

Abstract

Dette er en kulturpsykologisk studie av den japanske selvoppfattelsen og forholdet mellom kultur og individ. Den tar for seg hvordan japanere ser på seg selv i sammenheng med andre mennesker, samt japanernes forhold til selvtillit. Kvalitative data ble samlet inn i Tokyo og Beppu i Japan i form av etnografiske observasjoner og semistrukturerte intervju. Resultatene av dette forskningsprosjektet tyder på at Markus og Kitayamas (1999) karakterisering av det japanske selvet som gjensidig avhengig er upresis på flere områder, da personlig måloppnåelse og frivillig isolasjon fra gruppen er aktuelt for japanerne i enkelte aspekter av deres liv. Forskningen kom også fram til at til tross for at selvtillit ikke har den samme kulturelle betydningen i Japan som i vestlige samfunn, så evaluerer japanerne likevel seg selv ut i fra rolleprestasjoner, innsats og pågangsmot, opprettholdelse av ansikt, og sine relasjoner til inngruppemedlemmer. Resultatene viste også at selvet er åpent for forandring hvis det midlertidig oppholder seg i en ny kulturell kontekst, men at dette ikke nødvendigvis reflekteres i endret atferd hos japanere når de returnerer til Japan på grunn av det normative presset om tilbakeholdenhet som er viktig i japansk kultur. Denne studien tilbyr et nytt perspektiv på Japans kultur og folk, og den foreslår retningslinjer for videre forskning på selv og kultur.

English abstract

This is a cultural psychological study of the Japanese sense of self and the relationship between culture and individual. It explores how the Japanese view themselves in relation to other people, as well as what self-esteem means to them. Qualitative data was collected in Tokyo and Beppu in Japan including both ethnographic observations and semi-structured interviews. The research results indicate that Markus and Kitayama's (1999) characterization of the Japanese self as interdependent is inaccurate on several points, because personal goal attainment and voluntary isolation from the group are relevant choices for the Japanese in some aspects of their lives. In addition, the results indicate that in spite of self-esteem not having the same cultural significance in Japan as in western societies, the Japanese still evaluate themselves in relation to role commitment, spirit and enthusiasm, preservation of face, and their relationships with ingroup members. The research also shows that the Japanese self is open to change when temporarily located in a new cultural context. However, this is not necessarily reflected in an alteration of behavior upon returning to Japan, due to a normative pressure of withholding the self that is important to Japanese culture. This study offers a new perspective on Japanese culture and people, and it suggests guidelines for further research on culture and self.

Forord

Denne oppgaven representerer på mange måter en personlig utvikling. Den krevde mye hard jobbing, sene kvelder og enormt engasjement, men den ga også personlig innsikt, leksjoner i selvdisiplin, og et fornyet håp om menneskeheten. Oppgaven er i stor grad et selvstendig arbeid, men den ville ikke kunne fullføres uten hjelp, støtte og trøst fra andre mennesker jeg respekterer og er glad i. Jeg vil først og fremst takke Professor Yamaguchi og hans herlige studenter for å gjøre forskningsfeltet tilgjengelig og datainnsamling mulig. Jeg vil takke Jun Gao og Joung-gill Choi for å hjelpe meg navigere rundt i Tokyo og Beppu. Til sist men ikke minst vil jeg takke min samboer Linn Connie Johansen for støtte, hjelp og omsorg i skriveprosessen.

Jeg avsluttet mitt feltarbeid i Japan tre måneder før Japan ble rammet av jordskjelv og tsunami. Dersom en masteroppgave kan dedikeres til noen, så dedikerer jeg den til ofrene for naturkatastrofene som rammet Japan 11. mars 2011.

Bildet på forsiden er designet av Simon Dahl Nyhus, og det står for selvet (*jibun*).

Innholdsfortegnelse

| | |
|--|----|
| 1 Innledning..... | 11 |
| 2 Teori og Empiri | 14 |
| 2.1 Begrepsavklaring | 14 |
| 2.2 Kultur og Individ | 16 |
| 2.3 Skillet mellom Øst og Vest..... | 18 |
| 2.3.1 Språk..... | 19 |
| 2.3.2 Kulturspesifikke tendenser..... | 20 |
| 2.3.3 Individualisme og kollektivismen. | 22 |
| 2.4 Om Japansk Kultur..... | 24 |
| 2.4.1 Følelsenes betydning i Japan..... | 25 |
| 2.4.2 Japanske grupper og individer. | 26 |
| 2.4.3 Arbeidskultur..... | 28 |
| 2.4.4 Lykkelig og trist..... | 28 |
| 2.5 Selv og kultur | 29 |
| 2.5.1 Selvet: Dikotomisk skala eller flere dimensjoner? | 31 |
| 2.5.1.1 Uavhengige og gjensidig avhengige selv (Markus og Kitayama, 1991)..... | 31 |
| 2.5.1.2 Selvets tre dimensjoner (Kashima et al., 1995)..... | 35 |
| 2.5.1.3 Teorier om selvet. | 37 |
| 2.5.2 Selvevaluering: Selvkritikk eller moderert selvuttrykk? | 38 |
| 2.5.2.1 Selvtillit og selvkritikk (Heine et al., 1999). | 38 |
| 2.5.2.2 Implisitt selvtillit og beskjedenhet (Yamaguchi et al. (2006). | 41 |
| 2.5.2.3 Teorier om selvtillit. | 42 |
| 2.5.3 Å studere selvet..... | 43 |
| 3 Metode..... | 44 |
| 3.1 Forskningsdesign | 44 |
| 3.2 Etnografi | 45 |
| 3.2.1 Etnografisk innstilling | 45 |
| 3.2.2 Tilgang. | 46 |
| 3.2.3 Forskerrollen. | 47 |
| 3.3 Datainnsamling..... | 48 |
| 3.3.1 Observasjon..... | 48 |
| 3.3.2 Informanter. | 50 |
| 3.3.3 Intervjuene. | 50 |

| | |
|---|----|
| 3.3.4 Metning..... | 52 |
| 3.4 Analyse | 53 |
| 3.5 Pålitelighet og Troverdighet | 54 |
| 3.6 Etikk og Konfidensialitet..... | 58 |
| 4 Resultater..... | 59 |
| 4.1 Aspekter av Japanske Selv..... | 60 |
| 4.1.1 Selvbeskrivelser..... | 60 |
| 4.1.2 Selvforbedring | 61 |
| 4.1.3 Atmosfære og skjulte meninger..... | 63 |
| 4.1.4 Inngruppefølelse..... | 65 |
| 4.1.5 Lykke..... | 67 |
| 4.2 Japan i Forandring | 69 |
| 4.2.1 Japansk arbeidsløp..... | 69 |
| 4.2.1.1 Typiske japanske bedrifter..... | 70 |
| 4.2.1.2 Rolleidentitet..... | 71 |
| 4.2.2 Japan som åpen..... | 73 |
| 4.2.3 Japanske kvinner..... | 74 |
| 4.3 Japanske Selv i Utlandet..... | 77 |
| 4.3.1 Utlendinger..... | 77 |
| 4.3.2 Typisk japansk..... | 79 |
| 4.3.2.1 Mellommenneskelige avstander..... | 79 |
| 4.3.2.2 Avveksling..... | 81 |
| 4.3.3 Forandring i utlandet..... | 82 |
| 5 Diskusjon..... | 84 |
| 5.1 Det Japanske Selvet..... | 84 |
| 5.1.1 Den japanske gruppen..... | 85 |
| 5.1.1.1 Tilbakeholdelse av selvet..... | 85 |
| 5.1.1.2 Gruppesamhold..... | 86 |
| 5.1.2 Japansk individualisme..... | 87 |
| 5.1.3 Mer enn gjensidig avhengighet..... | 88 |
| 5.1.4 Japans kollektivism..... | 90 |
| 5.1.5 Selvets avhengighet..... | 91 |
| 5.2 Japansk Selvtillit | 94 |
| 5.2.1 Selvkritisk fokus..... | 94 |

| | |
|---|-----|
| 5.2.2 Beskjedenhet | 95 |
| 5.2.3 Selvkritikk eller tilbakeholdent selvuttrykk? | 96 |
| 5.2.4 Aspekter av japansk selvtillit. | 98 |
| 5.3 Individualiseringen av Japan | 100 |
| 5.3.1 Sensitivitet til kontekst. | 100 |
| 5.3.2 Individualisering. | 101 |
| 6 Avsluttende Refleksjoner | 103 |
| Referanser..... | 107 |
| Appendiks 1: Intervjuguide..... | 113 |

1 Innledning

Som følge av jordskjelv, tsunami og atomreaktorkrise har Japan nå i det siste vært mer i vestlig medias fokus enn de har vært siden 2.verdenskrig. Store boligområder er skylt vekk, tusenvis av liv har gått tapt, og frykten var stor for at atomkraftverkene i Fukushima skulle eksplodere og spre radioaktiv stråling over store deler av landet. Det som kanskje var mest iøynefallende med denne nasjonale krisen Japan gikk gjennom var mangelen på kaos i gatene og plyndring av butikker. Japanerne støttet hverandre i denne vanskelige tiden, de berørte sto pent i kø for å motta livets nødvendigheter, mange eiere av butikker reduserte prisene, og eiere av automater som selger mat og vann ga i tilfeller bort varene sine. Vestlig media fremstilte Japans krisehåndtering som eksemplarisk, og sammenlignet dem med andre naturkatastroferammede land som Chile og Haiti (Gilbrant, 2011). Dette overrasket mange, og viste at selv om Japan lenge har gjort seg bemerket i det internasjonale samfunn, så er det fremdeles mye vi ikke vet om japanere. For å kunne forstå japanernes altruistiske oppførsel i krisesituasjoner må man først ha innsikt i hva det vil si å være japansk. Matsumoto (1996) skriver at for å kunne forstå en nasjon, må man først forstå kulturen som ligger under nasjonen, og for å kunne forstå kulturen, må man først forstå psykologien til folket som konstituerer den. Hvis man antar at kulturen i et samfunn bidrar til å forme psykologiske tendenser og strategier hos individene, så det er gjennom en forståelse av kulturen at man bør søke forklaring på hvordan individenes innerste vesen, *selvet*, opererer og fungerer.

Da den amerikanske sosialantropologen Ruth Benedict (1946) beskrev sitt inntrykk av japanere la hun vekt på selvmotsigelsene ved deres natur. Hun skrev at japanere er ekstremt høflige, men også uforskammede og hovmodige, rigide, men også innovative, underdanige, men ikke mulig å kontrollere, og lojale, men likevel ondskapsfulle. Dette maler et bilde av et svært komplisert folkeslag, fylt med uoverensstemmelser. Istedenfor å la seg bli blendet av det kraftfulle førsteinntrykket bør man ta et steg tilbake og betrakte kulturen som produserer slike kompliserte og interessante individer. Siden japanere har hatt en tendens til å holde seg for seg selv, er det ikke mye den vestlige verden vet om dem og deres kultur. Dette har ført til at man har dannet seg stereotypiske holdninger som blir verifisert hver eneste gang man ser en japansk turist med fotografiapparat. Hvordan man oppfattes av andre representerer ikke alltid hvordan man er, og dette er særlig viktig når man har med japanere å gjøre. Som psykologisk forsker vil jeg derfor forsøke å få tilgang til det japanske selvet for å få en forståelse av hva de innebærer å være japansk.

Selvet er et av de mest aktivt undersøkte temaene i psykologi. Selv er redskaper for menneskelig interaksjon, og de hjelper til med å skape varige relasjoner mellom folk (Baumeister, 1999). Det er den delen av mennesket som gjør oss til den vi *er*, det bestemmer hvordan vi skal handle, og det kobler oss til andre mennesker. Samfunnsvitenskapen er dog langt fra å kartlegge selvets komplekse natur, og å komme til enighet om hvordan det kategoriserer informasjon og fungerer som en enhet. Selvet er altomfattende og vagt, og derfor veldig vanskelig å studere på en vitenskapelig måte, og dette er særlig problematisk når selvet har vist seg å ta kulturspesifikke former (Kashima et. al., 1995; Markus & Kitayama, 1991; Triandis, 1989). Selvkonsept er et begrep som ofte blir brukt i forskningslitteratur for å gjøre selvet vitenskapelig (Baumeister, 1999), men også *selfconstruals* (Markus & Kitayama, 1991) og selvteori (Epstein, 1973) er blitt benyttet i forskningssammenheng. Jeg vil ha en åpen tilnærming til fenomenet, og vil derfor benytte den enkle og brede betegnelsen “selvet” konsekvent i oppgaven.

Denne oppgaven søker å utforske det japanske selvet. Dette er for å få en bedre forståelse av japansk kultur og folk, men også for å få et nytt perspektiv på selvet som kan stimulere til ny forskning på dette til tider u håndgripelige fenomenet. Denne oppgaven har primært to forskningsspørsmål. Det første er: *Hva er det japanske selvet?* Japanere har blitt karakterisert av forskjellige forskere fra mange fagdisipliner, men jeg vil forsøke å finne ut hva det vil si å være oppdratt i japansk kultur, og hvilken betydning det har for valgene japanerne tar i sine liv. Jeg vil ta for meg et etablert teoretisk perspektiv på det japanske selvet, og utfordre det med motstridende funn og egen empiri. Det andre forskningsspørsmålet er: *Hva innebærer en japansk form for selvtillit?* Studier har vist at japanere gir uttrykk for lav selvtillit (Feather & Mckee, 1993), til tross for at lav selvtillit ikke er et stort sosialt problem i Japan (Heine, Lehman, Markus, & Kitayama, 1999). Jeg vil da gå i dybden i hvordan japanere evaluerer sitt selvs verdi, og foreslå en egen forklaring på dette omdiskuterte temaet.

Jeg vil også se på forholdet mellom individ og kultur. Forskningsspørsmålene som jeg vil besvare i den sammenheng er hvordan kulturen kan påvirke selvet, på hvilke spesifikke måter selvet kan bli påvirket av kulturen, og hvordan selvet kan bli påvirket av andre kulturer enn den individet er oppvokst i. Sentralt for å forstå japanere er det psykologiske behovet for å høre til (Baumeister & Leary, 1995). Det er det som har ført mennesker sammen siden artens begynnelse, og det som minner oss om at vi er avhengige av hverandre. Japanernes liv går i stor grad ut på å være sammen med andre mennesker, og gruppentilheten preger deres sosiale atferd. Andre aspekter jeg vil ta for meg inkluderer hva lykke betyr for japanerne, japansk arbeidskultur, og hvordan Japans kultur er i forandring. For å finne svar på

disse spørsmålene vil jeg benytte meg av litteratur fra krysskulturelle studier av selvet, psykologiske og sosialantropologiske studier av Japan, i tillegg til mine egne kvalitative intervjuer og etnografiske data fra feltarbeid i Japan. Formålet med denne oppgaven er å studere det japanske selvet fra både utsiden og innsiden. Jeg har av den grunn forsøkt å innlemme både vestlige og østlige teorier om selv og selvtilit, samt både amerikansk og japansk forskning på aspekter av selvet i litteraturen.

Det er flere måter å tilnærme seg selvets forhold til kultur, og to av dem er krysskulturell psykologi og kulturpsykologi. Krysskulturelle forskere fokuserer på kulturens innhold og bruker gjerne spørreskjema og henter data i mange kulturer, mens kulturpsykologiske forskere fokuserer på den kulturelle konteksten, og benytter seg av etnografiske metoder og eksperimenter for å samle data i få kulturer (Triandis, 2007). Siden denne oppgavens tilnærming er kvalitativ og fokuset er på Japans kultur, kan den beskrives som en kulturpsykologisk forskningsstudie. Det innebærer imidlertid ikke at oppgaven går bort fra innsikten som er ervervet fra krysskulturelle studier, men at den heller trekker kunnskap fra begge perspektivene. Markus og Hamedani (2007) bruker *sosiokulturell psykologi* som en fellesbetegnelse som tar for seg både det konseptuelle i kulturen, som ideer, bilder, presentasjoner, holdninger, verdier, prototyper og stereotyper, og materialet i kulturen, som kulturelle produkt, mellommenneskelige interaksjoner og institusjonelle praksiser. Dette utgangspunktet ser på kulturen som noe som er både på innsiden og utsiden av individet, og dette utgangspunktet tar også mitt forskningsprosjekt.

Et punkt hvor krysskulturell forskning generelt sett har hatt en svakhet er i utvalget til de forskjellige kulturene de studerer. De fleste deltagerne i både eksperimenter og spørreundersøkelser er studenter fra de respektive medforfatterens kultur og universiteter, og oftere enn ikke er det studenter av psykologi, gjerne på første året. Dette er en fullt forståelig ordning som sparer både tid og penger, og siden det er grunnleggende forskjeller de undersøker så forventes det ikke at studenter skiller seg så veldig langt fra resten av populasjonen. Et problem med dette er at universiteter veldig sjelden ligger i noen annet enn storbyer, og at folk fra byen har en tendens til å tenke annerledes enn de som er oppvokst på landet. Matsumoto (1996) skriver at det da ikke dreier seg om krysskulturell forskning, men kryssuniversitetsstudier eller krysskulturelle studier i en veldig begrenset form. Jeg vil forsøke å oppnå en holistisk forståelse av det japanske selvet i mitt forskningsprosjekt, ved å være bevisst på både konteksten selvet opererer i og innholdet som er tilgjengelig i kulturen.

