が単一で統合されているという自己理解は、「二つの神を崇める」ことを不徳とする西欧文化の一貫性（consistency）礼賛の反映であるとして、人は多くの矛盾や葛藤を抱えた関係性のなかで生きており、この関係性の観点からみれば、自己は決して単一で統合されたものとはならないと考えた（梶田・溝上、2012）。

この多数多面的な見方は、心理学における自己研究がジェームズ自己論を脱却していく転換点となった³⁰⁾。人は価値や役割の異なる社会的環境からの要請に次々と応じて自己を適合させていかなければならず、結果として自己は多数的自己とならざるを得ない。

30) 多数性は、多次元性以上の意味として提起されている。シェイベルソンらの自己概念の多次元的改装モデルの提示以降、多くの実証的な検討がなされ、自己概念は高度に分化していると考えられるようになった（Harter, 1998; Marsh, 1993; Marsh & Craven, 1997）。ところが、自己概念の多次元性とは構成要素の多次元性である。そこでは、構成要素がどんなに多次元でも、それを受けて形成される自己概念は、単一・統合的である。多数的自己は、この自己の単一的・統合的状态に異を唱える構造的見方である（溝上、2016）。

進展する社会に自己を適合させることで自己が多数化すると理解されるようになったのと同様に、情報メディア社会などが進展することで自己の可能性が高まっている(Hermans & Kempen, 1993) ことも指摘されている(溝上, 2008)。主体としてのIが単一的で統合的に自己をまとめきれない現状は、自己の多数性の見方が示されたことによって、自己形成のあり方に可能性を開いた。それは、どのようにして自己は、特定領域間の自己をまとめているのかという、自己の二重形成における第二プロセスに主眼を置くものである。

(4) 対話的自己論

特定領域間での自己の調整は、対話によって行われると考えたのはハーマンスである。ハーマンスの対話的自己論は、ジェームズの自己論を源流とする自己の分権的力学における「centralized ego (一極集中的な自我)」に相対して用いられる。自己の分権的力学は、自己を司る主体としての存在I (James, 1890) は認めるけれども、自我を自己世界のすべてを統括あるいは掌握する全知の存在としては認めていない。「synthesis as a process (プロセスとしての総合)」と表現するように、Iによる統合ではなくmeの集まりであるmesによって自己形成を考える対話的自己論では、自己全体は決して総合されることはない(溝上, 2016)。この立場がサビカスの自己構成に通じるものがあると論者は考える。

mesについてももう少し詳しくみていきたい。

①対話的自己の成り立ち

対話的自己論は、ジェームズの自己論(I-me)に、バフチン(1995)の「mes(多声性)」概念を統合してできた新しい自己論である。多声性(mes)とは、バフチンがドストエフスキー小説の特徴として見出したもので複数の登場人物が相互に声を発してテキストを作り出す「polyphony(ポリフォニー:多声音楽)」原則を指す(梶田・溝上, 2012)。

ハーマンスらは「声」と「対話」による物語メタファーを用いて、ジェームズのI-meのうち、Iを物語の「著者」、様々なmesを「登場人物」とみなす。このようにIを物語の著者と見なすのはサビカスと同様である。

②Iとmeの関係—ジェームズ自己論との比較

ジェームズの自己論では、著者(I)は、登場人物(mes)に対して、絶対的な支配力を持つものであった。著者(I)は、登場人物を通して自らを語り、物語を編成する。登場人物(me)は、著者(I)の意図を離れて行為することや語ることはない。

これに対して、対話的自己論では登場人物(mes)は、著者(I)から比較的独立した世界観をもつことを認められている。物語は、登場人物(mes)同士の対話(衝突や葛藤を含む)によってのみ構築されると考えられる。確かに登場人物(mes)を行為させ、語らせるのは著者(I)であるから、その意味でmesはIから完全に独立していない。しかし、Iはmesに行為させ語らせた結果としての物語がどのようなものになるかはわからな

