

2017年2月11日 千曲会 岡山支部総会「話題提供」にて

アイデンティティと人の一生（ライフサイクル）

アイデンティティという言葉は、みなさんどこかで聞かれたことがあるでしょう。しかし、感覚としてしか捉えられないものだけに漠然とした言い方しかできません。あえていうならば「自分が自分である感じ」とか「自分らしくあること」とか「びったり感」とか「自分に違和感がない感じ」とかいうことになります。これまでの人生をよく思い出していただくときっと一度くらいは「自分が人生をどう選択していいかわからない」とか「なんだか居心地が悪い」などと思ったことがおありの方もいらっしゃるでしょう。その状態は、アイデンティティをまだつかめていないとか、見失いかけている感じ、と言えます。人生上で環境に変化があった時、少なからず不安定感を感じますが、その状態に慣れてきて、他の人からも違和感なく受け入れられていると感じると、居心地がよくなり気持ちちは安定しますね。その感覚と思ってもよいでしょう。

環境や自分に何も変化がなければ、ずっと安定のままなのかもしれませんが、それはありえないでしょう。人は年を重ねて、体力も変わりますし、風貌も変わります、価値観も変わるし、家族の構成も変わるでしょう。結婚、離婚、再婚、子の誕生、就職、失職、再就職、子の自立や未自立と、正負を含む人生の波は、とくに現代を生き抜く中年期の人々にとっては、枚挙にいとまがありません。こうした環境の変化の中でその都度アイデンティティを見直し、自分らしさを発揮できるようになるのには、数年はかかるものです。

以前までは、アイデンティティと言えば、青年期の専売特許のように言われていました。青年期には、親から精神的にも経済的にも独立して、自分なりの生き方を見つける人生で初めての試みが行われます。それは、ある時はスムーズに、ある時は困難を極めます。しかし、スムーズに見えるとき、親の影を引きずる仮のアイデンティティであったりします。青年期のアイデンティティの確立は、初めての暗中模索で、不安や迷いがつきものです。その葛藤が大きいほど、それを越えたとき、大きなエネルギーが発揮されると言われています。やはり青年期は、一生の中でもロマンに満ちた一時期と断言していいでしょう。

このように青年期はダイナミックで研究対象として魅力がある上に、条件が統制された対象（学生など）のサンプリングが容易で、青年期の研究は大いに進んできました。それに比べると、成人期は人によって無数のバリエーションがあり、サンプルに統制をかけることがむずかしく、研究には地道な聞き取りと膨大な時間が必要になります。アイデンティティという概念を世に送り出したエリクソンや、中年期危機という概念を送り出した D. レビンソンは、統計的研究ではなく、少なくない複数の事例研究の集積からライフサイクルを論じています。

今では、努力を重ねたエリクソンやレビンソンの研究によって、長い成人期、老年期の間にも、何回もの、アイデンティティの危機や見直しと再確立が繰り返されるのだと、わかってきました。成人してからも、さまざまな変化への適応が求められ、困難に突き当た

ったり、それに打ちひしがれたり立ち向かったりしながら成長するものだ、と理解されるようになったのです。さらに昨今では、高齢化がすすみ、80歳やら90歳においてもなお、どう生きるかが問われるようになりました。エリクソンは晩年、寝たきりになってもなお、そういう自分を顧みながらライフサイクル論をより深いものに進化させていきました。レビンソンは、人生の最後まで、こうした葛藤と気づき、悟りを繰り返しながら、人格的に成長していくのだという意味のことを書き記しています。

いま、こうして同窓会を企画してくださっている先輩方は、会社を引退なさって、いまは、このようなコミュニティを提供する役割を担ってくださっています。こういうところで皆さんの日常の過ごし方をお聞きすると、ご家族、畑、スポーツなど、さまざまな活動をされて、会社引退後のアイデンティティをそれぞれに見出しておられるようです。自分も引退後はそうありたいものだと思います。

先ほど、私よりもずっとお若い、けれども、会社では中堅どころでいらっしゃるだろうと思われる方から「いままで、仕事上のいろんなことを“わかっている”と思ってきたけれども、このごろふと“自分にはまだまだわかっていないことがたくさんある”と気がするようになりました。これもアイデンティティと関係がありますか？」というご質問をいただきました。関係していると思います。今までの自分では思い及ばなかった境地があることに気がつき、そこの扉を開かれようとしているわけです。人生半ばの過渡期という感じでしょうか。それにしてもおもしろいですね、全てわかっていると思っているほうが“わかってない状態”で、わかっていないことに気がつくことこそが素敵なことなのです。

さて、いま、これを読んでおられる皆さんは、30？40？50？60？70？代でしょうか。自分の人生は、ず〜っとこのままなんだろうと思える方は少ないでしょう。これからどうなっていくのかな、なにをして生きていくのかなと思っておられる方も少なくないと思います。まだまだ人生半ば、親の介護など、まだまだいろいろあるとは思いますが、なにか自分にできることで、もうひと花咲かせてみるのはいかがでしょうか。同じことをやっても若い時にやるのとはまた一味違う、深い味わいの花が咲くことでしょうか。

繊維工業化学科卒業 石垣明美

臨床心理士

カウンセリングルーム“シーズ・オブ・モモ”代表

就実大学 非常勤講師

参考文献

アイデンティティとライフサイクル 著者 エリク・エリクソン 誠心書房

人生の四季 著者 ダニエル・レビンソン 講談社学術文庫

ライフサイクルその完結 著者 エリクエリクソン みすず書房