Først i oppgaven vil jeg ta for meg teoretiske perspektiver og empirisk forskning som er gjort på selvet og kultur. Etter begrepsavklaringen vil jeg gå innom forholdet mellom kultur

og individ, det teoretiske skillet mellom østlig og vestlig kultur, før jeg går dypere inn i japans kultur, og til slutt tar for meg de teoretiske perspektivene jeg vil fokusere på i oppgaven. I metoddelen vil jeg presentere forskningsdesignet og metoden som er valgt for denne oppgaven, før jeg går konkret inn på hvordan datainnsamlingen og analysen ble foretatt. Metoddelen vil bli avsluttet med en vurdering av oppgavens metodologiske styrker og svakheter, samt en gjennomgang av eventuelle etiske problemstillinger koblet til forskningen. Etter dette vil resultatene av forskningen presenteres tematisk, før jeg i diskusjonsdelen setter hovedpunktene som ble tatt opp i teori og empiridelen i sammenheng med resultatene. Til slutt vil det være en oppsummering av oppgavens funn og refleksjoner over teoretiske implikasjoner, supplert med forslag til videre forskning på selvet og kultur.

2 Teori og Empiri

Denne delen av oppgaven vil presentere det teoretiske og empiriske utgangspunktet for masteroppgaven. Det er en samling av teorier om selv og kultur som jeg vil bruke som utgangspunkt for forklaringen av mine kvalitative data, men jeg vil også benytte dataene jeg har samlet inn til å utdype og problematisere de teoretiske perspektivene. Denne delen vil også inkludere diverse krysskulturelle studier gjort på aspekter av selvet, samt studier som spesifikt går på Japans kultur og psykologi. Teoriene og studiene som er tatt med her er valgt på grunn av deres slagkraft og ringvirkninger i fagdisiplinen, eller på grunn av den nye innsikten eller perspektivet de tilbyr forskningsfeltet. Først i oppgaven vil jeg spesifisere og definere generelle begrep som vil bli brukt i denne oppgaven. Deretter vil jeg ta for meg forholdet mellom kultur og individ før jeg går over på skillet mellom østlig og vestlig kultur i samfunnsvitenskapelig forskning. Jeg vil også her ta for meg dimensjonen individualisme-kollektivism som er antatt å karakterisere disse to grovt definerte kulturene. Etter dette vil jeg gå dypere inn i hva som kjennetegner japansk kultur og folk, samt se på studier som tar for seg aspekter av japansk psykologi. Til slutt vil jeg ta for meg spesifikke teorier om selv og selvtillit som er brukt for å forklare de krysskulturelle forskjellene mellom USA og Japan.

2.1 Begrepsavklaring

Det første begrepet som vil bli definert er selvet. Det finnes mange forskjellige syn på selvet og dets komponenter og funksjoner, og for klarhetens skyld vil jeg ta et bestemt perspektiv som definert av Markus og Kitayama (2010). De definerer selvet som: *“Meg-et” i sentrum av opplevelse - En bevissthet og en oppfatning av individet som agent, som er i kontinuerlig utvikling. Den legger føringer for handling og tar form mens individet, både hjerne og kropp,*

tilpasser seg ulike omgivelser (421, min oversettelse). De mener at selv om det å føle, tenke og handle kan ta kulturspesifikke former, så er kapasiteten til å kontinuerlig forme og bli formet av konteksten universalt for alle mennesker. Selvet varierer over kulturer fordi de forskjellige sosiale omgivelsene er karakterisert av forskjellige bilder, ideer, verdier, stereotyper, normer, praksiser og sosiale interaksjoner. Mitt utgangspunkt er derfor at selvet blir påvirket av kulturen det har sitt opphav i, og at det fortsetter å utvikle seg gjennom individets liv.

Dette bringer oss til det andre begrepet, *selvskjema*, som Markus (1977) brukte for å forklare selvets forskjellige aspekter. Selvskjema er kognitive generaliseringer om selvet tatt fra tidligere erfaringer, de fasiliterer prosesseringen av informasjon om selvet, og inneholder lett tilgjengelig atferdsmessige erfaringer som gir et grunnlag for predikering av fremtidig atferd innenfor en bestemt dimensjon. Mens individer fortsetter å akkumulere gjentatte erfaringer av en bestemt type så vil de bli mer og mer resistente for inkonsistent eller selvmotsigende informasjon, og på denne måten danner de deler av sitt selv. Markus (1977) fant i sin studie individer som ikke hadde klare og presise kognitive strukturer om selvet i forhold til den spesifikke dimensjonen som ble målt. Dette åpnet opp for at folk ikke nødvendigvis har fullstendige selvskjema for alle relevante domener ved selvet. Det kan komme av mangel på erfaring som ville konstruert slike selvskjema. Dette innebærer at til tross for at selvet blir mer og mer motstandsdyktig for motsigende informasjon, så vil likevel deler av det være åpne for forandring dersom man erfarer noe utenom det vanlige.

Tajfel (1981) definerer *sosial identitet* som: *Den delen av selvet som kommer fra kunnskapen om medlemskap i sosiale grupper, sammen med verdien og den emosjonelle betydning av disse medlemskapene* (255, min oversettelse). En sosial gruppe kan bli definert som to eller flere individer som deler en felles sosial identifikasjon av seg selv, eller anser seg selv å være medlemmer av den samme kategorien (Turner, 1982). I denne definisjonen trenger ikke den sosiale gruppen å dele mer enn en kollektiv oppfattelse av deres egen sosiale samhold, og dette er nok for dem for å handle som en gruppe. I denne *sosial identifikasjonsmodellen* av sosiale grupper ser individer på seg selv og andre i forhold til abstrakte sosiale kategorier, de internaliserer disse kategoriene som aspekter ved deres selv, og de sosialkognitive prosessene som relaterer til disse formene for selvkonseptualiseringer produserer gruppeatferd. Summen av alle de sosiale identifikasjonene brukt av en person for å definere seg selv er personens sosiale identitet. *Personlig identitet* består derimot av blant annet følelsen av kompetanse, kroppslige attributter, måter å relatere til andre, psykologiske

karakteristikk og personlig smak. Sosial og personlig identitet er hypotetiske, kognitive strukturer som sammen gjør rede for mesteparten av selvet (Turner, 1982).

Turner (1982) ser på selvet som et relativt vedvarende og mangefasettert system som bæres rundt i hodet fra situasjon til situasjon. Det har en sammenhengende og organisert natur som produserer en følelse av enhet og konsistens, men dets deler skiller seg fra hverandre både strukturelt og funksjonelt, og de er tilsynelatende i stand til å operere uavhengig av hverandre. Dette åpner opp for at den sosiale identiteten av og til kan operere fullstendig uavhengig av den personlige identiteten, og at selvbildene våre av og til kan være fullstendig basert på et gruppe-medlemskap. Turner (1982) mener at folk har lært seg å regulere sin sosiale atferd i forhold til forskjellige selvkonseptualiseringer i forskjellige situasjoner. Forskjellige situasjoner har en tendens til å "slå på" forskjellige selvkonseptualiseringer slik at sosial stimuli er konstruert og sosial atferd kontrollert på en tilpassende måte. Turner (1982) mener videre at skiftet av kognitiv fungering fra personlig til sosial identitet korresponderer med et skifte fra mellommenneskelig atferd til mellomgruppeatferd.

Andre mindre omfattende begrep jeg vil benytte meg av i denne oppgaven er de beslektede konseptene internalisering og sosialisering. Internalisering er når kulturelle normer, ideer og andres holdninger blir en del av ens selv (Raaheim & Raaheim, 2004), men det kan også brukes når aspekter av ens egen erfaring og atferd blir en del av selvet (Tice, 1992). Sosialisering er formingen av individets atferd og tenkesett ut fra det sosiale miljø og tilpasning til dette (Raaheim & Raaheim, 2004). Sosialisering blir gjerne brukt om kulturens påvirkning i barneoppdragelsen og tidlig skolegang, mens internalisering vanligvis tar for seg mer umiddelbar påvirkning fra den kulturelle konteksten. Jeg vil også benytte meg av enkelte japanske konsepter og begrep i oppgaven. Dette gjør jeg fordi det ikke finnes fullstendig tilfredsstillende oversettelser av dem på verken norsk eller engelsk, og fordi denne oppgavens fokus er fra et japansk perspektiv på selvet. Jeg vil forklare de japanske begrepene meningen underveis, og jeg vil kun benytte meg av begrep som har hatt stor betydning i japansk psykologi.

2.2 Kultur og Individ

For å kunne forstå et folks kultur så må man først se på hvordan kulturen og individet henger sammen. Triandis (1989) skriver at kultur er for et samfunn hva hukommelsen er for en person. Kulturen spesifiserer måter å leve på som har vist seg å være effektive i fortiden, måter å hankses med sosiale situasjoner, og måter å tenke på selvet og sosial atferd som har blitt styrket i fortiden. Når en person er sosialisert i en gitt kultur kan han bruke tradisjoner istedenfor tenking for å spare tid (Triandis, 1989). Det er mulig å anta at kulturen er en

samling av et samfunns levesett og leveregler, og at den har vedvart ut av menneskets tendens til å danne seg vaner for å komme seg gjennom livet. Kulturen har da utviklet seg som et referansepunkt for nye generasjoner, og et hjelpemiddel for å takle livets mange vanskeligheter. Fra et kulturrevolusjonistisk perspektiv utvikles symbolsk kultur delvis som et middel for tilpasning til det sosiale og naturlige miljøet (Kashima et al., 1995; Triandis, 2010). Tradisjon kan på denne måten betraktes som kulturens vaner som den har pådratt seg gjennom århundrene. Dette gjør dem ikke mindre betydningsfulle, og de kan på en forenklet måte ses på som en overlevelsesstrategi basert på at det ikke er hensiktsmessig å forandre på noe som fungerer. Deler av kulturen, som ord og verktøy, blir internalisert av individet, og på den måte er mennesker uttrykk for sin kultur (Triandis, 2007).

Kitayama, Markus, Matsumoto og Norasakkunkit (1997) kaller sitt teoretiske perspektiv *kollektiv konstruksjonisme*. Det innebærer at noen psykologiske prosesser kommer av og støtter under måtene som sosiale handlinger og situasjoner er kollektivt definert og subjektivt erfart i de respektive kulturelle kontekstene. Kitayama et al. (1997) foreslår at folk som lever i hvilken som helst kulturell kontekst gjennom sosialisering gradvis utvikler et knippe kognitive, emosjonelle og motivasjonsrelaterte prosesser som gjør at de fungerer naturlig, fleksibelt og tilpassningsdyktig i de typer situasjoner som er vanlige i den kulturelle konteksten. Psykologiske prosesser springer ikke bare ut innenfra personen på grunn av modning, de er integrerte elementer fra den kulturelle konteksten og kan ikke skilles fra den. Et individs psykologiske system må være innstilt til og koordinert med det kulturelle systemet det deltar i, hvis ikke vil vedkommende føle seg ubekvem. Når individet oppfører seg og handler ut i fra de psykologiske tendensene så støtter og reproducerer de det kulturelle systemet som de er ervervet fra. I følge kollektiv konstruksjonisme rekonstruerer psykologiske prosesser og kulturelt innhold hverandre konstant. Som en konsekvens av denne syklusen er både selv og kultur dynamiske (Markus & Kitayama, 2010). Kultur er dynamisk i og med at de sosiokulturelle ideer, praksiser, institusjoner, produkter, samt økonomiske og økologiske faktorer som den består av blir kontinuerlig oppfunnet, akkumulert og forandret over tid. Selv er dynamiske fordi de også forandres når de kulturelle kontekstene de deltar i forandres.

Kashima (2000) skriver at krysskulturell forskning behandler kulturer som relativt stabile meningssystemer som er delt innenfor et samfunn. Kultur kan også ses på som prosessen av dynamisk produksjon og reproduksjon av meninger eller meningsprosesser (Lyons & Kashima, 2001), og dette synet behandler kultur som en flyt av sosiale aktiviteter i konstant forandring. Lyons og Kashima (2001) fant i sin studie at når en historie blir overført

gjennom flere menneskesinn ved viderefortelling, så blir den mer og mer konsistent med kulturelle stereotyper, og historiens innhold blander seg med stereotypene. Dette mener de viser at mellompersonlig kommunikasjon av narrativer bidrar stort til kulturens reproduksjon, og spesielt opprettholdelsen av kulturelle stereotyper.

Ved å handle, leve og fungere godt i en gitt kultur så trener man på de underliggende verdiene og perspektivene på selvet og relasjonen til andre mennesker (Markus & Kitayama, 2010). Den kulturelle seleksjonsprosessen antas å operere over tid og kollektivt. Dette innebærer at det er kun de sosiale definisjonene som på et punkt blir oppfunnet og brukt av et større og større antall individer vil bli bevart i en samling av kulturelle konvensjoner, ressurser eller kapital. Konstruksjonen av sosiale situasjoner finner da sted på to distinkte nivåer. Først og fremst på et historisk nivå som resultat av den kollektive seleksjonen som opererer over generasjoner av individer, det vil si tradisjoner som går i arv. Det andre og mer umiddelbare nivået er improvisasjonen av situasjonelle definisjoner hos hver enkelt av individene. Hvert individs interaksjon med andre mennesker skal ha en kumulativ effekt over tid slik at de situasjonelle definisjonene som er tilgjengelige i den gitte kulturen reflekterer den sentrale tendensen eller kjerneideen som er vidt delt og tatt for gitt i kulturen. Situasjonene som oppstår i kulturen blir da skreddersydd kulturen, og tenkemåtene og verdiene lever videre gjennom folks handlinger.

2.3 Skillet mellom Øst og Vest

Perspektivet på at kulturen påvirker individenes tenkemåte åpnet opp for en bølge av krysskulturell forskning rundt begynnelsen av 1990-tallet. Japan ble da tatt frem som motparten til USA, hvor mye av forskningen på selvet hadde blitt utført. Japan tjente som et perfekt eksempel siden dets kultur skilte seg så kraftig fra vestlig, og fordi japanere er kjent for å oppføre seg forskjellig fra vestlige. De krysskulturelle studiene fant mange forskjeller i forhold til for eksempel kognisjon, emosjoner og motivasjon, og attribuerte det blant annet til at japanerne, på grunn av sitt kulturelle opphav, har et annet utgangspunkt og perspektiv på seg selv og verdenen enn amerikanere (for eksempel Markus & Kitayama, 1991). Det er dog ikke bare USA og Japan som er tatt for seg, men de er hovedrolleinnhaverne i et større skille som går mellom Østen og Vesten. Dette grove skillet blir brukt for enkelhets skyld for å tydeliggjøre kulturelle forskjeller, og de representerer stort sett nordamerikansk og vesteuropeisk kultur på den ene siden og østasiatisk kultur på den andre.

Nisbett (2003) skriver om hvordan forskjellige måter å tenke på i dagens samfunn har sine røtter i de forskjellige kulturenes historie. Den vestlige sivilisasjon antas å være utsprunget fra antikke Hellas, mens den østlige sivilisasjonen har sitt utgangspunkt i Kina. I

antikkens Kina ble verden sett på som sammensatt av kontinuerlige substanser. Dette innebærer en visshet om at alt i verden henger sammen og påvirker hverandre hele tiden. Det var da et skille mellom helhet og del som karakteriserte tenkemåten deres. For antikkens grekere var verden derimot bestående av veldig mange forskjellige objekter, og det var skillet mellom individ og klasse som var grunnlaget for deres måte å organisere verdenen på. Filosofier på begge sider av kloden bygget på disse tenkemåtene, og kultur og vitenskap utviklet seg videre fra disse forskjellige utgangspunktene. Forskjellen mellom disse tenkemåtene er at et fokus på individ-klasseforhold gir muligheten til å generalisere fra ett enkelt tilfelle til alle medlemmene av klassen det hører til, mens en del-helhetsperspektiv ikke gjør det. I dagens samfunn mener Nisbett (2003) at denne underliggende forskjellen har resultert i at vestlige personer har større tendens til å kategorisere objekter enn østlige, og har derfor lettere for å lære nye kategorier ved å legge til regler om objektenes egenskaper. Østlige organiserer til forskjell verden i forhold til opplevde relasjoner og likheter. Krysskulturell forskning på personbeskrivelser har vist at vestlige oftere beskriver både selvet og andre mennesker med personlighetstrekk enn østasiater. Det har ofte vært tolket som vestlig fokus på individualitet, men det kan også tolkes som vestlig preferanse for å objektifisere beskrivelsene i den sosiale verdenen (Kashima, Kashima, Kim & Gelfand, 2006). Disse forskjellige tenkemåtene kan reflekteres i kulturenes respektive språk, noe neste seksjon vil gå dypere inn på.

2.3.1 Språk.

Vygotskij (1962) argumenterte for at interaksjonen mellom språk og tenkning forandret deres kvaliteter. Han mente at det var i ordets mening at tanke og tale smelter sammen til verbal tanke, og det var her forholdet mellom tenking og språk kunne forstås. Han la til grunn for dette at hvert ord er en generalisering, altså en tankehandling, som egentlig ikke er identisk med det den beskriver. Meningen til ordet er samtidig en uatskillelig del av ordet, og hører derfor også til språket. Han mente da at utviklingen av tenkning blir bestemt av språket, og at utviklingen av logikk hos et barn er en direkte effekt av dets sosialiserte tale. Tanken blir født gjennom ord, et ord uten tanke er en død lyd, og en tanke som ikke blir uttrykt er en skygge. Dersom ord er generaliseringer fra en gitt kultur, så kan det skape problemer når det skal oversettes til andre språk. Det er fordi de oversatte ordene ikke fanger opp hele meningen da generaliseringen enten er for snevert eller for vidt definert i de forskjellige språkene. Ordene Vygotskij (1962) tok for seg var stort sett substantiver, og Nisbett (2003) argumenterer for at verb er enda vanskeligere å oversette fra et språk til et annet. Meningene til verbene varierer mer på kryss av språk enn substantiver gjør. Det er lett å se for seg to kulturer som møter

hverandre for første gang og prøver å lære hverandre språket sitt. De vil da mest sannsynlig peke på forskjellige ting og si hva de heter, men å forklare handlinger, følelser og relasjoner er mye vanskeligere å oversette direkte.