い。

ジェームズ自己論がIの集中的に統合する機能によるトップダウン型の自己形成とすると、対話的自己論はmeの集合体mesによるボトムアップ型の自己形成論とみることができる。

③ I-position をとって対話する

しかし、ここで「登場人物 (mes) 同士の対話」という表現が理論的に破綻することになる。me はあくまで主体としてのIによってとらえられた自己の客体にすぎない。客体は、ある行為者から受け身として対象化される静的な「もの」であって、自ら主体的に動いて対話などすることができないのである。そこで、ハーマンスらは「I-position」概念を導入することでこの破綻を乗り越えようとした。Iポジションとは、主体としてのIが、登場人物 (me) のポジションをとって、meを主体化することである。meは、Iによって語るための声を授けられ、その声を通して、そこから見える自己世界を語ったり、他の私や他者と対話したりする。meは、このIポジションを獲得することによって、他の私や他者と主体的に対話することが理論的に可能になるのである。

ハーマンスが紹介するアリスの例がある (溝上、2016)。この事例が示唆することは、同じ1人の自己でもIポジションによって世界観がまったく異なることである。あまりにも対照的な二つのmeの衝突によって、アリス自身 (I) が苦しんでいる。どちらもIが形成したmeであるが、二つのmeはIが統治する自己世界全体のなかで、Iの思うようには機能していない。ハーマンスは、独自のカウンセリング手法である自己対面法を開発し、語り (telling)・行動 (action)・語り直し (retelling) のフィードバックによって、対話的自己理論を発展させてきた (溝上、2008)。ハーマンスらはこのような事例を通して、Iが自己世界の全知の存在ではないこと、デカルトのコギト論のような一極集中的な自我は実際の自己世界では成り立たないことを主張し、代わりに自己の分権的力学を主唱した。

④ Iは複数あるわけではない

対話的自己論の根幹は、Iポジションという概念設定にあるが、Iポジションは、独自の世界観をもつ多数の私 (mes) と、それらを自己全体としてまとめあげるIとの関係をジェームズのI-Meの定式を継承しつつ理論的にまとめたものである。Iは個人に一つのものであり、解離性同一性障害のような複数の人格や主体を認めるものではなく、主体としてのIが多数の私 (mes) にポジショニングして渡り歩くことで、一つのIの認識のもとに互いに共存する。意識上の同一性 (identity) も、一つのIが多数のIポジションを取って、渡り歩くという理論的設定によって保障される。こうして多数的自己は、統合・一貫性のない無秩序な自己世界を指すものではなくなる。ハーマンスは個別水準のmesから出発して、他の私・他者との対話、自己全体の形成を考えていくこの形成力学を「decentralization of the self (自己の分権化)」とした。

(5) 対話的自己論の限界

ハーマンスの対話的自己論が、多くの研究者にとって馴染み深いものにならないのは、個別具体的水準で「私」どうし、「私」と他者の様々な意味での対話が自己全体に向けて構築・再構築するテーマを持ち合わせていないからである（溝上、2008）。溝上は、青年期以降のアイデンティティ形成の議論でこそハーマンスの対話的自己論はいかされるとする。これはハーマンスの対話的自己論の限界とするよりは、ジェームズ以来の心理学的自己形成研究の限界とも考えられる。つまり、「私」群の調整プロセスは、一人では解決できない問題になっており、他者との対話を通してその調整が期待されるからである。他者には、客体としての自己 me の声も含まれるが、自己との対話は第三者（the other）との対話のなかで促進される。ここに第三者の存在としての心理援助者の存在理由を求めることができる。

4. パーソナル・カウンセリングとキャリア・カウンセリングの融合

(1) キャリア・カウンセリングが意味すること

現在、日本では「キャリア・カウンセリング」という用語の使用について混乱状態³¹⁾にあるためその整理からはじめたい。渡辺と Herr (2001) は、次の六つに分類している。

