

## 人はいくつかの性格を「モード切替」しながら生きている

自分のもっている性格モードの比率を変えたり、新しく作ることで、「自分の性格」を変えることができる

『先生 (You, アナタ) はどんな人だと他人から言われますか? 天然? チャキチャキしてる? 優柔不断? スーパードライ? 「〇〇先生は菩薩様の様な人」「△△先生は昭和のお父さんの様な人」「■先生は館ひろしの様な人」「◇◇先生はエネルギッシュな人」など、それぞれ「〇〇な人」という、外面上の性格 (パーソナリティ) をもっていますが、本人からするとそこまで単純ではなくて、「それは私というもののホンの一面」とか「休日の私は別人」とか、人には色々な性格の側面があります。また、多感な 10 代後半から 30 才くらいまでは「今の私は本当の私じゃない!」とか「毎日、毎日、偽物の自分を演じているだけの!」とか、そんなことで本当に悩んでしまったりします (ガラスのように繊細な人は生きにくくて困っちゃうよね。)。ある側面から見れば、人生は自分のコンプレックスとの絶え間ない戦い (理想とする自分と、現実の自分との乖離にひたすら悩む戦い) だったりしますよね。



図1 「モード性格」論

『さて、今回は「性格」についてです (心理学の分野からすると「パーソナリティ理論」というもの)。参考文献は右図のもので。内容をざっくり要約すると、人の性格は1つではなく、対峙する人、役割、問題、時間によって「モードを切り替えるように性格を切り替えている」と。そして、そのモードの比率によって「あの人は優しい人 (優しいモードが多い人)」とか「あの人はズレイ人 (ズレイモードが多い人)」とかの認識をされているというものです。また、メインの性格が社会上ポジティブなもの (例えば礼儀正しいとか) で、ウラの性格が社会上ネガティブなもの (不機嫌になりやすいとか) であると、嫌悪感を抱かれやすいとされています (裏表のない人が好かれるのも、この裏返しです)。

『さて、「誰も本当の私をわかってくれない!」はドラマで良く聞く常套句ですが、『わたし』が積極的に表に出していない様な「少ない比率のウラモード」は、他人からはやはり見えにくくて、多く露出している「メインモード」によって「あなたは〇〇な人」と判断をされます。逆に言うところ「自分のモード比率」を意図的に操作することによって、例えば「少ない比率のウラモード」を「比率の多いメインモード」にすることができれば、如何様にも「自分」というものや他人から見える自分の印象を変化させていけるということです。

『閑話休題。下図は 12 個の質問に答えることによって、自分の性格を円グラフにしてくれるという、良くあるネットゲーム (図2: 性格分析グラフ <https://curazy.com/archives/187763>) ですが、桑びよんは下図のような結果でした。例えば…の話ですが、こういう円グラフのようにアナタも幾つかのモードをもっていて、その比率によって他人から「〇〇な人」と印象づけられています。現状の自分の円グラフと、理想の自分の円グラフを書き出してみても面白いかも知れません。

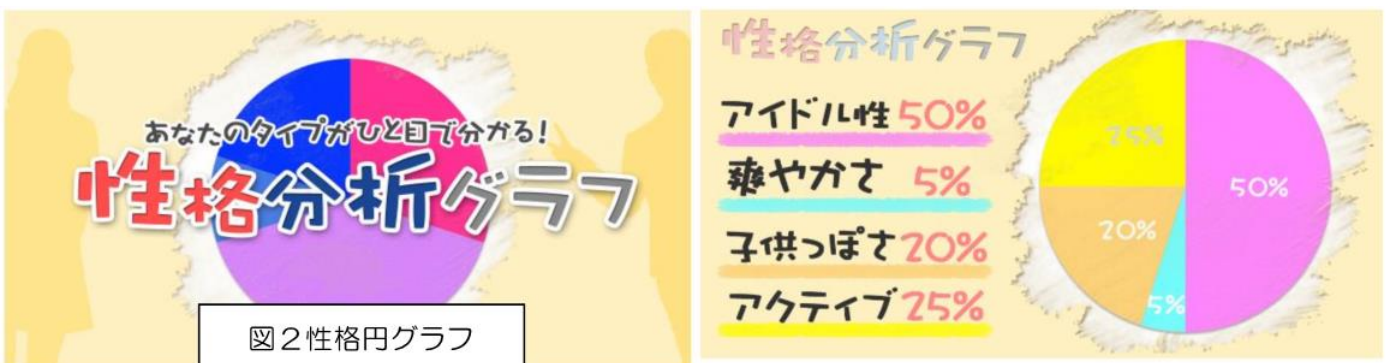


図2 性格円グラフ