Nisbett (2003) skriver at vestlige kulturers fokus på kategorier er reflektert i språket. Generiske substantiver (for eksempel bruk av ordet “Mennesket” i betydningen “alle mennesker”) er vanligere for engelsktalende enn kinesere, og dette er fordi engelsk har en tydeligere måte å avgjøre om en generisk uttalelse er korrekt. Kinesere har derimot ingen måte å skille mellom en kategori eller individ blir omtalt, da informasjonen om dette vanligvis er gitt i konteksten. Grammatikk reflekterer i tillegg en annen måte handling forekommer. De fleste vestlige språk er agentstyrte, det vil si at de formidler at selvet har gjort noe i verden. Østlige språk er derimot ikke agentstyrte, og de ville heller si “den falt” istedenfor “han mistet den”. Nisbett (2003) fant god empirisk støtte for at østasiater ser mer på verden i form av relasjoner enn vestlige som på sin side ser på verden i form av statiske objekter som kan grupperes i kategorier. Språket spiller nok en rolle for disse forskjellene, i alle fall ved å fokusere oppmerksomheten, men også ved å stabilisere de forskjellige orienteringene gjennom livet.

Kashima et al. (2006) fant at engelsktalende brukte flere objektiviserende beskrivelser enn koreansktalende uavhengig om selvet eller andre ble beskrevet på individ, mellommenneskelig eller gruppenivå. Når noe er beskrevet med adjektiv istedenfor verb så blir det sett på som mer midlertidig og kontekstuel generaliserbart. For eksempel har en som blir beskrevet som uærlig mer stabile og generelle karakteristikk av uærlighet enn en som i beskrivelsen bare løy. Substantiver og adjektiver har en tendens til å beskrive noen på en objektsentrert måte, og verb på en prosessentrert måte. Objektsentrerte substantiv og adjektiv objektiviserer det de beskriver, mens prosessentrerte verb har en tendens til å bevare informasjonen om konteksten som er rundt det de beskriver. Dette demonstrerer hvor mye konteksten har å si i østasiatiske språk i forhold til vestlige.

2.3.2 Kulturspesifikke tendenser.

Primærsosialiseringen spiller en viktig rolle for hvordan man utvikler seg som person, og det er der man først blir innprentet med kulturspesifikk tankegang og verdisystem.

Barneoppdragelse i mange asiatiske kulturer legger vekt på å forstå og relatere til andre, først til mor og deretter til andre (Nisbett, 2003). Der blir det gjort tydelig for barnet at det er avhengig av andre, og målet er å skape harmoniske relasjoner. Mange amerikanske mødre tar enhver anledning til å hedre og skryte av barnet og hjelpe dem å innse på hvilke positive måter de er unike eller forskjellige fra sine likemenn (Markus & Kitayama, 1994a). Målet hos

japanere er derimot ikke å utvikle et privat selv, men å innstille seg etter og være sensitiv ovenfor andre. Det å sove og bade sammen er vanlig hos japanske familier, i strak motsetning til hos amerikanske familier. Det er vanlig for amerikanske babyer å sove i en seng skilt fra sine foreldre, mens er det sjeldent for østasiatiske babyer (Nisbett, 2003). Uavhengighet er ofte oppmuntret til på veldig eksplisitte måter for vestlige barn ved å la dem gjøre ting på sin egen måte og ta sine egne valg. Den asiatiske forelderen tar valget for barnet under antagelsen at forelderen vet hva som er best for barnet. Når amerikanske mødre leker med sine småbarn så har de en tendens til å stille spørsmål om objekter og gi informasjon om dem, mens når japanske mødre leker med sine barn så er det mer sannsynlig at deres spørsmål omhandler følelser (Nisbett, 2003). Ved å konsentrere barnas oppmerksomhet på objekter så forbereder de vestlige foreldrene dem for en verden som de er forventet å handle uavhengig i. Ved å fokusere på følelser og sosiale relasjoner så hjelper de østlige foreldrene barna å forvente reaksjonene til andre mennesker de blir nødt til å koordinere sin atferd med. Et resultat av dette i voksenlivet er at asiater er mer treffsikkert klare over andres følelser og holdninger enn vestlige (Nisbett, 2003).

I følge Nisbett (2003) skal østasiater være mindre opptatt av personlige mål og selvopphøyelse enn vestlige, og gruppemål og koordinert handling er mer aktuelt for dem. Opprettholdelse av harmoniske sosiale relasjoner vil mest sannsynlig være viktigere enn personlig suksess og måloppnåelse for østasiater. Suksess er oftest søkt som en gruppe fremfor som en personlig bragd, og individuell utmerkelse er ikke videre ønskelig. Det er sannsynlig at det å føle seg bra for asiater er knyttet til en følelse at de er i harmoni med ønskene til gruppen de tilhører og at de lever opp til de andre gruppemedlemmenes forventninger. Lik behandling er ikke antatt, og det er heller ikke nødvendigvis sett på som ønskelig. Reglene som gjelder for relasjoner i Øst-Asia er antatt å være lokale og spesifisert med roller fremfor universale. Det er mindre sannsynlig for asiater å estimere seg selv som mer unik enn de er, og det er ingen kulturell forpliktelse for asiater å føle at de er spesielle eller usedvanlig talentfulle. Selvets mål i forhold til samfunnet er ikke å etablere overlegenhet eller unikhhet, men å oppnå harmoni innen et nettverk av støttende sosiale relasjoner og gjøre sin del for å oppnå kollektive mål (Nisbett, 2003).

For en vestlig gir det mening å snakke om at en person har attributter uavhengig av omstendigheter eller spesifikke sosiale relasjoner (Nisbett, 2003). Den østlige er derimot koblet til andre, flytende og situasjonsbestemt. Personen deltar da i et knippe relasjoner som gjør det mulig å handle, og fullstendig uavhengig atferd er vanligvis ikke mulig eller i det hele tatt ønskelig. Siden alle handlinger påvirker andre mennesker blir harmoni hovedmålet i

sosialt liv. Østlige føler seg innebygd i sine inngrupper og fjerne fra sine utgrupper. De har en tendens til å føle at de er veldig like inngruppemedlemmene og de stoler mye mer på dem enn utgruppemedlemmer. Vestlige føler seg derimot ikke så koblet til sin inngruppe og pleier ikke å skille så mye mellom sine inn- og utgrupper. Disse forskjellige utgangspunktene gir sosiale situasjoner andre meninger og interaksjonen mellom mennesker har forskjellige spilleregler (Nisbett, 2003). Vestlige, og særlig amerikanere, synes østlige er vanskelige å forstå. Der asiater tror at deres poeng er levert indirekte og med finesse i en dialog, så vil den vestlige mest sannsynlig ikke oppfatte det siden de er vant til en mer direkte overføring av meninger. Asiater vil stort sett synes at vestlige, og igjen særlig amerikanere, er så direkte at det grenser til spydighet og uhøflighet.

2.3.3 Individualisme og kollektivism.

De vanligste teoretiske klassifikasjonene av vestlige og østlige kulturer er at førstnevnte er individualistisk og sistnevnte er kollektivistisk. Alle land antas å ha en grad av både individualisme og kollektivism i seg, men enkelte, som USA og Japan, er antatt å befinne seg langs ytterpunktene. Triandis (1989) la stor vekt på skillet mellom individualistiske og kollektivistiske kulturer, og beskrev hva som kjennetegnet dem i sin artikkel om selvet og sosial atferd i forskjellige kulturelle kontekster. Individualister prioriterer personlige mål foran kollektive mål, mens kollektivister enten ikke skiller mellom personlige og kollektive mål eller setter kollektive mål fremfor personlige mål (Triandis, Bontempo, Villareal, Asai & Lucca, 1988). Kollektivister er opptatt av hvordan deres handlinger påvirker inngruppemedlemmer, de avlyder inngruppeautoriteter automatisk, de har mistillit til utgruppemedlemmer og de er villige til å kjempe og dø for inngruppens integritet (Triandis, 1989). I kollektivistiske kulturer er de sosiale relasjonene i inngruppen mer omsorgsfulle, respektfulle og intime enn i individualistiske kulturer hvor de er sett på å være mer manipulative og utnyttende.

Det spesifikke innholdet av selvet i en gitt kultur reflekterer språket og tilgjengeligheten av mytologiske konstruksjoner i kulturen (Triandis, 1989). I kollektivistiske kulturer er det å være snill mot inngruppemedlemmer satt høy pris på, så man forventer ekstrem høflighet og harmoni i de fleste situasjoner. Man må gi et godt inntrykk av prososial atferd mot inngruppemedlemmer, bekjentskaper og potensielle fremtidige inngruppemedlemmer. Man kan samtidig være ganske uhøflig mot utgruppemedlemmer, og det er helt i orden å vise fiendtlighet, utnyttelse eller unngåelse av utgruppemedlemmer. I kollektivistiske kulturer er identitet definert i forhold til relasjoner til andre mennesker. De atferdsmessige intensjonene av mennesker i kollektivistiske kulturer er avhengige av

kognisjoner relatert til kollektivets gevinst og overlevelse, mens det i individualistiske kulturer er personlige årsaker som styrer intensjonene. Medlemmer av individualistiske kulturer har flere inngrupper og de er mindre knyttet til de enkelte inngruppene. Medlemmer av kollektivistiske kulturer hører til hos færre inngrupper, og deres forpliktelse og engasjement til inngruppene er større enn i individualistiske kulturer. Kollektivistiske kulturer har større grad av konformitet. En høy grad av konformitet sikrer at individene identifiserer seg med og er knyttet til sin inngruppe, og at gruppens behov går foran individenes behov. Negative emosjoner kan true gruppesamhold, mens positive emosjoner kan bringe dem sammen. Kollektivistiske kulturer bør derfor være assosiert med mer negative og mindre positive emosjoner mot utgrupper, fordi det øker mellomrommet mellom inngruppen og utgruppen, og styrker inngruppeidentiteten.

I følge Triandis (1989) er de to hovedforutsetningene til individualisme kulturell kompleksitet og velstand. Jo mer kompleks kulturen er, desto flere inngrupper kan en person ha, hvilket gir personen muligheten til å bli med i nye inngrupper eller til og med forme nye. Velstand innebærer at individet har muligheten til å være uavhengig av inngrupper. Samfunn med tett befolkning vil være karakterisert av kollektivismen både fordi de som oppfører seg upassende kan bli ekskludert og fordi det er nødvendig å strengere regulere atferd for å unngå problemer som følge av at folk bor så tett på hverandre. Størrelsen på inngruppene varierer også i de forskjellige typene kulturer. Kollektivistiske kulturer har en tendens til å ha små inngrupper, mens individualistiske kulturer kan ha store inngrupper. Barneoppdragelsesmønstre er også forskjellige med at foreldrene legger vekt på lydighet, pålitelighet og passende oppførsel i kollektivistiske kulturer, mens de i individualistiske kulturer legger vekt på selvstendighet, uavhengighet og kreativitet.

Målet for forskning på individualisme og kollektivismen har vært å etablere en brukbar dimensjon for å forklare kulturelle forskjeller i atferd, men den kan på noen måter være like begrensende som opplysende. Voronov og Singer (2002) argumenterer for at forskning på individualisme-kollektivismen stort sett er karakterisert av utilstrekkelig konseptuell klarhet og en mangel på systematisk data. De mener at små forskjeller og kvalitative nyanser som er karakteristiske for kulturen kan bli utelukket når den blir presset inn i dikotomiske kategorier. Slike betegnelser vekker faste og karikaturlignende mentale inntrykk av kulturer istedenfor representative bilder av deres kompleksitet. Voronov og Singer (2002) påstår at dimensjonen individualisme-kollektivismen har blitt overbrukt og misbrukt av psykologer som standardforklaringen i situasjoner hvor andre forklaringer kunne vært mer passende. Mange forskjeller mellom samfunn mener de kan forklares med demografiske variabler, og ofte er

forklaringer i forhold til tradisjon og normer mer treffende enn at individene har individualistiske eller kollektivistiske psykologiske tendenser og prosesser.

Triandis' (1989) kobling av kollektivistisk kultur og velstand er lite relevant i forhold til Japan, siden det er omtalt som en kollektivistisk kultur samtidig som landet er en av verdens største økonomier. Matsumoto (1999) skriver at det virker som om antagelsen om at japansk kultur er kollektivistisk og at amerikansk kultur er individualistisk er en gitt "sannhet" som er blitt akseptert av feltet. Han presenterer i sin kritiske evaluering 18 studier som formelt testet forskjeller i individualisme-kollektivismen mellom Amerika og Japan, hvorav 17 gir liten eller ingen støtte for den stereotypiske påstanden for amerikansk individualisme og japansk kollektivismen, og at den gjenværende var plaget av svak reliabilitet og validitet i sine forskningsinstrumenter. Man bør være forsiktig med å forklare kulturspesifikke tendenser på dikotomiske skalaer som individualisme-kollektivismen, for selv om den forklarer veldig mye så begrenser den samtidig muligheter for andre forklaringer. Det er ingen tvil om at atferden kan påvirkes av om man er mest individualistisk eller kollektivistisk, men det er langt fra den eneste faktoren. I tillegg er det i høy grad begrensende å omtale en kultur som enten kollektivistisk eller individualistisk, særlig når man deler verdens kulturer i to og kaller dem Østen og Vesten. Man kan dog lære veldig mye ved å se på dette overflatiske skillet som et generelt oversiktsbilde hvis man samtidig går i dybden på en spesifikk kultur. Man vil da se på fenomenet fra to synsvinkler, og det er derfor jeg nå vil ta for meg japansk kultur.

2.4 Om Japansk Kultur

Matsumoto (1996) skrev at man må forstå et folks kultur for å kunne få en forståelse av folket. Denne seksjonen vil presentere aspekter av Japans kultur og psykologi som studert av forskjellige teoretikere og forskere for å danne et bilde av Japan som en helhet. Denne forforståelsen er nødvendig for å forstå hvordan kulturen virker inn på individene, og for å tydeliggjøre implikasjonene av de teoretiske perspektivene som blir presentert senere i oppgaven. Det er ingen tilfeldighet at japansk kultur ofte har blitt stilt opp som motpol til amerikansk kultur eller vestlig kultur generelt. Til å være et høyteknologisk industrialisert land så skiller Japans historie, kultur og folk seg kraftig fra andre land, og dette er delvis fordi Japan har vært relativt isolert og uavhengig gjennom verdenshistorien. Japans kultur har sitt opphav i antikkens Kina, men kulturen har på mange måter utviklet seg på egen hånd over lengre tid. Selv da Kina var verdens navle i Østen, opprettholdt Japan handelen med giganten indirekte gjennom Ryukyuøyene (Okinawa) og på den måten slapp de å underlegge seg Kinas herredømme (Sakai, 1968). Japan har alltid vært tilpasningsdyktige og benyttet beskyttelsen

av okkupasjonen og den etterfølgende militære alliansen med USA etter det tapet av 2. verdenskrig til å bygge seg opp som en av verdens største økonomiske stormakter (Kang, 2007, Green, 2001). Det er lett å anta at Japan har mistet mye av sin identitet og kultur, særlig etter krigen, og Japan er kjent for å udiskriminerende “låne” kulturelle egenskaper av andre land. Takie Lebra, en japansk sosialantropolog som tok sin utdanning i USA, argumenterer for at japanere til tross for dette har beholdt sin identitet, og at ingenting har blitt lånt fra andre kulturer uten å på en eller annen måte blitt “japanisert”. Hun mener at akkurat dette faktumet fungerer som historisk rettferdiggjøring for å anse Japans kultur som unik.

2.4.1 Følelsenes betydning i Japan.

En veldig stor del av japansk hverdagsliv er preget av streng regulering av atferd, og da særlig regulering av uttrykk for personlige følelser. I Japan er følelser noe man bør holde for seg selv og ikke la komme i veien for gruppens interesser (Heine et al., 1999). Følelser skal ikke dermed ignoreres, men aksepteres og uttrykk for følelser skal modereres. Det innebærer dog ikke nødvendigvis at japanere er undertrykte og følelseløse roboter. Matsumoto (1996) argumenterer for at måten alle reglene og normene som er knyttet til emosjoner blir etablert og vedlikeholdt på i japansk kultur reflekterer hvor viktige følelser er for det japanske folk. Han omtaler emosjoner og følelser som stort sett universale for alle mennesker, men at man gjennom en sosialiseringsprosess kan lære å skjule dem for å ikke impulsivt bringe skam over inngruppen. Matsumoto (1996) mener at japanere er svært emosjonelle mennesker, men at språket har så mange konnotasjoner og tvetydigheter når det snakkes om følelser, unngår mange japanere direkte uttalelser for å ikke sette inngruppens harmoni i fare. Japanernes spesielle følelsesliv lar dem imidlertid føle empati på en annen måte, og gjør dem i stand til å forstå implisitte og underforståtte aspekter ved sosiale situasjoner som kan gå vestlige observatører hus forbi (Matsumoto, 1996).

Benedict (1946) beskrev Japan som en *skamkultur* (shame culture), i motsetning til en *skyldfølelseskultur* (guilt culture) som hun mente var vanlig å finne i Vesten. Forskjellen mellom de to ligger i at man i den førstnevnte er avhengige av eksterne sanksjoner for at individene skal oppføre seg som gode medlemmer av samfunnet, i motsetning til å bruke den internaliserte overbevisningen om synd som er tilstede i sistnevnte. Denne betegnelsen av japansk kultur høstet mange innvendinger, både fra japanere og ikke-japanere. Takeo Doi (1973), en japansk psykiater, var uenig med Benedict (1946) og argumenterte med at skyldfølelse i høy grad var til stede i japansk hverdagsliv, og at den er som skarpest når japaneren tror at hans handlinger vil forråde gruppen han hører til. Dette er et eksempel på en

av mange forhastede kategoriseringer av japansk kultur, og det illustrerer det viktige med å ikke ta fremmed kultur på førsteinntrykket (Lebra, 1976).