- ①従来の職業相談・職業紹介の新しい名前として使う
- ②キャリアガイダンス（進路指導）と区別しないで使う
- ③「セラピーでないカウンセリング」を意味する個別相談
- ④個人のキャリア形成（Career formation）に関わる個別援助

31) 渡辺と Herr (2001) は混乱の原因を次のように説明する。

①アメリカから輸入した概念であるため、個人の解釈に委ねられる部分が多い。アメリカでも混乱しているものをその混乱を知らずに、部分的に切り取って輸入してしまった。

②「キャリア」という用語の解釈が多様：「キャリア」という言葉は、キャリア・カウンセリングやキャリア発達という言葉や概念が紹介される以前から日本社会で用いられてきた。そのため日本の国語辞書の意味（①経歴とか経験②職業、特に専門的な知識や技術を要する職業についていること③日本の中央官庁で、国家公務員Ⅰ種合格者である者の俗称（大辞林）と、キャリアカウンセリングやキャリア発達という「キャリア」の意味にズレがあるままに、従来の意味に当てはめて解釈してしまった。

③「カウンセリング」の概念が不明確：日本では、学校のスクールカウンセラー職にカウンセラーではなくて、臨床心理士（psychotherapist）が就いているように、カウンセリングは心理療法と同義語に扱われることもあれば、心理療法の一技法と捉えられる場合もある。また、カウンセラーは積極的傾聴をするだけで、助言や指導はしないと捉えられることもある。こうした現状は、カウンセリングの全体像に関心が払われず、むしろ特定の理論、研究者、実践家の主張を必要に応じて輸入して紹介してきたことに原因があると推測される。

④カウンセラーの果たす多様な機能と「カウンセリング」との関連に起因すること：アメリカでは、カウンセラーはカウンセリング以外にもいろいろな機能を果たしている。日本ではそれが正確に伝えられてこなかった。カウンセラーの古典的な機能は、ガイダンスの運営・実践、心理テストの開発と利用、コンサルテーションなどがある。他にもアメリカのカウンセラーたちは、積極的に新たなプログラムや仕事を創出している（災害カウンセリング、メンタリング、コーチングなど）。一方で日本では、カウンセラーは「カウンセリングを専門にする人」という固定観念が支配的である。そのため、アメリカのカウンセラーが行っているカウンセリング以外の機能も、カウンセリングだと理解してしまっている。これが混乱の原因になっているように想像する。

結果として、①「キャリア」の解釈が一致していない。②「カウンセリング」の捉え方が一致していない。③「対象」が限定されていない現状がある。カウンセリングは、誰が「対象」か、具体的な「目標」は何か、どのような「技法」を用いるかによって、アプローチが異なるが、日本ではこの三つが整理されないままに言葉が使われている現状がある。

⑤組織のなかでのキャリア計画を支援する方策を指す

⑥キャリア・カウンセリングの独自性を強調する場合

本論では、④個人のキャリア形成に関わる個別援助に近い意味で、サビカスの自己構成アプローチを取り上げる。

(2) 職業カウンセリングとキャリア・カウンセリングの違い

アメリカでは、キャリア・カウンセリングは職業カウンセリングと区別される。職業カウンセリングが「個人の職業（進路）選択、選択に向けての準備（開発すべき職業能力なども含む）を援助する過程」を指すのに対して、キャリア・カウンセリングは「将来の生活設計と関連づけながら、現在の職業選択をしたり、生活上で果たしたいと願うさまざまな役割（職業人、親、配偶者など）のバランスを考え、生き方を考える過程として」のカウンセリングを意味する。それらは主に青年期以降の個人を対象にするもので、これまでにみえてきた自己形成やアイデンティティ形成が行われる時期でもある。キャリア・カウンセリングでは ①「対象」は「具体的な職業（進路）」ではなく「キャリア（ここでは仮に「生き方」としておく）」であり、②「目の前に迫っている（職業）選択時点」ではなく「中長期的将来」をみる。③「選択すべき職種や職場、開発すべき職業能力」をみるのではなく、「さまざまな社会的役割や生活上の役割との相互関係のなかで職業的役割を位置づけて、時間との関連を視野にいれて」カウンセリングする。

