

# 大学生における 自認するキャラと適応感との関係

～ストレスコーピングとしてのキャラ～

国際文化研究科 国際文化専攻  
臨床心理学研究分野 博士前期課程  
2024年3月修了

安藤日南

主査 稲田尚史 副査 命婦恭子 小林純子

## 研究背景

表面的な友人関係を持つとされる現代の青年は、お互いに本来の自分とは異なるうわべの「キャラ」を設定することで、コミュニケーションを円滑に進めている(相原, 2007)。先行研究では、キャラと適応との関連が検討されており、キャラの受容や変容は適応的な対人関係に影響すると考えられる。

一方、コーピングは、健康や適応の重要な概念として重視されており、性格的特徴として扱うコーピングスタイルと、ストレスを管理するプロセスとしてのコーピング方略の二つの側面から研究されている(Lazarus, 1993)。

## 研究目的

所属する集団や対人関係のなかで変化するキャラと、ストレスの特徴に応じて、実行され、変化するコーピングとでは、状況や場面などに応じて適切に使い分けることでストレス対処に役立てられている点など、類似している点があると考えられる。

そこで、本研究では、キャラの表出をコーピングの一つとして捉え、キャラと友人関係におけるコーピングとの関係を検討すること、そして、大学生におけるキャラの実態を明らかにすることを目的とした。

## 研究概要

### 【方法】

大学生・大学院生162名を対象に、キャラの有無と種類、性格・キャラの特性、性格・キャラの受け止め方、コーピング、適応感について質問紙調査を行った。

### 【結果】

キャラがあると回答した者は約6割、キャラがないと回答した者は約4割であった。性格や性格・キャラの受け止め方、コーピングを類型化するため、クラスタ分析を行い、分散分析の結果から各クラスタの特徴を検討したところ、性格の受け止め方と適応感との関連では、不安が強い性格の者は、性格とキャラの拒否が強く、適応感が低い傾向が見られたことから、性格の内向・外向ではなく、自身の性格を受容していることが適応感を高めている可能性が考えられた。また、キャラを積極的に受容している、もしくは、キャラを拒否していない者は、性格も受容しており、適応感が高い傾向があることが明らかになった。一方で、性格の受け止め方に関わらず、キャラを一貫して拒否的に受け止めていると適応感を引き下げる可能性が示唆された。

分析の結果、キャラがある者は、キャラがない者と比較し、対人ストレス場面において、間接的対処と直接的対処を行っていることが明らかになり、キャラを有していることとストレスに対して積極的に対処することには関連が見られた。一方で、キャラの拒否が強い者でも、コーピングを用いている場合には適応感が高い傾向があり、キャラを用いなくても適応的であり、キャラを必要としていない可能性や、性格やコーピングによる影響の方が大きいことが示唆された。

## 成果・まとめ

キャラを有していることとストレスに対して積極的に対処することには関連が見られ、キャラによって居場所を確保することができる(相原, 2007; 瀬沼, 2009)点が、コーピングを用い、対人ストレスに対処することで場に適応しようとする点と類似している可能性が考えられた。

本研究の結果から、キャラとコーピングの関連性が見られ、キャラをコーピングの一つとして用いている可能性が考えられたため、今後もさらなる検討が必要であると考えられる。



## 指導教員コメント

キャラの表出をコーピングとして捉え、キャラと友人関係におけるコーピングとの関係を検討することにより、今日的な若者が用いるコーピングとしてキャラを捉えるという発想は独創的である。様々な分析を通して、性格とキャラ、それぞれの受容とコーピングスタイルとの関連について探索的に検討を行ったが、十分な仮説構成に辿り着くことは難しかったものの、一定の成果は得られており、その真摯な研究姿勢は十分に評価できる。今後さらに分析を重ね、研究成果を上げることが期待される。