Giri og *ninjō* er et tvillingkonsept som har stor betydning for individene i japansk kultur, og de kan bli grovt oversatt som “sosiale forpliktelse” og “menneskelige følelser” (Doi, 1973). Benedict (1946) anså *giri* og *ninjō* som i kontinuerlig konflikt med hverandre hos japanere. De må hele tiden slites mellom hva omverdenen forventer av dem og deres egne følelser, og denne dualiteten styrer store deler av det japanske hverdagsliv. Doi (1973) mente Benedict (1946) misforsto dem da hun satt *giri* og *ninjō* opp som motsetninger, og mente at det er mulig å se på førstnevnte som en beholder og sistnevnte som innholdet. Doi (1973) mente at følelser av gjensidig avhengighet var innbakt i *giri*, og at i *girirelasjoner*, for eksempel mellom lærer og student, så er det tillatt med spontane menneskelige følelser, eller *ninjō*. De menneskelige følelsene er da knyttet til de sosiale forpliktelsene. Konflikten i japansk følelsesliv mener han heller eksisterer mellom *giri* og *giri*, altså mellom forskjellige relasjonelle forpliktelse. Dette oppstår dersom for eksempel forpliktelsen til din familie kommer i konflikt med forpliktelsen til dine venner.

Amae er blitt argumentert for å være en unik form for sosial relasjon som kun finnes i Japan. Dette konseptet blir grundig gjennomgått av Doi (1973), og han fant ut at det var noe unikt ved japansk psykologi som måtte være nært knyttet til språket. Dette er fordi begrepet er fullstendig japansk, og det har ikke et motstykke på noen andre språk. *Amae* kan ses på som en måte å myke opp eller smøre menneskelig interaksjon. Det beskriver et forhold hvor en av lavere rang, et barn eller en ansatt, får lov til å oppføre seg upassende, for eksempel å be om en dyr leke eller om forfremmelse som ikke er rettferdiggjort av firmaets policy, som et uttrykk for tillit til at forholdet dem imellom er tilstrekkelig nært slik at den av høyere rang vil være overbærende (Nisbett, 2003:72). *Amae* er ofte oversatt med overbærende avhengighet (indulgent dependence; Niiya, Ellsworth, & Yamaguchi, 2006). Det fasiliterer forholdet, øker tilliten mellom partene og styrker båndet dem imellom, men det skjer på bekostning av den av lavere rangs autonomi. Man gjør seg da avhengig av en annen person for å nyte oppmerksomheten og overbærenheten man da får, og dette mener Doi (1973) er knyttet til det psykologiske behovet for å høre til.

2.4.2 Japanske grupper og individer.

Gruppen man hører til har ekstra stor betydning i Japan, og i følge Lebra (1976) er japanerne mest menneskelig i kontekst med andre mennesker. De er i sitt rette element sammen med andre mennesker de hører til og har relasjoner med. Japansk kultur innebærer en konstant bevissthet av avhengighet, empati, å høre hjemme, og å kjenne sin rette plass. Det japanske

mareritt er eksklusjon, for man har da mislykkes på det normative målet å være koblet til andre. Japanere setter stor pris på gruppehandlinger, og Doi (1973) argumenterer for at det er den sikreste egenskapen ved dem som et folk. Det er ekstremt vanskelig for japanere å gi slipp på gruppen og handle uavhengig av den, og de kan føle skam ved å foreta seg noe uten å høre med gruppen først, eller av å i det hele tatt gjøre noe på egen hånd.

Japanere vil alltid måtte leve med en indre konflikt mellom sine personlige interesser og gruppens interesser, men den går mest ut på å få dem til å gå overens med hverandre selv om det ikke er mulig. Dersom individet ikke får det til vil det smerte han, for å være isolert fra gruppen vil mer enn noe annet være som å miste sitt selv (Doi, 1973:135). Han må derfor velge å gå med på gruppens interesser, men det er på bekostning av sitt eget selv. Det er i følge Doi (1973) i menneskets natur å søke gruppen fordi det ikke kan overleve uten. Individet velger da et “større selv” fremfor et “lite selv”, og dette blir sett på som en dyd i Japan, i tillegg til at det gjør det lettere å handle sammen med gruppen enn på egen hånd. Doi (1973) mener det er dette som forklarer hvordan japanere har stått sammen i nasjonale kriser siden antikke tider.

Siden japanerne er svært opptatte av gruppen de hører til, så ser de gjerne på seg selv i forhold til sin inngruppe. I Japan refererer ordet for selv, *jibun*, til “ens del av et delt livsrom” (Hamaguchi, 1985). For japanerne er en følelse av identifikasjon med andre, og selvet blir bekreftet gjennom mellommenneskelige relasjoner. Selvet er ikke konstant men står for et flytende konsept som forandres over tid og situasjoner (Hamaguchi, 1985). På japansk blir *jibun*, det betingelsesløse generaliserte selvet med alle dets attributter, mål og preferanser, ikke ofte benyttet i dagligdags tale (Nisbett, 2003). Japansk språk har i stedet mange ord for “jeg” avhengig av publikum og kontekst. Som konsekvens av dette har japanerne ofte vanskeligheter å beskrive seg selv uten å sette beskrivelsen i en spesifikk kontekst.

Doi (1986) tok for seg skillet mellom det japanske offentlige selvet, *tatema*, og det private selvet, *honne*. Han foreslo at det i USA er en dyd å holde det offentlige og private konsistent, å ytre sin mening, og ikke være hyklersk. I Japan er derimot det viktigste at man handler korrekt i forhold til den sosiale situasjonen uavhengig av hvordan man føler på innsiden. Japanere liker ikke å uttrykke sine personlige meninger, men søker heller å oppnå konsensus med sine medmennesker. Å uttrykke sitt *tatema* innebærer ikke nødvendigvis løgn på den samme måten i japan som i vestlig kultur fordi det ofte er underforstått i sosiale situasjoner hvor vidt det er det private eller det offentlige selvet som blir uttrykt. Det er da også mulig å indirekte gi uttrykk for ens *honne* gjennom *tatema* dersom en usagt forståelse er opprettet mellom samtalepartene.

2.4.3 Arbeidskultur.

For å få en forståelse for japanere må man forstå aspekter av arbeidskulturen som styrer store deler av deres liv. Et fokus på relasjoner er tydelig i alle typer bedriftspraksiser i Japan, og det skiller seg fra land i Vesten på grunn av vektleggingen på varige bånd mellom regjering og industri, banker og bedrifter og mellom foretak (Markus & Kitayama, 1994a). Ofte gir japanske selskaper slipp på maksimering av kortidsprofitter til fordel for håpet for å få en langtidsmarkedsandel. Lønn og forfremmelser i japanske selskap er knyttet til ansiennitet, og ansettelse i store selskap er i tillegg vanligvis permanent. Japanske bedrifter fungerer tradisjonelt sett som en utvidelse av familien. En overordnet er som en far for sine underordnede, og rettighetene og pliktene til den ansatte utvides gjerne til hans familie. Den typiske japanske arbeider finner sin identitet ut i fra bedriften han hører til, og ikke nødvendigvis hva han jobber med (Lebra, 1976). Ansettelse i japanske bedrifter betyr derfor opplæring av den ansattes rolle i forhold til arbeidsgiveren og andre overordnede med vekt på lojalitet og gruppeidentifikasjon, fremfor opplæring av spesifikke arbeidsoppgaver.

Relasjonen mellom *sempai* og *kōhai* er veldig viktig i Japan, og særlig i arbeidslivet (Lebra, 1976). Det er en relasjon mellom to personer som har ulik rang i bedriften, for eksempel fordi den ene ble ansatt før den andre. Relasjonen minner om forholdet mellom en eldre og yngre bror, og den er en blanding av en delt følelse av å høre til og en hierarkisk orden med positiv betydning. Den tradisjonelle japanske bedriften fungerer med en kombinasjon av sterkt personlig engasjement og lojalitet fra de ansatte og et strengt hierarki med upersonlige regler fra bedriftens side. Siden bedriften man jobber i er en så stor del av den japanske arbeiderens liv, så er det veldig viktig å velge den rette bedriften å vie sitt engasjement til (Lebra, 1976). En som gjør et feil valg i forhold til jobb kan risikere å sitte fast i en dårlig jobb eller flytte fra en småjobb til en annen. Dette er absolutt ikke ønskelig da han vil ha vanskeligheter med å etablere identitet og en følelse av å høre til.

2.4.4 Lykkelig og trist.

Siden Japans kultur skiller seg såpass fra vestlige kulturer, er det ikke sikkert at japanere ser på det å være lykkelig eller trist på samme måte som vestlige gjør. I europeisk-amerikansk kultur er lykke, den positive hedonistiske opplevelsen, sett på som noe som er mulig for alle å oppnå (Uchida & Kitayama, 2009). I USA er det en vidt spredt oppfatning at lykke er sluttresultatet i en personlig søken som har sitt utspring fra personlige mål. Lykke er derimot ikke et endimensjonalt begrep i Japan, slik det har hatt en tendens til å bli fremstilt i vestlig kultur. I USA kan lykke bli sett på som et mål i seg selv, mens det i Japan kan bli sett på som umoralsk å plassere seg selv foran inngruppen (Benedict, 1946; Heine et al., 1999). Uchida og

Kitayama (2009) analyserte systematisk i sin studie amerikanske og japanske deltageres spontant produserte beskrivelser av det å være lykkelig og det å være ulykkelig. De fant at amerikanerne assosierte positiv opplevelse av lykke med personlig måloppnåelse, og at japanere assosierte det med sosial harmoni. Lykke blir da ikke sett på som en absolutt kvalitet i Japan, men som kontekstrelativt og både dynamisk og responderende til forskjellige kontekstuelle forandringer og variasjoner.

Kan, Karasawa og Kitayama (2009) argumenterer for at japansk lykke og velvære ikke bør måles på vestlige skalaer fordi de fokuserer på utfoldelse av selvet og sosiale relasjoner som en viktig forutsetning. De mener at japansk lykke henger sammen med noe de kaller *minimalistisk velvære*, som er basert på et verdenssyn om at realiteten er fundamentalt flytende, flyktig og uforståelig. Med dette hører en bevissthet om at store deler av livet er utenfor individets kontroll, og at lykke kan finnes overalt dersom man åpner seg opp for det. Dette gjør man ved å distansere seg fra verden, og oppnå sjelefred og ydmyk takknemlighet for å være til. Minimalistisk velvære innehar to hovedkomponenter (Kan et al., 2009). For det første har man en tendens til å sette pris på skjønnheten ved små, trivielle ting i livet, noe som gir en takknemlighet for livet selv. For det andre har man en tendens til å forstå det viktige ved av å koble seg fra omverdenen for å oppnå en grad av nytelse og tilfredsstillelse. Lykke blir i Japan sett på som en midlertidig fase i en større syklus. Det blir satt pris på, men ikke materialisert som en konkret kvalitet på grunn av dets flyktige vesen. Lebra (1973) skriver at japanere har en tendens til å tro at deres lykkelige erfaringer snart vil slutte å komme, og at de må "betale" for sin lykke senere for å opprettholde balansen. Det finnes et uttrykk man ofte hører i Japan som kan oversettes med "Jeg er så lykkelig at jeg er redd", som demonstrerer denne innstillingen. Japanere vil derfor nødig fokusere for lenge på positive følelser.

2.5 Selv og kultur

Denne delen vil gå inn på forholdet mellom individets selv og kulturen det er oppvokst i. Aktuelt i denne sammenhengen er hvordan selvet kan variere på kryss av kulturer, og hvor vidt måten man evaluerer seg selv kan være kulturspesifikt. Jeg vil ta for meg to spesifikke teorier på selvet som er mye brukt i krysskulturell forskning: Markus og Kitayamas (1991) teori om uavhengige og gjensidig avhengige selv og Kashima et al. (1995) teori om individualistiske, relasjonelle og kollektive dimensjoner av selvet. Deretter vil jeg ta for meg to teorier på hvorfor japanere gir uttrykk for lav selvtillit: Heine et al. (1999) sin kobling til selvkritikk, og Yamaguchi, Lin og Aokis (2006) forklaring med beskjedenhetsnormen. Disse teoriene i sammenheng med japansk kultur danner to av hovedtemaene til masteroppgaven: Det japanske selvet og japansk selvtillit. Det er andre forskere som også har tatt for seg disse

temaene, men ved å benytte meg av de overnevnte vil det i en viss grad bli en balanse mellom østlig og vestlig krysskulturell forskning.

Interessen for krysskulturell forskning på selvet begynte å ta seg opp i løpet av de siste tiårene av det 20. århundre. Dette skjedde blant annet fordi enkelte teoretikere og forskere bemerket seg hvor skjevt innsamlet dataene som er grunnlaget for teorier om selvet var. Mesteparten ble gjennomført i USA og andre vestlige land, og kan derfor ha vært sterkt preget av vestlig kultur. Markus og Kitayama (1994a) foreslår at det kulturelle idealet at selvet er uavhengig av kollektivet har dominert europeisk-amerikanske sosialpsykologiteorier. De sikter da til samfunnsvitenskapens urokkelige tro på at en person er en rasjonell, selvinteressert aktør som er engstelig for, og noen ganger til og med redd for å bli påvirket av de generaliserte andre, det sosiale, og det kollektive. De skriver at det i mange fagbøker er en bekymring for at den sosiale gruppen vil på en måte overmanne eller ta makten fra det autonome og agentiske selvet. Det er de negative aspektene av sosial atferd, for eksempel konformitet, lydighet, groupthink og deindividualisering som er hovedfokuset til konseptuell analyse. Sosial atferd er i følge dem stilt opp i motsetning til, og gjerne som forstyrrende eller ødeleggende for individuell atferd. Dette perspektivet mener Markus og Kitayama (1994a) kommer direkte fra et kulturelt syn på selvet som skilt fra det ytre kollektivet.

Markus og Kitayama (1994a) argumenterer at teoretikere bør gå videre fra teorier som er direkte formet av den kulturelle ideen individualisme og ta for seg et bredere syn på selvet. Den første grunnen er at selv om beskrivelsen av et stort sett uavhengig og autonomt selv kan være passende i europeisk-amerikansk kultur så er det rett og slett ikke tilfellet for mange andre kulturelle grupper. For det andre så forklarer ikke den kulturelle ideen individualisme det europeisk-amerikanske selvet fullstendig. For det tredje viser analyser av sosialt marginaliserte grupper, i alle fall i Amerika, at det eksisterer en mer tydelig gjensidig avhengighet mellom individet og det kollektive. For det fjerde har selv amerikanere vist seg å bry seg veldig mye om andre og jobbet opp mot felles beste. Til sist mener de at det er indikasjoner for at individualistmodellen av selvet er for smal og er ikke i stand til å gripe fatt i noen av de viktige aspektene ved psykologisk virkelighet.

For å få mer kunnskap om selvet er vi nødt til å reise ut av vestlig kultur og studere det fra et annet perspektiv. Markus og Kitayama (1994a) argumenterer for at analyser av et ikke-vestlig selv kan ha to belønninger. For det første kan en slik analyse belyse sentrale karakteristikk av ikke-vestlige kulturer. For det andre kan det hjelpe til å avdekke aspekter av vestlig sosial atferd som ikke er fanget opp av tidligere sosialpsykologiske teorier. Det er da aktuelt å studere selvet i sammenheng med kultur for å få dypere innsikt i det. Fokuset for

studiet av kultur og selv er dog ikke på å studere kulturer som samlinger av mennesker, men heller hvordan psykologiske prosesser implisitt og eksplisitt kan bli formet av verdenene, kontekstene eller de sosiokulturelle systemene som folk bor i (Markus & Kitayama, 2010).

2.5.1 Selvet: Dikotomisk skala eller flere dimensjoner?

Selvets forhold til kultur ligger ikke lett tilgjengelig for forskning, og det er flere tilnærminger for å forsøke å få kunnskap om det. Det vanligste er kvantitative spørreundersøkelser og eksperimenter, og disse krever et teoretisk utgangspunkt for å kunne samle inn kunnskap om hvordan selvet kan variere på kryss av kulturer. Teoriene som vil bli presentert tar for seg to vidt forskjellige tilnærminger til krysskulturell forskning på selvet, og den første er den mest brukte i forskningsfeltet.

2.5.1.1 Uavhengige og gjensidig avhengige selv (Markus og Kitayama, 1991).

Markus og Kitayamas (1991) teori har som utgangspunkt at selv om enkelte representasjoner av selvet kan være universale, er mange andre aspekter av selvet knyttet til spesifikke kulturer. De fokuserer på én variasjon mellom kulturer, og det er forholdet mellom selvet og andre, og særlig i hvilken grad individet anser seg selv å være skilt fra eller koblet til andre mennesker. Teorien skiller det *uavhengige selvet* fra det *gjensidig avhengige selvet*. Det førstnevnte mener de er eksemplifisert mest tydelig i Amerika, men også i mange vesteuropeiske kulturer, mens det sistnevnte finnes i japansk kultur og andre asiatiske kulturer, i tillegg til noen afrikanske, latinamerikanske og sydeuropeiske kulturer. Markus og Kitayama (1991) viser i sin studie hvordan de uavhengige og gjensidig avhengige selvene kan ha systematisk påvirkning i forskjellige aspekter ved kognisjon, emosjoner og motivasjon.