このようにみると、キャリア・カウンセリングは職業を含む人生の意味や価値を見出すことを扱う点で、自己形成やアイデンティティ形成が行われる場を提供していることがわかる。ここでの「キャリア」は、個人が自分で構成するものであり「職業」と違って「個人から独立して存在しえない」という概念が含まれている³²⁾。

(3) パーソナル・カウンセリングとキャリア・カウンセリングの融合

渡辺と Herr (2001) の言葉を借りてまとめると、キャリアは「職業との関わりにおける個人の行動」を意味する。したがって、個人の行動であり、心理過程を扱う。カウンセラーは「個人と環境との相互作用」に焦点をあて、個人を心理的視点に立って援助する。現代人は、産業構造が変化した為に、職業との関わりなしに生きられない環境にいる。職業問題と心理的問題は切り離すことは不可能になっているため、カウンセラーにとってキャリア・カウンセリングとパーソナル・カウンセリングの境は不明確にならざるを得ない。

ジェームズ自己論からはじまる自己形成研究は、パーソナル・カウンセリングとしてのハーマンスの対話的自己論につながるものであり、課題は客体としての自己 mes に共通

32) 「キャリアは、個々人が具体的な職業や職場などの選択・決定を通して、時間をかけて一步一步努力して進んでいくのであり、創造していくものである。個人が何を選び、何を選ばないかによって作り出される、ダイナミックで、生涯にわたって展開される、ユニーク（独自）なものである。キャリアは、仕事上の役割と家庭や地域社会の役割とが統合されているので、他人の目で観察できる特徴をもつ」（渡辺、Herr、2001）。

のテーマが見いだされないことであった。一方で、キャリア・カウンセリングでは職業特性と個人の特性をマッチングする職業カウンセリングの時代を経て、現在では職業を含む人生の意味や価値を扱う領域になってきている。

ここに「キャリアカウンセリングと心理的カウンセリングの融合を考えざるを得ないし、融合できる能力が問われる（渡辺、Herr、2001）」といわれる根拠を見いだすことができる。サビカスの自己構成によるライフデザイン・アプローチは、両者の接点にあるものとして考えられる。

(4) キャリア・カウンセリングの定義

渡辺とHerr（2001）のキャリア・カウンセリング定義は、サビカスの定義を包含するものと考えられる。

「キャリアカウンセリングとは、①大部分が言語をとおして行われるプロセスであり、②カウンセラーとカウンセリィ（たち）は、ダイナミックで協力的な関係のなかで、カウンセリィの目標とともに明確化し、それに向かって行動していくことに焦点を当て、③自分自身の行為と変容に責任をもつカウンセリィが、自己理解を深め、選択可能な行動について把握していき、自分でキャリアを計画しマネジメントするのに必要なスキルを習得し、情報を駆使して意思決定していけるように援助することを目指して④カウンセラーがさまざまな援助行動をとるプロセスである」（Herr & Cramer、1996）（番号は論者）

一方で、サビカスは、キャリア・カウンセリングを自己構成アプローチから定義する。

「キャリア・カウンセリングは、個人による設計という計画的視点からクライアントを著作者としてとらえ、彼らをその自伝的ストーリーによって特徴づけ、クライアントがキャリアを構築していくときの支柱となるライフ・テーマについて内省するのを支援する」（サビカス 2015、原著 2011）

比べてみると、サビカスの特徴は「自伝的ストーリーによって」という一文で見いだすことができる。この一文によって、カウンセラーがクライアントに働きかける手段と方法が明確化されている。クライアントが自伝的ストーリーを語り、ライフ・テーマの内省を支援することがサビカス理論の特徴である。