Det uavhengige selvet, som representert i mange vestlige kulturer, er basert på at folk lever sine liv avskilt fra andre. Siden det henger sammen med kulturelle normer er det forventet av individet har denne innstillingen til andre mennesker, og det anses som rett og naturlig. For å oppnå det kulturelle målet av uavhengighet så må man konstruere seg selv som et individ hvis atferd er organisert og gjort meningsfull primært i forhold til sitt eget repertoar av tanker, følelser og handlinger, istedenfor å referere til andres. Dette selvet fremmer prosesser som “selvaktualisering”, ”å realisere seg selv”, “å uttrykke sin unike sammensetning av behov, rettigheter og kapasitet” eller “å utvikle sitt potensial”. For de med uavhengige selv så er det indre kvaliteter som er viktigste for å regulere atferd.

Det gjensidig avhengige selvet, som representert i mange asiatiske kulturer, er derimot basert på at folk lever sine liv koblet til andre mennesker. Å erfare gjensidig avhengighet innebærer å se på seg selv som en del av en altomfattende sosial relasjon og anerkjenne at ens

atferd er bestemt, avhengig og i stor grad organisert av hva aktøren oppfatter at er tankene, følelsene og handlingene til andre i relasjonen. Fra et slikt perspektiv blir selvet mest meningsfullt og fullstendig når det befinner seg i en passende relasjon. Dette synet på selvet og andre innebærer at selvet ikke er separat fra konteksten det opptrer i men som mer koblet til og mindre skilt fra andre mennesker. Folk er da motivert til å finne en måte å passe inn med andre, fylle og opprette forpliktelser, og generelt sett bli en del av forskjellige mellommenneskelige relasjoner. Som med det uavhengige selvet er andre mennesker veldig viktig for sosial sammenligning og selvvalidering, men i det gjensidig avhengige selvet så blir det en integrert del settingen, situasjonen eller konteksten som selvet er koblet til, passet inn i og assimilert. Andre deltar da aktivt og kontinuerlig i definisjonen av det gjensidig avhengige selvet.

Uavhengige og gjensidig avhengige selv er knyttet til individualistiske og kollektivistiske samfunn. I vestlig kultur er det viktigste normative målet å opprettholde individets uavhengighet som en selvstendig enhet, og være tro sine egne indre strukturer av preferanser, rettigheter, overbevisninger og mål, samt å være selvsikker og suksessfull (Markus & Kitayama, 1994a). Det gjensidig avhengige selvet innehar og uttrykker også et knippe interne kvaliteter som ferdigheter, meninger, fordommer og personlighetskarakteristikker, men disse er i motsetning til det uavhengige selvet forstått som situasjonsspesifikke og blir sett på som flyktige og upålitelige. De må da konstant kontrolleres og reguleres for at individet kan oppnå gjensidig avhengighet. Å ha kontroll på sine interne kvaliteter blir kulturelt sett på som et tegn på modenhet. En uavhengig atferd hos en fra en gjensidig avhengighetskultur er mest sannsynlig basert på en underliggende gjensidig avhengighet og kan ha en annen betydning enn hos en person fra en uavhengighetskultur. Et gjensidig avhengig selv innebærer ikke at selvet smelter sammen med andre, ei heller innebærer det at en alltid må være i andres selskap for å kunne fungere effektivt, eller at folk ikke har en følelse av seg selv som agent. Det tar derimot en stor grad av selvkontroll og handlekraft for å effektivt justere seg i forhold til forskjellige mellommenneskelige situasjoner. Selvhevdelse blir sett på som umodent, ikke autentisk. I gi opp er ikke et svakhetstegn, men heller et tegn på toleranse, selvkontroll, fleksibilitet og modenhet.

Å bry seg om andre er ikke bare et fenomen ved kollektivistiske samfunn, også medlemmer av individualistiske samfunn kan oppføre seg prososialt og hjelpe andre mennesker uten personlig gevinst. Forskjellen er at denne typen atferd er intensjonell og frivillig og blir sett på som et unntak som skal hedres i individualistiske samfunn, mens det gjerne blir tatt for gitt i kollektivistiske samfunn. Det gjensidig avhengige selvet er i seg selv

sosialt, en integrert del av kollektivet (Markus & Kitayama, 1994a). Det er intet selv uten kollektivet; selvet er en del av noe som kun blir helt i interaksjon med andre. I motsetning til i vestlige samfunn så eksisterer det en vedvarende frykt for å være alene, eller å bli separert eller stengt ute fra kollektivet.

I et gjensidig avhengig syn på verden, i kontrast til et uavhengig syn, vil andre mennesker være langt viktigere, ha mer tyngde, og være utgangspunktet for egen atferd (Markus & Kitayama, 1991). Dette synet vil ha flere direkte konsekvenser. Den første er at relasjoner vil bli et mål i seg selv, i motsetning til et middel for å nå mål. Den andre konsekvensen er at det å opprettholde en kobling til andre vil innebære å konstant være klar over andre mennesker og fokusere på deres behov, begjær og mål. I noen tilfeller kan andres mål være så viktig i bevisstheten at det kan oppleves som ens eget mål, men det fungerer også den andre veien. Man hjelper andre med en underbevisst forsikring at andre vil hjelpe deg når du trenger det. Det betyr ikke at man er oppmerksom på alle andres menneskers behov, men kun de i sin egen inngruppe. Dette er folk som deler samme skjebne, for eksempel familiemedlemmer eller medlemmer av en langvarig sosial gruppe som kollegaene på arbeidsplassen.

Samholdet og fellesskapsfølelsen hos det gjensidig avhengige selvet er kun forbeholdt inngruppene. Utgruppemedlemmer blir behandlet ganske annerledes og det er usannsynlig at de vil oppleve verken fordelene eller ulempene ved gjensidig avhengighet (Markus & Kitayama, 1991). Siden andre er så viktige for konstruksjon av realitet og regulering av atferd vil inngruppe-utgruppeskillet være veldig viktig for gjensidig avhengige selv, og den subjektive grensen av ens inngruppe vil være smalere hos et gjensidig avhengig selv enn hos et uavhengig selv. Andre mennesker og den omgivende konteksten er viktig for begge selvene, men i det gjensidig avhengige selvet er andre inkludert på innsiden av selvets grenser fordi relasjoner med andre i spesifikke kontekster er definerende egenskaper ved selvet. Hos uavhengige selv er ikke skillet så sterkt mellom inngrupper og utgrupper, og individer i relasjon kan ganske enkelt bevege seg mellom de to (Markus & Kitayama, 1991). Hos gjensidig avhengige selv er skillet mellom inngruppe og utgruppe mye sterkere. Folk kan ikke like lett bevege seg mellom de gruppene, og oppførselen mot de to gruppene skiller seg også desto mer fra hverandre. Hos uavhengige selv er relasjonene til andre ansett som frivillige og noe som har med ens eget valg å gjøre, mens det hos gjensidig avhengige selv har med relasjoner til signifikante andre å gjøre. Handlinger for å passe inn er faktisk ofte belønnet fordi de gir behagelige andrefokuserte følelser som for eksempel av å høre til, mens de fjerner

ubehagelige følelser som for eksempel skam, i tillegg til at selvreguleringen som skal til for å gjøre dette gir grunnlag for økt selvtilit (Markus & Kitayama, 1991).

Markus og Kitayamas (1991) teori om uavhengige og gjensidig avhengige selv er svært omfattende. Den griper om et sentralt aspekt i det menneskelige og plasserer det på en skala med motpunkter i USA og Japan. Markus og Kitayama (1994a) skriver selv at de ikke antar at alle individer innenfor en kulturell gruppe er like. De påstår heller at det er mer sannsynlig for medlemmer av en bestemt kulturell gruppe å ha operert innenfor og blitt påvirket av det kulturelle rammeverket enn medlemmer av en annen gruppe, og at medlemmene av den førstnevnte gruppen kan dele *noen* av de samme atferdsmessige tendensene og mønstrene. Kulturer mener de derimot kan kvantifiseres på forskjellige dimensjoner og enkelt sammenlignes (Markus & Kitayama, 2010). Et potensielt problem de ser med dette er at det ikke alltid er tydelig hvorvidt og til hvilken grad kulturen kan bli redusert til hvert enkelt individs overbevisninger, verdier eller atferdsmessige observasjoner. En annen viktig utfordring de tar opp er at det ikke er sikkert hvorvidt forskningsdeltagernes overbevisninger eller verdier er tilgjengelige i deres bevisste refleksjon til enhver tid. Dersom det ikke er tilfellet så kan det skade spørreskjemaets validitet betraktelig. En annen ting Markus og Kitayama (2010) tar opp er at selv om de generelle konseptene uavhengighet og gjensidig avhengighet mest sannsynlig er tilgjengelige i kanskje alle kulturer, så er det langt fra klart hvor vidt uavhengighet og gjensidig avhengighet betyr det samme i de forskjellige kulturene. Dette er noe som de mener bør forskes videre på, og de understreker at man må studere kulturer på deres egne prinsipper.

Teorien om uavhengige og gjensidig avhengige selv har høstet mye oppmerksomhet, både positiv og negativ. Matsumoto (1999) argumenter for at studiene Markus og Kitayama (1991) benyttet seg av som grunnlag for sin teori ikke kobler de registrerte forskjellene til de psykologiske prosessene fordi de verken inneholdt målinger av psykologisk kultur eller selv. For at sammenligningen mellom Amerika og Japan skulle komme overens med deres teori mente Matsumoto (1999) at det var mye man måtte ta for gitt. For det første må man anta at japansk kultur er kollektivistisk og amerikansk kultur er individualistisk. For det andre må man anta at japanere har gjensidig avhengige selv, mens amerikanere har uavhengige selv. For det tredje må man anta at kollektivismen henger sammen med gjensidig avhengige selv i Japan, og at individualisme henger sammen med uavhengige selv i Amerika. For det fjerde må man anta at forskjellene som ble observert var der på grunn av forskjellene i de spesifikke selvene. Matsumoto (1999) påstår at Markus og Kitayamas forskning lar seg lede av kulturelle stereotyper fordi de med sin teori tar disse antagelsene for gitt. Det er verdt å nevne

at Markus og Kitayama foreslo teorien som en forklaring på forskjellene slik at forskere kunne fortsette å forske på psykologiske forskjeller mellom kulturer ut i fra den. Det er kun en teori, og er ment som et verktøy for å veilede og forklare forskning.

Shimizu (2000) kritiserte Markus og Kitayamas forskning fordi de kun benyttet seg av hypotetiske problemer og situasjoner til å generalisere fra kulturelle normer til individuelle subjekter. Han påstår blant annet at de har ekskludert selvmotsigende og multidimensjonale motiver for interaksjonen mellom kultur og person som ikke passer inn i deres normative mønstre, og at deres forskning er alt for metodologisk begrenset til å fange opp denne kompleksiteten av subjektive opplevelser i individuelle liv. Mesteparten av studiene på kultur og selv er basert på skriftlige tester av universitetsstudenter hvor forskerne på forhånd har identifisert de kulturspesifikke representasjonene av selvet som de håper å bringe fram i lyset, og Shimizu (2000) mener at disse forutsetningene er ikke er i stand til å gjøre rede for tvetydige og komplekse motiver bak kulturelt konstituerte opplevelser. Shimizu (2000) kritiserer også måten Markus og Kitayama stiller opp uavhengige og gjensidig avhengige selv som motpoler. Han resonnerer med at dersom det gjensidig avhengige selvet kan organisere sine erfaringer og handlinger i forhold til det den oppfatter som tankene, følelsene og handlingene til andre i forholdet, så er selvet i sitt innerste vesen uavhengig. I tillegg mener han at selv om det deres respondenter svarer i et spørreskjema tilsvarer kulturelle normer, så kan det bety at respondenten svarer det som er forventet av han (av kulturen) og ikke det han selv føler.

2.5.1.2 Selvets tre dimensjoner (Kashima et al., 1995).

Et annet perspektiv tar for seg flere aspekter av selvet fremfor en dikotomisk skala som måler avstand fra andre mennesker. Kashima et al. (1995) benyttet seg av et tredelt perspektiv som måler individualistiske, relasjonelle og kollektive dimensjoner av selvet hos et individ. Det *individualistiske selvet* inkluderer et knippe selvkognisjoner som definerer selvet i forhold til et mål. *Relasjonelle selv* er selv i forhold til signifikante andre, mens *kollektive selv* er selv i forhold til inngrupper. Disse tre dimensjonene er antatt å fungere uavhengig av hverandre, og operere i forskjellige situasjoner i et individs liv. Kashima et al. (1995) fant en interessant forskjell i kulturell effekt mellom relasjonelle og kollektive selv. Av alle kulturelle grupper de tok for seg så skåret japanerne lavest og koreanerne høyest da det kom til relasjonelle selv, med australierne og amerikanerne i midten. Til tross for dette skåret både japanerne og koreanerne høyere på skalaen enn australierne og amerikanerne da det kom til kollektive selv. Dette funnet mener de understreker behovet for å trekke et konseptuelt skille mellom relasjonelle og kollektive selv. Et individs forhold til sine nærmeste kan i dette perspektivet

ikke sammenslås med individets forhold til sin inngruppe under fellesbetegnelsen andre mennesker, da dette er to forskjellige dimensjoner som kan operere uavhengig av hverandre. Kashima et al. (1995) foreslo at japanerne hadde et lavt relasjonelt selv på grunn av forandringen som skjedde i landet etter 2. verdenskrig. Før krigen hadde japansk kultur veldig stor vekt på tvillingkonseptet *giri* og *ninjō*, koblingen mellom sosiale forpliktelser og personlige følelser i relasjoner til andre mennesker. Etter tapet av krigen og innføringen av ny grunnlov skar landet seg fri fra tradisjonell kulturelle idealer, og denne historiske omstendigheten mener Kashima et al. (1995) kan ha ført til at japanerne i dag legger lite vekt på det relasjonelle selvet.

Kashima et al. (1995) viser også i sin forskning at et svakere kollektivt selv ikke nødvendigvis innebærer et sterkt individuelt selv i det tredelte perspektivet. Dette bryter med dimensjonen individualisme-kollektivism, da disse også er i stand til å operere uavhengig av hverandre. Kashima et al. (1995) inkluderte også forskjeller mellom kjønn i selvets tre dimensjoner på kryss av kulturene. De fant at den eneste forskjellen var på den relasjonelle dimensjonen av selvet, og at de individualistiske og kollektive dimensjonene ikke hadde med kjønn å gjøre. Kvinner i alle kulturene skåret høyere på den relasjonelle dimensjonen enn menn, og dette innebærer at kvinner ser på seg selv som mer følelsesmessig tilknyttet andre mennesker enn menn gjør. Kashima et al. (1995) attribuerte det til at kvinner har mer med enkeltpersoner å gjøre mens menn bryr seg mer om grupper. De fant også at det i de fleste kulturene ikke var så stor forskjell mellom menn og kvinner bortsett fra i USA (minus Hawaii) og Australia. Dette innebærer at det er større kjønnsforskjeller i typiske vestlige land enn i Øst-Asia når det kommer til hvor nære man føler seg andre mennesker.

Studien til Kashima et al. (1995) har noen av de samme begrensningene som Markus og Kitayama (1991). Utvalget var utelukkende rekruttert fra introduksjonskurset i psykologi, og dataene var hentet fra stort sett "typiske" individualistiske og kollektivistiske land som USA, Australia, Hawaii, Japan og Korea. I en oppfølgende studie hadde Kashima et al. (2004) utvalg fra både regionale byer og metropolområder i Japan og Australia. De fant at folk fra regionale byer la mer vekt på kollektive selv enn folk fra metropoler. De mulige forklaringer forfatterne gir på dette er at folk fra metropoler flytter oftere enn de som bor i regionale byer, og at metropoler og universiteter i metropoler har en tendens til å være større og mer upersonlig, noe som resulterer i at folk fra metropoler har svakere vennskap enn de fra regionale byer. Det kan hende at de svært urbaniserte metropolomgivelsene kan redusere den psykologiske opplevelsen av å høre til grupper. Et svært interessant resultat er at da Kashima et al. (2004) inkluderte hvor i landet dataene ble hentet fra så forsvant den kulturelle

forskjellen mellom Japan og Australia i kollektive selv som ble oppfattet av Kashima et al. (1995) med identiske måleinstrumenter. Dette mener forfatterne demonstrerer viktigheten av å ta med regionale faktorer i krysskulturell forskning.

Teorien om selvets tre dimensjoner har som utgangspunkt at selvet er komplisert og at dets mange dimensjoner styrer individets tanker, holdninger og handlinger. Kashima et al. (1995) tar et steg tilbake fra sort/hvitt-bildet av østlig og vestlig kultur, og går mer inn på hvordan selv de like kulturene skiller seg fra hverandre. Ved å måle på tre dimensjoner fanger de opp en litt større del av selvets kompleksitet, og ved å inkludere kjønn og regionale faktorer i forskningen øker de forståelsen av menneskene og kulturen de studerer. Den største svakheten ved selvets tre dimensjoner er at perspektivet mangler et solid teoretisk rammeverk som kan forklare de krysskulturelle forskjellene de registrerer. De har stort sett kun mange interessante funn uten teorier å koble dem til, men det er likevel mer enn nok for å inspirere til videre forskning.