5. サビカスの自己構成アプローチ—企画体としての自己—

(1) 社会構成主義とナラティブの認識論

サビカスは「企画体（project）としての自己」を社会構成主義とナラティブの認識論から³³⁾提案している。社会構成主義やナラティブの認識論ではどのように自己を捉えるのだろうか。

33) Jon Carlson & Matt Englar-Carlson, サビカス 『Career Counseling』 2011、シリーズ序文より

ガーゲン（1999）は社会構成主義の四つのテーゼを次のようにあげている。

- ①私たちが世界や自己を理解するために用いることばは「事実」によって規定されない。
- ②記述や説明、そしてあらゆる表現の形式は、人々の関係から意味を与えられる。
- ③私たちは、何かを記述したり説明したり、あるいは別の方法で表現したりするとき、同時に、自分たちの未来も創造している。
- ④自分たちの理解のあり方について反省することが明るい未来にとって不可欠である。

社会構成主義では、言葉は事実に規定されず、人間関係から意味がつくられると考える。理解のあり方を言葉を使って振り返ることで、「未来を創る」ことができる。

この視点によって社会構成主義は、カウンセリングの領域において医学モデルのセラピーを乗り越えようとしている。医学モデルにおけるセラピストは「クライアントが報告する問題の原因を探し出し、それを取り除き、人々を安心させる（治療すること（ガーゲン、1999）」を仕事としている。この態度は、精神分析の「心の深層（抑圧）」、ロジャーズの「自尊心の欠如」、認知主義の「思考の欠陥」として扱われるものを指す。いずれも「問題は患者あるいはクライアントの心の中にあるとされ、セラピストは専門家としての役割（中立を保ち問題の源を探り、解決にむけて努力すること（同）」を果たす。こうした専門家としての姿勢は、自己形成研究で確認したように、主体としての自己を扱うことに由来する。その一方で、客体化された自己を扱う社会構成主義のアプローチには次のような特徴がある。①意味に焦点を当てる。②セラピーは共同構成である。③関係に焦点を当てる。④価値に敏感になる（同）。特に、②「セラピーは共同構成」と考えることは、医学モデルの中立を守る立場からみると働きかけが積極的にみえる。なぜなら自己を静的ではなく動的に捉え、統合された自己によってまとめ上げられるのではなく、環境との関わりの中で対話を通して調整するものとみるからである。

こうして、意味や価値に焦点をあてるサビカスの「企画体としての自己」は、社会構成主義の立場から「現実」とみなしているものを社会的な関係の産物であるとみなすために、関係を中心とした理解のあり方や行動の可能性を模索する。「社会構成主義のセラピストは、ナラティブがその人にとってどんな意味をもつのか、その人の考え方にとってどれほど重要なものかを知ろうとする（ガーゲン、1999）」。

マクレオッド（1997）は、心理療法に共通する土台を「クライアントに対して、自らのストーリーを語らせ、それに真摯に耳を傾け、また違った新しいストーリーを語るための空間を備える機会を与えようとする目論み」であると考えた。そのなかでナラティブ・アプローチは「人がストーリーを生成し、かつ消費する存在であるという意味を概念的枠組みの中核に据える（マクレオッド、1997）」ものであり、社会構成主義の心理療法は「自己を社会的存在（Social being）としてとらえるため、自己を意味づけるどのような手段も「社会的に構成されたもの」とみなし、特定の社会的・文化的・歴史的状況から導き出されたものとして理解する（同）」とした。このようなナラティブと社会構成主義の両方

の認識論に立つのがサビカスである。

マクレオッド（1997）によると、社会構成主義の心理療法の概念のユニークさは、自己概念の理解の仕方にもっともよくあらわれる。そこでは「自己は実体ではなく、単なる構成体として理解される。従って、文化が異なれば、自己の意味も異なる」と考えられている。この構成体としての自己がサビカス理論の「企画体としての自己（Self as Project）」である。サビカス理論では自己はライフストーリーの著者として扱われる。社会構成主義とナラティブの認識論に立つことによって、環境や文化の変化に応じてライフストーリーを書き換えて自己変容の可能性を見いだしたと考えられる。