2.5.1.3 Teorier om selvet.

Markus og Kitayamas teori om uavhengige og gjensidig avhengige selv er en av de mest betydningsfulle verk innen kultur og psykologi de siste tiår, dens viktighet og påvirkning strekker seg langt og dens popularitet og benyttelse er spredt vidt. Det var en av de første prosessmodellene som forklarte hvorfor kulturelle forskjeller oppsto på så mange steder i psykologi, den fylte tomrommet mellom kultur og atferd, den ga konseptuell mening, passet med tidligere teorier, og ga inntrykk av å forklare mengder av data (Matsumoto, 1999). Teorien har dog blitt utsatt for kraftig kritikk, både på grunn av dens teoretiske antagelser og empiriske grunnlag. Kashima et al. (1995) sin tredeling av selvet har hatt langt mindre slagkraft enn Markus og Kitayamas (1991) uavhengige og gjensidig avhengige selv, og dette til tross for at Kashima et al. (1995) har mange funn som direkte setter spørsmålsteget på Markus og Kitayamas (1991) teori. En grunn til dette er at vestlig forskning fremdeles har mye mer tyngde enn japansk forskning, selv om en sentral del av forskningsfeltet dreier seg om Japans kultur, men det er ikke til å komme unna at Markus og Kitayamas (1991) teori er svært gjennomført og har tilsynelatende utallige bruksområder.

Matsumoto (1999) skriver at selv om verken individualisme-kollektivismen dimensjonen eller uavhengige og gjensidig avhengige selv kan gjøre rede for forskjellene mellom Amerika og Japan, så betyr det ikke nødvendigvis at modellen som ligger under Markus og Kitayamas forskning er feilaktig. Kultur på det sosiale, institusjonelle og individuelle nivå kan godt påvirke selv på forskjellige måter, og disse selvene kan også påvirke kognisjoner, emosjoner og motivasjoner. Matsumoto (1999) argumenterer for at

individualisme-kollektivismen kanskje ikke er den kulturelle dimensjonen som kan forklare disse forskjellene, i alle fall mellom Amerika og Japan, og at uavhengige og gjensidig avhengige selv ikke er den typen selv som kan forklare kryssnasjonale atferdsforskjeller. Sett på denne måten begrenser og forenkler Markus og Kitayamas (1999) utgangspunkt for forskning kompliserte og varierte fenomener, mens Kashima et al. (1995) sitt utgangspunkt stiller mange flere spørsmål enn den besvarer. Det kan da være fruktbart å holde et øye med begge når man driver krysskulturell forskning på selvet og kultur.

2.5.2 Selvevaluering: Selvkritikk eller moderert selvuttrykk?

At mennesker har et grunnleggende behov for positiv selvtilitt har ofte blitt tatt for gitt som et uforklart postulat i samfunnsvitenskapen (Greenberg et al., 1999). Baumeister (1999) skriver at menneskelig selv er avhengig av kapasitet til refleksiv bevissthet, hvilket innebærer at folks sinn har en evne til å snu oppmerksomheten mot seg selv og konstruere utvidet kunnskap om seg selv. Folk er stort sett mer sensitiv for kunnskap om seg selv enn annen informasjon, og sosialpsykologien har identifisert tre hovedmotiver som styrer menneskets søken etter selvkunnskap. Det første er det vurderende motivet som søker treffsikker informasjon om selvets både positive og negative trekk. Det andre motivet er søken etter konsistens, som går ut på at folk ser etter informasjon som bekrefter det de allerede vet. Det tredje motivet er behovet for informasjon som plasserer selvet i et positivt lys, og det blir kalt det selvfremmende motivet. Det selvfremmende motivet har vist seg å være sterkest, deretter konsistens og til sist selvvurdering (Sedikides, 1993). Dette innebærer at menneskers behov for å føle positivt om seg selv er sterkere enn at kunnskapen om dem er treffsikker, konsekvent, eller i det hele tatt sann. Som nevnt har japanerne en tendens til å gi uttrykk for lav selvtilitt uten at det er et stort problem i Japan. Teoriene som blir presentert tar for seg hvor vidt japanerne har det samme forholdet til selvtilitt som vestlige, og de kommer med forskjellige forklaringer på japanernes tilbakeholdne uttrykk for selvet.

2.5.2.1 Selvtillit og selvkritikk (Heine et al., 1999).

Utgangspunktet for teorien til Heine et al. (1999) er at behovet for positivt selvilde ikke er universalt for alle mennesker, og dette er koblet til Markus og Kitayamas (1991) uavhengige og gjensidige avhengige selv. Kitayama og Duffy (2004) skrev at forskjellige kulturer setter pris på forskjellige kvaliteter ved individer som gjør at de passer inn i de respektive kulturelle kontekstene. For det uavhengige selvet er det viktig å opprettholde et positivt syn på det personlige selvet fordi det fasiliterer de viktige kulturelle kvalitetene selvtillit, valg og autonomi. For det gjensidig avhengige selvet er det viktig å holde en selvkritisk holdning ved

like siden det fremmer det viktige kulturelle målet å passe inn i grupper. Japanere har en tendens til å alltid føle at de er utilstrekkelige og ufullstendige, og ikke være fornøyd med sin egen innsats (Doi, 1973). Det å være fornøyd med seg selv vil for japanerne innebære at man ikke lenger gjør sitt ytterste for å jobbe opp mot gruppens mål, og å hele tiden fortsette å forbedre seg selv er derfor et uttrykk for følelsen av å høre til (Heine et al. 1999). Heine et al. (1999) fant svak korrelasjon mellom selvtillit og gjensidig avhengighet i sin studie, og i tillegg fant de lite bevis på et behov for positivt selvbilde hos japanerne, og at et selvkritisk fokus var mer karakteristisk for dem. Heine et al. (1999) var heller ikke i stand til å finne klare og konsistente bevis på noen form for selvtillitsopprettholdelsesstrategier innenfor japansk psykologilitteratur. *Selvkritikkteorien* til Heine et al. (1999) går ut på at japanere ikke har det samme behovet for selvtillit som vestlige, og at selvkritikk har mye større betydning for japanere enn vestlige.

Heine et al. (1999) tar fram begrepet *hansei* som en viktig del av japansk sosialisering og utdanning. *Hansei* kan oversettes til “kontinuerlig selvrefleksjon”, og innebærer at man går tilbake til tidligere hendelser man tok del i og fokuserer på hvilke aspekter av ens egne handlinger som ikke var ideelle for denne bestemte situasjonen. I Japan blir derfor barna oppmuntret til å fokusere på sine svakheter slik at de er i stand til å forbedre seg selv. Japanske barn blir opplært til å øve på selvkritikk for å både forbedre deres relasjoner med andre og for å bli bedre til å løse problemer (Heine et al., 1999). Japanerne fortsetter med *hansei* videre i livet, og fortsetter på den måten å forbedre seg selv opp mot kulturelle idealer. Et annet begrep som bidrar til å sosialisere japanere i ung alder er å oppmuntre dem til å bli *raishī*. *Raishī* kan oversettes til “prototypen av” eller “lik som”, og fungerer som den ideelle innehaveren av en bestemt sosial rolle (Kitayama et al., 1997; Lebra, 1976). Disse rollene kan være alt fra å være en god arbeider til en god sønn, og siden det praktisk talt er umulig å fullstendig leve opp til dette idealet fortsetter japanerne å forbedre seg opp mot sine aktuelle *raishī*. Det blir ansett som et fullstendig oppnåelig mål som kun krever innsats og viljestyrke, og det blir hyppig oppmuntret til i dagliglivet.

I deres gjennomgang av studier på området etablerte Markus og Kitayama (1997) at europeisk-amerikanere viser en generell sensitivitet til positiv selvrelevant informasjon som de kobler til selvfremsing, men at dette viser seg å være redusert og i noen tilfeller reversert i enkelte ikke-vestlige land. Tendensen til å være mer sensitiv til negativ selvrelevant informasjon kan bli sett på som selvundervurderende og eller til og med selvutslettende, men Kitayama et al. (1997) argumenterer for at innen et japansk kulturelt system, som er grunnlagt i viktigheten av å etablere, opprettholde og bekrefte signifikante sosiale relasjoner, så er ikke

denne tendensen en indikasjon på lav selvtillit eller noe som bør unngås eller bekjempes; den har positive sosiale og psykologiske konsekvenser. Informasjon om hvor man har kommet til kort eller ikke har klart å møte standarden til en sosial gruppe blir brukt til å forbedre eller perfektionere deres handlinger og på den måten stadfeste sin tilhørighet til den sosiale enheten. En annen studie av Heine et al. (2001) gikk ut på at kanadiere og japanere skulle gjennomføre en falsk kreativitetstest og få tilbakemelding på deres resultater. De fant at kanadierne jobbet lengre på en lignende etterfølgende oppgave dersom de fikk positiv tilbakemelding, mens japanerne jobbet lengre dersom de fikk negativ tilbakemelding.

I en studie av selvvurderinger fant Ross, Heine, Wilson og Sugimori (2005) at japanere hadde lettere for å kritisere seg selv enn kanadiere, og at kanadiere hadde lettere for å fremheve seg selv enn japanere. Den første delen av undersøkelsen var basert på åpne beskrivelser slik at respondentene var frie fra eksperimentelle begrensninger, og på denne måten var fokuset på det informantene synes var viktig uten at tema skulle være forutbestemt av forskerne. De fant at kanadierne rapporterte flere positive enn negative beskrivelser av seg selv, mens det ikke var noe signifikant forskjell hos japanerne på grunn av tvetydige resultater. Japanerne var derimot svært selvkritiske i forhold til sine egne trekk og kvaliteter samtidig som de var svært positive til selvets relasjonelle aspekter. Dette mente Ross et al. (2005) tydet på at japanerne opphøyer sin egen kultur og verdier (sin inngruppe), mens de er svært kritiske til sin egen innsats. Forfatterne mener at det ikke nødvendigvis vil si at japanerne på noen måte er overkritiske til seg selv, men at de heller er mer treffsikre og balanserte i forhold til kanadierne som hadde en tendens til å fremheve sine positive kvaliteter.

Heine et al. (1999) foreslår tre mulige årsaker til at japanere er motiverte til å holde ved like selvkritiske og selvforbedrende innstillinger for å nå de kulturelle målene assosiert med gjensidig avhengighet. Den første årsaken går ut på at de selvkritiske tendensene fungerer som en tilpasning til det kulturelle systemet siden en selvforbedrende praksis er innebygd i den japanske kulturen. Den andre årsaken er at de selvkritiske tendensene fungerer som symboler på hvor forpliktet og engasjert individet er i forhold til den sosiale gruppen det tilhører, og hvordan det hører inn i et gjensidig avhengig samfunn. Den tredje årsaken er at selvkritiske tendenser i form av negative selvevalueringer kan være direkte assosiert med gode følelser for individet i japansk kultur. Alle disse motivene går overens med det gjensidige avhengige selv. Ved å opptre gjensidig avhengig av menneskene rundt en så passer man bedre inn i japansk kontekst, og for individer oppdratt i japansk kultur er dette den naturlige og gode måten å leve på. De vil av den grunn ikke ha noe behov for høy selvtillit.

2.5.2.2 *Implisitt selvtillit og beskjedenhet (Yamaguchi et al. (2006)).*

Yamaguchi et al. (2006) argumenterer for at den gjennomsnittlige japaner innehar og søker positiv selvtillit på lik linje med amerikanerne, men at de bare ikke gir uttrykk for det i samme grad. De påstår at definisjonen av selvtillit som selvets evaluerende komponent er ufullstendig, og mener at selvtilliten også har en emosjonell komponent. Yamaguchi et al. (2007) tilbyr en forklaring på at japanere ikke viser uttrykk for positiv selvtillit. I sin studie inkluderte de måling av *implisitt selvtillit*, og fant at østasiater var like positive i denne typen selvtillit som amerikanere. Greenwald og Banaji (1995) argumenterer for at vurderingene man eksplisitt gjør seg ofte skiller seg fra vurderingene som er implisitt assosiert med selvet. Implisitt selvtillit innebærer da hvilke positive assosiasjoner man har med seg selv (Yamaguchi et al., 2007). I tidligere forskning har det vært vanlig å sidestille selvtillit med i hvilken grad mennesker beskriver seg selv med positive egenskaper, og selvbeskrivelser har vært primærmetoden for å måle selvtillit. Yamaguchi et al. (2007) omtaler denne typen selvtillit som *eksplisitt selvtillit*. Forskjellen mellom implisitt og eksplisitt selvtillit er at den førstnevnte er ens følelser og holdninger til en selv, mens den sistnevnte er filtrert gjennom kulturens selvpresentasjonsnormer. Yamaguchi et al. (2007) fant at studenter fra USA, Kina og Japan hadde alle svært positiv implisitt selvtillit, og at japanerne viste høyere grad av denne typen selvtillit enn kineserne og amerikanerne.

Yamaguchi, Lin, Morio og Okumura (2008) definerte selvtillit som et individs positive og negative holdninger til seg selv, som stort sett består av positiv selvevaluering samt positiv affekt mot selvet. De mente at japanere ikke har lavere selvtillit enn nordamerikanere og at funnene som tilsier dette kan forklares ut ifra japansk beskjedenhet. I USA er det å ha høy selvtillit gitt stor verdi, mens beskjedenhet er noe som blir mer satt pris på i Japan. Beskjedenhet er også ofte knyttet til selvverd i Japan, hvilket innebærer at å opptre beskjedent øker den subjektive opplevelsen av selvets verdi (Lebra, 1976). Yamaguchi et al. (2006) argumenterer for at individene vil moderere sine uttrykk for selvtillit dersom kulturen de lever i verdsetter beskjedenhet. Japanerne presenterer da sine selvevalueringer som lavere enn de egentlig evaluerer seg selv på grunn av beskjedenhetsnormen som er til stede i japansk kultur. Japanerne har positiv selvtillit og vil fremme seg selv i samme grad som nordamerikanerne, men beskjedenhetsnormen hindrer dem i å gjøre det. Dersom det derimot er snakk om viktig atferd vil behovet for å fremme seg selv overdøve beskjedenhetsnormen. Dette hender for eksempel i jobbintervjusituasjoner, hvor selvfremming er forventet og kulturelt akseptabelt (Matsumoto & Kijima, 2002, som referert i Yamaguchi et al., 2008). Yamaguchi et al. (2008) presenterer flere japanske studier som viser at selvtillit er positivt relatert til skoleprestasjoner,

oppnåelsesmotivasjon, pågangsmot ved læring, og optimistisk bias ved planlegging, akkurat som nordamerikanere. Yamaguchi et al. (2008) konkluderer med at de kulturelle forskjellene funnet i tidligere forskning kan bli forklart med denne *beskjedenhetsteorien*, men utelukker ikke at årsakene og konsekvensene for selvtillit kan være forskjellige på kryss av kulturer av andre grunner enn beskjedenhet.

2.5.2.3 Teorier om selvtillit.

Selvkritikkteorien til Heine et al. (1999) går i sin essens ut på at japanere har lav selvtillit fordi de er selvkritiske, og de er selvkritiske for å følge den sosiale normen selvforbedring for å bedre passe inn i samfunnet de tilhører. I følge denne teorien har japanerne dermed ikke noe behov for å fremme seg selv og det er derfor lav selvtillit registreres hos dem. Dette mener Yamaguchi et al. (2008) bedre kan forklares med beskjedenhetsnormen i japansk kultur. Det at japanerne har en tendens til å være mer selvkritiske enn vestlige henger dermed ikke nødvendigvis sammen med lav selvtillit. Yamaguchi et al. (2008) mente at verktøyene Heine et al. (1999) brukte til å måle selvtillit ikke nødvendigvis er valide krysskulturelt, siden de bare tar med det direkte uttrykte aspektet av selvtillit. Siden beskjedenhet er en prissatt egenskap i Japans kultur, vil japanerne ikke uttrykke at de har høy selvtillit, og dette gjør de ubevisst i tråd med den kulturelle normen. Heine et al. (1999) antar at høy selvtillit alltid er med en motivasjon for selv fremming, men Yamaguchi et al. (2008) argumenterer for at individer med høy selvtillit ikke nødvendigvis trenger å fremme seg selv dersom de føler seg sikre om sitt selvs verdi.

Kitayama og Uchida (2003) fant at både amerikanere og japanere viste en kombinasjon av selvkritikk og implisitt selvtillit så fremt de var i en kontekst med et nært og følelsesmessig gjensidig avhengig relasjon (sammen med en venn). Når de ble plassert i en kontekst av sosial atskillelse viste også både japanere og amerikanere et typisk amerikansk mønster av selvevaluering med positive selvevalueringer på både eksplisitt og implisitt nivå. Heine (2007) skriver at det ikke er sikkert hva implisitt selvtillit indikerer, men at det på en måte innebærer at vestlige og østlige "liker" hverandre på en sammenlignbar måte. Han tolker disse resultatene med at selvkritikk har mindre affektive konsekvenser i østasiatiske kontekster enn de har i vestlige. Beskjedenhetsteorien til Yamaguchi et al. (2006) har i stor grad stått i skyggen av selvkritikkteorien til Heine et al. (1999) som forklaring på hvorfor japanere gir mindre uttrykk for selvtillit. Dette er nok et eksempel på at japanske studier om japanere ikke har hatt så stor gjennomslagskraft i feltet. Det er viktig å studere kulturer på deres egne premisser, og en må ta i bruk alle perspektiver som er tilgjengelig for å forsøke å oppnå en helhetlig forståelse av dem man studerer.

2.5.3 Å studere selvet.

Det japanske selvet er ikke noe som ligger lett tilgjengelig for forskning. Det ligger skjult bak en kulturell maske som er karakterisert av beskjedenhet, usikkerhet og høflighet. Den vanligste metoden for å få kunnskap om selvet innenfor kulturpsykologien er å måle hvordan folk beskriver seg selv, og det vanligste verktøyet for dette er 20 statements test (Markus & Kitayama, 2010; Triandis, 1989). Den går enkelt fortalt ut på at deltakerne skal beskrive seg selv på 20 ulike måter. Som Yamaguchi et al. (2008) tar opp vil ikke dette nødvendigvis få tak i alle aspekter av selvet, men bare de delene kulturelle normer finner passende å ytre. Jeg bestemte meg tidlig i designprosessen for å bruke en annen tilnærming til selvet, en som var mer åpen og fleksibel for andre måter å uttrykke sitt selv på enn gjennom subjektive selvbeskrivelser. Selvet er ikke bare hva personen anser seg selv for å være, men også hvordan folk regulerer sin atferd på spesifikke og karakteristiske måter (Markus & Kitayama, 2010). Jeg bestemte meg derfor for å benytte meg av kvalitative intervju for å danne mitt eget inntrykk av hvordan japanere anser seg selv og sin plass i verden, samt hvordan de regulerer sin atferd i forhold til sin kulturelle kontekst.

Matsumoto (1999) argumenterer for at det absolutt er på tide å ta i bruk kvalitative data hentet fra dybdeintervjuer i krysskulturell forskning, og at disse dataene kan gi innblikk i selvkunnskapens kompleksitet, dets forhold til atferd, og påvirkningen fra det sosiokulturelle miljøet. De kan fortelle om selvet og kultur på nye måter, og de vil gi oss flere ledetråder om selvets natur på måter som ikke kan fanges opp av spørreundersøkelser av velkjente populasjoner. Feltet kan ikke i følge Matsumoto (1999) lenger kun tilpasse og justere kvantitative mål, og da spesielt spørreundersøkelser, i krysskulturell forskning på dette området. Han skriver også at feltet må inkorporere vurderinger av flere psykologiske domener i vår forståelse av både selv og kultur. Siden individer tar med seg et knippe psykologiske konstruksjoner inn i enhver kontekst, som holdninger, meninger, verdier og selvpersepsjoner, så må forskere tillate muligheten for at selvrepresentasjoner kan variere på alle disse områdene, og at disse variasjonene også kan variere i forskjellige kontekster. Dette argumenterer Matsumoto (1999) for at er alt for komplisert til å lære noe om gjennom spørreundersøkelser, og at nye metoder må til for å få feltet videre.

Forskningsspørsmålene til denne oppgaven er hva som kjennetegner det japanske selvet, og hva selvtilitt betyr for japanere. For å utforske det japanske selvet vil jeg benytte meg av kvalitative metoder, og det er for å kunne tilby et annet perspektiv på hvorfor japanerne oppfører seg slik som de gjør, og for å øke forståelsen av forholdet mellom kultur og individ. Ved å få en forståelse av det japanske selvet vil man også kunne si noe om selv

generelt, særlig siden mesteparten av psykologisk forskning på selv har foregått i vestlige samfunn. Jeg vil med denne masteroppgaven tilby et nytt perspektiv på det japanske selvet ved å presentere mine egne observasjoner av japansk kultur og folk, i tillegg til intervjuer av japanere for å få et innblikk i deres selvoppfattelse. Hvordan jeg gjennomførte forskningsprosjektet vil bli beskrevet i neste del.

3 Metode

Denne delen vil ta for seg hvordan jeg gjennomførte datainnsamlingen i Japan. Jeg vil først gå gjennom forskningsdesignet og presentere metoden studien benytter seg av. Deretter vil jeg gå gjennom hvordan jeg samlet inn data med observasjon og intervju, før jeg går inn på hvordan dataene ble analysert. Jeg vil så ta frem forskningsdesignets styrker og svakheter, før jeg til slutt viser hvordan etiske forhåndsregler er tatt for å beskytte informantene.

3.1 Forskningsdesign

Jeg innså tidlig i planleggingen av forskningsdesignet at jeg måtte reise til Japan for å ha noe håp om å kunne studere det japanske selvet. Tokyo ble et naturlig reisemål siden flesteparten av de krysskulturelle studiene om selv har blitt gjort på studenter ved universiteter i Japan og University of Tokyo er et av de største i landet. Det var dog ikke bare derfra jeg ville samle inn data, men det var det logiske stedet å begynne rekrutteringen av informanter. Siden japanere er kjent for å være blyge og innesluttede så bestemte jeg meg for å benytte meg av flere former for datainnsamling. Ved siden av kvalitative intervjuer for å få innblikk i deres selv, så ville jeg også gjennomføre observasjoner av det japanske hverdagslivet jeg kom til å erfare under mitt opphold. Dette var både for å få etablert et inntrykk av konteksten informantenes beskrivelser fant sted i og for å få en opplevelse av hvordan kulturen påvirket individet. Observasjonene av kulturen tjente også til at jeg kunne oppdage nye aspekter av japansk hverdagsliv som jeg kunne be om informantenes mening om og tolkning av. Som Hammersley og Atkinson (1983) skriver er det klare fordeler med å kombinere deltagende observasjon med intervjuer fordi de forskjellige fremgangsmåtene kan belyse hverandre.

I tillegg til datainnsamlingen ville jeg fordype meg i litteratur om Japans kultur, historie og folk. Dette gjorde jeg fordi jeg ville danne meg et helhetsinntrykk av kulturen jeg forsket på, noe jeg følte ville berike analysen av den. Matsumoto (1999) skriver at der må lages forskningsmetoder som inkorporerer selvbeskrivelser, atferder og observasjoner på det individuelle nivå samtidig som det gir rom for ekstraindividuelle faktorer som økonomiske, religiøse, demografiske og sosiale variabler.

3.2 Etnografi

Jeg har valgt å hovedsakelig benytte meg av *etnografisk metode* i dette prosjektet. Det falt seg som et naturlig valg da metoden ofte er brukt til å få innblikk i og forståelse av kulturer og menneskene som bor i dem. Etnografisk forskningsmetode har som utgangspunkt at vi er en del av den sosiale verdenen vi studerer, men at vi også er i stand til å reflektere over oss selv og våre handlinger som objekter i verden (Hammersley & Atkinson, 1983). Av definisjon er et etnografisk studiedesign en hybridtilnærming hvor feltarbeideren både er datainnsamler og involvert i aktiviteter hvorfra dataene har sin opprinnelse (Baszanger og Dodier, 2004). Jeg følte at metoden ville passe godt med mitt forskningsprosjekt siden jeg ville finne ut av hvordan japanere reflekterer over og tolker sin tilværelse i japansk kontekst. Etnografisk forskning brukes vanligvis på mindre kulturer og sosiale grupper, og må brukes litt annerledes når jeg benytter forskningsmetoden til å få innblikk i et helt lands kultur. Mye er sagt om japanske sinn og kognitive mønstre, men jeg følte et behov for å se disse tendensene i sin naturlige kontekst for å få en forståelse av hvordan de kognitive verktøyene fungerer i dagliglivet og hvordan kulturen rundt menneskene styrer dem inn i disse mønstrene.

Etnografisk arbeid inneholder vanligvis et knippe egenskaper som formulert av Hammersley og Atkinson (1983). For det første blir folks handlinger studert i en hverdagslig kontekst, hvilket innebærer at forskningen foregår i “feltet” og ikke i et laboratorium. Min studie av japansk kultur bærer stort preg at jeg reiste til Japan for å samle inn data. Dette ble gjort fordi jeg følte at jeg måtte være fysisk tilstede i kulturen jeg ville studere. Dataene samles fra mange kilder i etnografisk forskning, men deltagende observasjon og uformelle samtaler er vanligst. Min studie baserer seg hovedsakelig på formelle intervjuer, men grunnlaget for temaene og spørsmålene kommer fra observasjoner gjort under oppholdet i Japan og uformelle samtaler med mennesker som har bodd i Japan over lengre tid. Siden analysefeltet er så stort valgte jeg ikke å gå inn i en bestemt gruppe japanere for å studere dem, og heller fokuserte på det helhetlige ved japansk kultur.

3.2.1 Etnografisk innstilling.

Etnografi er en prosess som består av å systematisk samle inn observasjoner gjennom deltagelse og intervju. Etnografer er dog nødt til å gjøre mer enn å bare beskrive populasjonene de studerer; de må forsøke å forstå dem, og om mulig forklare deres aktiviteter (Berg, 2001). For å få til dette må forskeren føre en kontinuerlig indre dialog som reflekterer over hva forskeren vet og hvordan forskeren vet det. Den etnografiske forskeren må da ha en refleksiv holdning. Etnografi er ikke bare et knippe metoder, men en spesifikk måte å se på, lytte etter og tenke om sosiale fenomen, det er en distinktiv analytisk mentalitet (Hammersley

& Atkinson, 1983). Det innebærer at man for det første ikke hopper til forhastede konklusjoner selv om det kan forsinke formuleringen av hypoteser om det som observeres. Man er oppmerksom på detaljene ved inntrykk man får, og stoler ikke på førsteinntrykket. Man forsøker å forstå andres perspektiv uten å behandle deres synspunkt som rett eller galt. Til sist undersøker man nøye omstendighetene folk handler i, inklusivt mye de selv ikke er klar over, uten å miste oversikten over det som studeres. Etnografer insisterer på verdien i å legge til side sine egne forutanelser, common sense antagelser og teoretiske utgangspunkt i den grad det er mulig for å kunne gjøre fullstendig rede for hva folk sier og gjør. Behovet for å forstå andres synspunkt er svært viktig, særlig når man studerer et samfunn svært ulikt sitt eget. Mye av det man observerer vil ikke være umiddelbart forståelig. Det er også viktig for etnografisk arbeid å utvikle en analytisk forståelse av folks perspektiver og aktiviteter. Disse er gjerne forskjellige eller i konflikt med hvordan de ser på seg selv og sin verden. Etnografer merker seg også atferd som er under folks bevisstnivå, det vil si ting de tar for gitt. Spenningen mellom deltagerne og analytiske perspektiver belyses når vi ser for oss etnografen som opptatt med å gjøre det fremmede kjent for å forstå det, samtidig som han gjør det kjente fremmed for å unngå å misforstå det (Hammersley & Atkinson, 1983).

3.2.2 Tilgang.

For å få tilgang til forskningsfeltet må forskeren både være fleksibel til det han møter og forberedt med strategier for kontakt (Berg, 2001). Den viktigste forberedelsen jeg gjorde før feltarbeidet begynte var å skaffe meg en kontakt i Tokyo. Det å ha noen som visste at jeg kom og å forholde meg til under oppholdet gjorde forskningen min mye lettere enn den hadde vært uten. Jeg fikk etablert kontakt med en professor ved University of Tokyo gjennom min veileder, og han fungerte som en *gatekeeper* for forskningsprosjektet mitt. En gatekeeper åpner billedlig talt opp døren til feltet og gir tilgang til kunnskap og informanter (Berg, 2001). Under oppholdet bodde jeg i et bokollektiv sammen med andre utlendinger som hadde bodd i Japan i flere år, og disse hjalp med å få kontakt med ytterligere flere informanter til intervjuene jeg skulle holde. De fungerte også som guider, mennesker som hjelper forskeren å navigere i observasjonsfeltet, og de ble en uvurderlig ressurs for forskningsprosjektet. Å søke tillatelse fra gatekeepere og guider er ofte det uunngåelige første steget for å få tak i data (Hammersley & Atkinson, 1983). Forholdet som blir etablert med slike mennesker kan ha viktige konsekvenser for resten av forskningen.

Hammersley og Atkinson (1983) skriver at problemet med tilgang imidlertid ikke er løst med en gang man har fått innpass i en setting, siden dette på ingen måte garanterer tilgang til all relevant data som finnes der. Ikke alle delene vil være like åpne til observasjon, og ikke

alle vil være villige til å snakke med forskeren. Selv ikke de mest villige informantene vil være forberedt på eller i stand til å gi fra seg all informasjonen han eller henne har tilgang til. Etnografen må forhandle om tilgang, og han må manøvrere seg inn i en posisjon hvor data kan bli samlet inn. Tålmodighet og diplomati er viktige nøkkelord, men også dristighet er nødvendig. Dette var råd jeg tok til meg, og jeg forandret uttrykk for min personlighet idet jeg entret feltet. Dette vil bli tatt opp i den neste seksjonen som tar for seg forskerens rolle i feltet han studerer.

3.2.3 Forskerrollen.

Som etnografisk forsker forandret jeg min atferd da jeg ankom Japan. Jeg ble mer aktiv i å søke kontakt med mennesker enn jeg vanligvis er, og av og til direkte pågående dersom jeg følte det var nødvendig. Mest av alt ble jeg mer sosial og jeg ble med på alt av sosiale aktiviteter som jeg fikk tilgang til for å få kontakt med guider og potensielle informanter, i tillegg til å få opplevd så mye av kulturen som mulig. Gatekeepere og guider samt mesteparten av de som blir med i forskningen vil operere ut i fra forventninger til etnografens identitet og intensjoner (Hammersley & Atkinson, 1983). Disse kan i høy grad påvirke mengden og typen data som blir samlet inn, siden mange kan ha svært feilaktige og negative forventninger til forskning generelt, og etnografisk arbeid spesielt. Hammersley og Atkinson, (1983) forteller om to modeller av forskeren som dominerer i disse tilfellene. Den første er “eksperten.” Han er svært informert om “problemer” og deres respektive “løsninger”, og vil “fikse” samfunnet han forsker på. Dette leder til den andre modellen, “kritikeren”, hvor etnografen forventes å være en *evaluator* av samfunnet han studerer. Å bli ansett på noen av disse måtene kan ha katastrofale følger for forskningen, men det kan også hende at folkene som studeres ikke bryr seg om forskningen i det hele tatt.

For å bli godt mottatt i Japan var det viktig for meg å være ydmyk. Jeg presenterte meg selv som en student som hadde reist til Japan for å lære om japansk kultur, og var ivrig for å lære, samt takknemlig for all kunnskap jeg ble tilbydd. Denne presentasjonen som ydmyk forsker passet godt med japanerne jeg støtte på, og de var alle veldig glade for å hjelpe meg med mitt prosjekt. Den berømte japanske høfligheten hjalp nok godt til at jeg fikk så god kontakt med japanerne, men de fleste virket oppriktige i å ville bistå, og brukte lang tid på å forklare aspekter ved japansk kultur og væremåte som de mente jeg burde være klar over.

Hammersley og Atkinson (1983) skriver at den som driver med åpen forskning ikke trenger å kopiere klesstilen til de han studerer, men at det kan være behov for å forandre litt på utseendet for å unngå for store kontraster. Dette var praktisk talt umulig i mitt forskningsprosjekt da jeg skilte meg kraftig ut på grunn av min etniske bakgrunn, og at

utlendinger i Japan, selv om det er flere nå en før, fremdeles er et sjeldent syn i den japanske folkemengden. Hammersley og Atkinson (1983) skriver også at det er viktig for etnografen å opprettholde høy grad av oppmerksomhet til selvpresentasjon. Jeg gikk da bevisst inn for å skille meg fra andre utlendinger ved å stort sett kle meg pent med personlig vri. Sort eller grå dress med hvit skjorte og slips er mer eller mindre standardklærne for menn i Tokyo, så jeg var kledd i mørk skjorte og hatt for å ligne men ikke kopiere eller plagiere dem. Resultatet var at jeg skilte meg ut, men med stil slik at det var noe mer ved meg enn den vanlige *gaijin*, eller utlending, som de vanligvis kommer over. Dette gjorde jeg fordi litteraturen på japanere beskriver dem som mistroiske til utlendinger. Jeg valgte å eksperimentere med selvpresentasjon siden det ikke er noen fastsatt god måte for en utlending å oppføre seg i Japan annet enn som en høflig og ydmyk outsider.

3.3 Datainnsamling

Datainnsamlingen i etnografisk forskning er ustrukturert på to forskjellige måter (Hammersley & Atkinson, 1983). For det første følger man ingen rigid og detaljert forskningsplan, men man er heller fleksibel i forhold til de erfaringene man gjør seg i feltet. For det andre er ikke kategoriene som blir brukt i tolkningen av hva folk sier bygd inn i innsamlingsprosessen, men blir generert ut av analyseprosessen. Det gjelder da å være åpen for hva informantene forteller om, og ikke kun la seg lede eller hemme av sin forhåndskunnskap om feltet. Forskeren må vite mye om det han skal forske på for å kunne operere i feltet, men han må samtidig holde styr på sine forutanelser (Berg, 2001). Jeg hadde lest mye teori og empiri på emnet før jeg begynte med datainnsamlingen, så hva jeg la merke til ble nok noe formet av mine forventninger. For å minimere denne påvirkningen benyttet jeg meg av det fenomenologiske verktøyet *bracketing*. Det går ut på å identifisere sine egne fordommer og forutanelser slik at man kan legge dem til siden, og få et "renere" inntrykk av fenomenet man studerer (Giorgi, 1989). Helt fordomsfri er man sjelden i stand til å bli, men ved hjelp av *bracketing* blir man mer klar over hvor en har ervervet innsikten fra.

3.3.1 Observasjon.

Produksjonen av gode feltnotater, transkribering av lyd og bildeopptak, sortering og arkivering av materiale, samt skriving av memo og refleksive notater er essensielt for god etnografisk forskning, men dette er også tidskrevende aktiviteter (Hammersley og Atkinson, 1983). Jeg valgte å la innsamlingen av observasjonsdata være åpen og relativt ustrukturert i begynnelsen av forskningen. Jeg observerte hovedsakelig dagligdags interaksjon mellom japanere, og la vekt på de sosiale ritualene de var involverte i. Etter hvert som jeg begynte å

kategorisere oppførsel og atferd gikk jeg mer selektivt inn på hva jeg så etter og observerte med mer struktur. Det var da like viktig å både få med seg det som var rutine og det som var uvanlig i de sosiale situasjonene jeg observerte. Formålet med en slik systematisk datainnsamlingsprosedyre er i følge Hammersley og Atkinson (1983) å sikre en full og representativ dekning, og ikke å bare identifisere de “interessante” begivenhetene. Jeg så ikke for meg at jeg ville oppnå en fullstendig representativ dekning med mine observasjoner, men tok til meg så mye som mulig for å få et så helhetlig inntrykk av å leve i japansk kontekst som mulig. Siden observasjonsdelen skulle supplere intervjuene, som er hoveddelen av datainnsamlingen, så ble ikke så mye ressurser brukt på å planlegge organiserte observasjonsøkter. Observasjonene var stort sett spontane, og de ble gjort mens jeg som etnografisk forsker forsøkte å følge kulturelle normer i japansk kontekst.