「私たちは常に、自分の過去と未来についてのナラティブを構成し続けている。そして、私たちのアイデンティティの中核には、実は、ナラティブの筋があって、それが人生に意味を与えている（マクレオッド、1997）」といわれるように、ナラティブのプロット（筋）が人生に意味を与える。「自分という感覚は、時間的に前後を行き来し、ストーリーを編み上げる能力によって成立している。ストーリーが表すのは、私が何ものであり、どのようにしてここに至り、どこへ向かおうとしているのかということである（同）」という文脈の「ストーリーを編み上げる能力をもつ自分という感覚」にサビカスは企画体という名を与えたと考えられる。

(2) サビカス理論における自己の捉え方

サビカスの定義のなかで「企画体としての自己」は「計画的な視点から設計する個人」、「著作者としてのクライアント」、「自伝的ストーリーによって特徴づけられるクライアント」、「キャリアを構築する主体」、「ライフテーマについて内省する主体」、「援助を受ける主体」として扱われている。この自己は、キャリア・カウンセリングの対象ではあるものの、客体としての自己とも主体としての自己とも異なる³⁴⁾。

企画体としての自己は、ストーリーのなかに自分をみるため、他者との関係のなかで客体化された自己（mes）や、環境との関わりのなかで生まれたアイデンティティを統合する主体ではない。したがって、構成するストーリーの結末はわからない。ストーリーは活力の源泉であり、自らを支える力となっているため「『私からストーリーが奪い去られれば、自分という感覚は、決定的に損なわれる（Spence, 1982)』（マクレオッド、1997）」といわれるように、環境の変化などによってストーリーが奪われると、活力が失われる。このときにストーリーの再著述が求められるのであるが、新しい環境に合ったストーリーに書き換えるのは、統合する自己ではなく、カウンセラーと共同構成する企画体としての自己である。これが対人援助における自己構成によるライフデザイン・アプローチの立場をとるサビカス理論の特徴である。「自己とは文化的に形づくられ、社会的に構成され、言語によって語られて発現した意識（サビカス、2011）」なのである。そして「人は自己

34) サビカス（2011）は、キャリア支援のなかで客体としての自己を扱うのは職業ガイダンスで、主体としての自己を扱うのはキャリア教育としている。キャリア・カウンセリングが扱う自己は企画体としての自己である。どの立場の自己論をも包括する視点があることがわかる。

を語るときに自己を構成する。自己構成することが人生のプロジェクトとなる（同）。

このように自己構成の自己は、対人援助の文脈で扱われる人生というプロジェクトを企画する構成体と位置づけることができる。

おわりに——今後の課題

物語の構成は複数の「私」を並べて plots（筋）をつくる作業を指す。そこでつくられる物語の筋には首尾一貫した意味が表れる。物語によって、ある一群の「私」に首尾一貫した意味のまとまりをあたえることができる。このようにして構成された物語は、人生の転機において書き換えが迫られる場面がある。かつては、統合された自己のもとで行われていたと考えられてきた自己内省は、自己に多くの機能を持たせたことによって飽和してしまった。現代では、ライフストーリーの書き換えは、自己一人の心で行うものではなく、カウンセラーと共に構成するなかで脱構成され、その過程でとらわれていた考えが再構成されると考えられるようになってきている。本論では、自己は人生の意味をつかむために「self-narrative（自己物語）」の構成を必要とすることと、自己反省（内省）は共同である時代になっていることをおさえておきたい。

日本文化の場合、アイデンティティの発達、適応や人生に対する目的意識、方向性との関連性を強く示すものではあるが、アイデンティティの発達が日本社会で仕事や生活を送るうえで必要なものなのかどうかはいまだに検証されていない（溝上、2016）。自己形成研究からみたアイデンティティは、統合された変化の少ないものであったのに対して、変化の激しい現代社会の自己・アイデンティティは環境の影響を受けて変わりやすいものとして捉えられるようになってきている。そうしたなかであってサビカス（2011）が「アイデンティティは変化しやすいものであるが一定期間は持続して、自己に安定的な意味を与える」と述べるように、自己と環境の相互関係から生まれるアイデンティティ形成には可変性はあっても自己を安定させる働きに意味を見いだすことができる。人生の三大転機といわれる学校から仕事、中年期、定年後のすべてのトランジション（転機）にわたって、自己構成の観点から意味に焦点を当てた縦断的な検討が今後の課題である。

参考文献

心理学事典

フランク・J・ブルノー著『実例 心理学事典（新訂版）』（DICTIONARY OF KEY WORDS IN PSYCHOLOGY, 1986）、安田一郎訳、青土社 1996

藤永保監修『最新心理学事典』平凡社 2013

キャリア心理学

サビカス著、日本キャリア開発研究センター監訳『キャリア・カウンセリング理論〈自己構成〉によるライフデザインアプローチ』福村出版 2015（原著 2011）

サビカス著、水野修次郎監訳・著『ライフデザインカウンセリングマニュアル』遠見書房訳 2016（原著 2015）

渡辺三枝子・E.L. Herr『キャリアカウンセリング入門』ナカニシヤ出版 2001

- 渡辺三枝子編『新版キャリアの心理学 キャリア支援への発達のアプローチ』ナカニシヤ出版 2007
自己心理学、自己・アイデンティティ形成の心理学
- 秋田巖・小川佳世子『日本の心理療法 自我篇』2016
- 榎本博明『〈ほんとうの自分〉の作り方——自己物語の心理学』講談社 2002
- 榎本博明・岡田努編『自己心理学 1 自己心理学研究の歴史と方法』金子書房 2008
- 榎本博明・安藤寿康・堀毛一也『パーソナリティ心理学 人間科学、自然科学、社会科学のクロスロード』有斐閣アルマ 2009
- 榎本博明『自己心理学の最先端 自己の構造と機能を科学する』あいり出版 2011
- 大山泰宏『改訂新版 人格心理学』放送大学教育振興会 2015
- 岡田努・榎本博明編『自己心理学 5 パーソナリティ心理学へのアプローチ』金子書房 2008
- 梶田叡一・溝上慎一『自己の心理学を学ぶ人のために』2012
- 鐘幹八郎監修『アイデンティティ研究ハンドブック』ナカニシヤ出版 2014
- 中間玲子編『自尊感情の心理学』金子書房 2016
- 中間玲子『自尊感情の心理学 理解を深める「取扱説明書」』金子書房 2016
- 松井豊・櫻井茂男編『スタンダード自己心理学・パーソナリティ心理学』サイエンス社 2015
- 溝上慎一『自己の基礎理論—実証的心理学のパラダイム—』金子書房 1999
- 溝上慎一『自己形成の心理学—他者の森をかけ抜けて自己になる』世界思想社 2008
- 溝上慎一「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 2016、21-41 頁
- プロセス研究
- 岩壁茂『プロセス研究の方法』新曜社 2008
- ナラティブ・社会構成主義
- ジョン・マクレオッド著、下山晴彦監訳『物語としての心理療法』誠信書房 2007（原著 1997）
- ケネス・ガーゲン著、永田素彦・深尾誠訳『社会構成主義の理論と実践 関係性が現実をつくる』ナカニシヤ出版 2004（原著 1994）
- ケネス・ガーゲン著、東村知子訳『あなたへの社会構成主義』ナカニシヤ出版 2004（原著 1999）
- シーラ・マクナミー、ケネス・ガーゲン編、野口裕二・野村直樹訳『ナラティブ・セラピー 社会構成主義の実践』遠見書房 2014（原著 1992）

(キーワード: 自己形成、自己構成、企画体としての自己)