Et viktig poeng som Baszanger og Dodier (2004) tar opp er at den etnografiske forskeren må balansere en epistemologisk problemstilling under sitt arbeid med å studere fenomenet. Dersom han observerer med streng grad av struktur med forhåndsutvalgte temaer og data han ser etter så er han ikke åpen for å oppdage nye sider ved fenomenet. Dersom han på den andre siden ikke har noe struktur så vil han ikke kunne studere fenomenet på en vitenskapelig måte. Det er da en konflikt mellom fleksibiliteten som kreves for å være åpen og behovet for et minimum av metode i gjennomføringen av studien. Forskeren må da finne et kompromiss som passer fenomenet han skal studere, løse problemer relatert til konflikten mens de oppstår, og reflektere kontinuerlig over hvordan han erverver sine data.

Når man studerer en fremmed setting er den etnografiske forskeren nødvendigvis en nybegynner, og han bør sette seg i en posisjon som “aksepterende inkompetent” (Hammersley & Atkinson, 1983). Det er kun gjennom observering, lytting, spørsmålsstilling og formulering av hypoteser at etnografen kan få en god forståelse av settingens sosiale struktur og deltageres kultur. Hovedforskjellen mellom en lekmann på tur og etnograf i feltet er at sistnevnte forsøker å opprettholde bevissthet om hva som læres, hvordan det har blitt lært, og de sosiale transaksjonene som informerer om produksjonen av slik kunnskap (Hammersley og Atkinson, 1983). Man kan ikke forvente å avdekke sosiale fakta, regler, institusjoner og organisasjoner kun ved å direkte observere verden, og man kan ikke lese av analytiske konsepter direkte fra det fenomenet som man erfarer i feltet. Det er derfor viktig at man som etnografisk forsker er oppmerksom på hva man studerer og fleksibel i forhold til måten man studerer det på.

3.3.2 Informanter.

Til intervjuene gikk jeg inn for å rekruttere informanter i forskjellige livssituasjoner. Dette var ikke for å få et representativt utvalg, men heller for å få forskjellige perspektiver på temaene som skulle tas opp. Det ble til sammen holdt 17 intervjuer av både studenter og folk i arbeid, og alderen spant seg fra 18 til 43 år. Siden kvinner og menn tradisjonelt sett har svært forskjellige roller i Japan, så følte jeg det viktig å intervjuer både kvinner og menn. Etnografisk forskning fokuserer stort sett på få caser for å få dybde, men jeg benyttet meg av sytten intervjuer fordi jeg ville ha litt bredde når det kom til alder, yrke, livserfaring og oppvekststed. Dette var fordi det ville gi meg dypere innsikt i hvordan forskjellige japanere opplever de samme japanske elementene som omgir dem. Det relativt begrensede aldersspennet kom av mangel på tilgjengelighet av eldre informanter. De fleste eldre japanerne jeg kom i kontakt med forsto ikke et eneste ord engelsk, og det er mye vanligere at yngre japanere snakker språket. Til tross for dette føler jeg at jeg har et godt variert utvalg, og intervjuene ble i stor grad informative og belysende. Det var veldig interessant å blant annet se at informantene skilte seg påfallende fra hverandre på enkelte sentrale punkter, til tross for at de befant seg i samme alderskategori og drev med det samme. Hammersley og Atkinson (1983) skriver at deltagere av og til kan ha, eller tro at de har, omfattende kunnskap om forskningsmetodologi og/eller ha en negativ holdning til forskning. Dette kan være ekstra komplisert når deltagerne er akademikere eller samfunnsvitenskapelige forskere selv. Siden flere av mine informanter er studenter av samfunnsvitenskap har enkelte av disse intervjuene vært mer som en uformell dialog mellom likemenn for at ikke informanten skulle tenke for mye på forskningsmetoden.

3.3.3 Intervjuene.

Et sentralt aspekt av det kvalitative forskningsintervju er at det er en mellommenneskelig situasjon (Kvale, 1983). Intervjuer og informant reagerer på og påvirker hverandre gjensidig, og dataene konstrueres av interaksjonen mellom de to. Intervjuer i etnografisk arbeid varierer fra spontane uformelle samtaler i midten av andre aktiviteter til formelt arrangerte møter i satte settinger slik at ingen kan lytte (Hammersley og Atkinson, 1983). I førstnevnte kan det være vanskelig å skille intervju og observasjon fra hverandre. Stort sett var intervjuene uformelle og uhøytidelige, men noen ganger gikk jeg inn for å gjøre intervjuet formelt og nesten seremonielt. Dette var for å tydeliggjøre informantrollen for informanter som var beskjedne og stille av seg slik at de følte seg sikrere på hvordan de skulle forholde seg til intervjusituasjonen. Dersom målet i den etnografiske studien er mer enn å bare beskrive hva som skjedde i en setting over en bestemt tidsperiode, så kan det være positive fordeler med å

utsette informantene for verbal stimuli som ikke er vanlig i settingen de opererer i (Hammersley og Atkinson, 1983). Det “kunstige” ved intervjuet, sammenlignet med settingens normale situasjoner, kan la oss forstå hvordan informanten ville handlet i andre situasjoner som når de beveger seg ut av en setting eller settingen forandrer seg.

Spørsmålene i intervjuene var svært åpne, og gikk inn på mange forskjellige aspekter av informantenes liv. De ble oppfordret til å fortelle om seg selv, sitt forhold til sin familie og kollegaer, viktige avgjørelser eller vendepunkt i deres liv, og hva de legger i å være japansk. Under intervjuene gikk jeg dypest inn på de temaene informantene tok opp, og intervjuguiden var der mest for å få intervjuet i gang og gi informanten noe å snakke om. Det kvalitative forskningsintervju beskriver spesifikke situasjoner og handlingssekvenser i informantenes livsverden, og ved å få tak i tykke beskrivelser kan intervjueren få tak i meninger på et annet nivå ved å stille oppfølgingsspørsmål om informantenes mening om emnet (Kvale, 1983). Formålet med intervjuet er å forstå meningen av hva som blir sagt. Intervjueren registrerer det som blir sagt samt hvordan det blir sagt, og siden det er vanskelig å intervjuer på et meningsnivå må også intervjueren få med seg det som blir sagt “mellom linjene”. Intervjuet skal fokusere på spesifikke emner, men det er opp til informanten å komme med dimensjoner av området han synes er viktig (Kvale, 1983). Han skal derimot ikke ledes mot spesifikke meninger om disse områdene.

Starten av et intervju kan i stor grad påvirke hvilken retning det vil ta og det er da viktig for forskeren å sette dets natur og tone (Berg, 2001). Dette gjøres ved at forskeren redegjør for prosjektet og forsikrer om dets konfidensialitet og at det er frivillig for informanten å delta. Jeg var svært åpen ovenfor informantene i forhold til hva jeg forsket på, og jeg måtte ved flere anledninger forsikre dem om at de verken kjedet meg eller kastet bort min tid med redegjørelser av deres personlige erfaringer. Det er viktig at intervjueren er i kontroll av intervjuet, og valg av lokale kan være en effektiv strategi for dette, men det er også lurt å holde intervjuet på informantens territorium der de kan slappe mer av enn i ukjente omgivelser (Berg, 2001). I stedet for å være autorativ og forlangende så oppførte jeg meg heller undrende og ydmyk i intervjusituasjonen for at informantene skulle føle seg friere til å snakke om det de følte var viktig. Jeg måtte på et punkt justere maktfordelingen slik at intervjuer og informant ble nærmest likestilt for å få informanten komfortabel nok til å snakke fritt, men dette var også i et av de mest informative intervjuene. Dette ble gjort fordi vedkommende hadde sterk autoritet på stedet intervjuet ble holdt, og illustrerer viktigheten av å være fleksibel i intervjusituasjonen.

Intervjuerens oppførsel under intervjuet er også veldig viktig, og han bør være nysgjerrig, sensitiv og kritisk til sine egne forutnelser og hypoteser mens det holder på (Kvale, 1983). Informanten ser ofte etter om det han forteller er passende, og om intervjueren viser noen dømmende reaksjoner. Intervjueren må derfor gi klare indikasjoner på at han aksepterer det som blir sagt, i alle fall i begynnelsen av intervjuet. Han må også vise at han følger med på det som blir sagt og gi passende responser, som å for eksempel le av spøker. Min forskerrolle som nysgjerrig og ydmyk var til stor hjelp for at intervjuet skulle ha en lett mellommenneskelig tone. Enkelte var så fornøyde med intervjuet at de tilbød seg å hente en venn som også kunne intervjues med en gang intervjuet var over.

Det har ofte blitt argumentert for, på både strategisk og etisk grunnlag, at forskeren burde gi informasjon om seg selv til de han studerer (Hammersley & Atkinson, 1983). Det er dog viktig å vurdere hvor mye av seg selv det er passende og fruktbart for forskeren å avsløre til sine informanter (Hammersley og Atkinson, 1983). I situasjoner hvor samtalen gikk i stå eller informanten var usikker på hva han eller henne skulle si, fortalte jeg om mine egne erfaringer om emnet. Jeg var nøye på å ikke avsløre mine meninger siden dette kunne påvirke informantens svar, men jeg opplevde jevnt over at det ga informanten ideer om hvordan han eller henne kunne svare på spørsmålet. Enkelte ganger i intervjusituasjonen da jeg ga av meg selv så kunne det gi informanten pusterom og tid til å tenke over sine meninger og inntrykk. Dette ble gjort tydelig i de tilfellene hvor vedkommende hadde svært mye å fortelle om emnet etter, men ikke før, jeg fortalte om mine opplevelser.

3.3.4 Metning.

Når forskningen begynner å ligne på rutine må man spørre seg selv om forskningen faktisk er ferdig og om all nødvendig data er samlet inn (Hammersley & Atkinson, 1983). Dette er viktig fordi det alltid er noe nytt og lære og man blir nødt til å sette grensen et sted. Noen ganger må man bare fortelle seg selv at man er ferdig og avslutte forskningen eller dra til en ny sosial setting. Da jeg hadde vært i Tokyo i en måned og fått unnagjort ti intervjuer følte jeg at jeg hadde fått all den informasjonen jeg kunne få ut av settingen. Dette var jeg klar over at ikke var sannsynlig da det sikkert fremdeles var masse å hente fra Tokyo som kunne vært relevant for min forskning, men jeg visste ikke hva det var eller hvordan jeg skulle få innblikk i det. På dette stadiet i forskningen ble jeg tilbudt å bli med en guide til Beppu hvor han gikk på skole, og jeg ble med for å få en ny setting å forske i. Beppu er en liten by syd i Japan, preget av lavt innbyggertall og et internasjonalt universitet. Jeg fikk gjennomført seks intervjuer i Beppu før jeg dro tilbake til Tokyo, og reisen og det nye miljøet tillot meg å få et friskt perspektiv på forskningen min.

Under oppholdet i Beppu reviderte jeg intervjuguiden slik at jeg kunne gå dypere inn på det jeg allerede hadde funnet ut. Det gikk da opp for meg at jeg hadde vennet meg til Tokyos travle gater, og Beppu ga meg en dypere forståelse for hvilken ekstrem metropol Tokyo er. Selv om målet aldri var å gjøre rede for hele Japan og alle dets innbyggere, så tillot denne kontrasten at jeg fikk mer innsikt i det jeg allerede hadde funnet ut. Etter jeg hadde returnert til Tokyo holdt jeg et siste intervju for å avslutte det hele med visshet i at jeg hadde fått mer enn nok ut av forskningen min. Det siste intervjuet var det mest naturlige og det ga mye relevant data, men jeg visste jeg måtte gi meg der både på grunn av at tiden min i Japan snart var over og omfanget til prosjektet hadde sine egne begrensninger.

Dette illustrerer fleksibiliteten i et etnografisk forskningsdesign. Ved å utvide forskningsfeltet fikk jeg tilgang til andre beskrivelser samt en ny kontekst for sosial interaksjon. Beppu skiller seg svært mye fra Tokyo, og dette ga meg et sammenligningsgrunnlag for analysen. På denne måten utviklet forskningen min seg under oppholdet i Japan, og ved å være fleksibel i forhold til forskningsplanen fikk jeg innsikt i et nytt perspektiv før jeg forlot landet.

3.4 Analyse

Dataanalysen i etnografisk forskning involverer tolkning av mennesker, funksjoner og konsekvenser av menneskelige handlinger og hvordan disse henger sammen med lokal eller bredere kontekst. Det som produseres av en etnografisk analyse er som oftest verbale beskrivelser, forklaringer og teorier. En studie blir etnografisk når feltarbeideren er nøye med å koble faktaene han observerer med konteksten de forekommer i, med bevissthet om at alt henger sammen med historiske og kulturelle eventualiteter (Baszanger og Dodier, 2004). Analysen av dataene som har blitt samlet inn må derfor tilpasses forskningsprosjektet. Avgjørelsen av hvilken analysemetode jeg skulle benytte meg av i denne oppgaven var avhengig av dataenes tilstand og hva jeg kunne forvente å få ut av dem. Hovedtypen data er i dette prosjektet semistrukturerte intervjuer av japanere som forteller om erfaringer de har gjort i sine liv, og det satte sine begrensninger for analysen. For eksempel vil ikke måten japanerne uttrykket seg på være mulig å trekke konsekvent mening ut av. De uttrykket seg på et språk de ikke behersket fullstendig, og brukte veldig mange ord og lang tid på å få fram hva de skulle si i intervjuene.

Det er derimot mulig å få informantens *mening* med det de sier. Informantene forteller om sine relasjoner til andre mennesker og grupper de tilhører i intervjuet, og dette kan kobles opp mot det japanske selvet. Informantene beskriver også hendelser i sine liv og forteller hvordan de tolket, tenkte og handlet i situasjonen, og dette gir innsikt i hvilke

beslutningsprosesser som foregår hos japanerne. En annen ting intervjuene belyser er hvordan informantene ser på andre japanere og hvilken betydning det har for dem å være japanske. Dette kan gi innsikt i hva stereotypene om japanere betyr for japanerne, og hvordan aspekter av japansk kultur og tradisjon påvirker individet. Ved å fokusere på meningen til informantene kan man trekke ut mye kunnskap om hvordan det japanske selvet opererer både innenfor og utenfor japansk kontekst. Det kan også belyse etablert teori og empiri ved å gi selvet en konkret kontekst å operere i.

Kvale (1996) beskriver en analysemetode som han kaller *meningskondensering*. Denne metoden går ut på å korte ned lengre uttalelser til mindre enheter som forklarer det som blir sagt med færre ord. Denne metoden har bånd til fenomenologisk analyse (Giorgi, 1989), men kan også benyttes i etnografisk forskning. Kort fortalt utføres analysen ved å først lese gjennom intervjuet for å få en helhetsfølelse av det. Deretter skal naturlige *meningsenheter* som uttrykt av informantene trekkes ut av intervjuet, og videre skal temaet som dominerer meningsenheten bli uttrykt av forskeren så enkelt som mulig. Forskeren forsøker da å fordomsfritt lese informantens svar og tematisere utsagnet fra vedkommendes perspektiv som forstått av forskeren. Det neste steget i analysen er å tolke meningsenhetene i henhold til studiens formål, og helt til sist skal intervjuets essensielle temaer bindes sammen til en deskriptiv uttalelse.

Analysen av observasjonsdataene blir mer åpen og mindre omfattende enn intervjuanalysen. Systematisk analyse av etnografiske data begynner vanligvis med å lese gjennom feltnotatene (Berg, 2001), og formålet med dette er å styrke hypotesene eller temaene som ble utviklet i løpet av datainnsamlingen, og å generere nye hypoteser eller temaer man ikke tenkte på da man først skrev dem. Dette innebærer å basere hypotesene og temaene i dataene, som i grounded theory (Glaser & Strauss, 1967). Under denne gjennomgangen benytter etnografiske forskere seg ofte av åpen koding, et verktøy som lar dem identifisere og til og med trekke ut temaer på en systematisk måte (Berg, 2001). Deretter kan etnografen systematisk ta for seg mønstre i atferden og aktiviteten til de observerte og beskrive funnene i forhold til tidligere teori og empiri, og i dette tilfellet, de kvalitative intervjuene.

3.5 Pålitelighet og Troverdighet

Moisander og Valtonen (som referert i Silverman, 2006:282) viser to måter som krav til reliabilitet i kvalitative studier kan tilfredsstilles på. Dette kan for det første gjøres ved å gjøre forskningsprosessen transparent gjennom å grundig beskrive forskningsstrategien og dataanalysemetoder i forskningsrapporten. Jeg har gjort grundig rede for hvordan jeg har

ervert dataene som blir brukt i denne oppgaven. Jeg har også inkludert subjektive refleksjoner for å forklare hvilke valg jeg har tatt i løpet av forskningen. Berg (2001) argumenterer for at kvalitative studier kan greie ut om forskerens motivasjoner for forskningen, og at disse beskrivelsene kan gjøre rede for de indre biaser, verdier og teoretiske orientasjoner som produserte forskningsprosjektet. For det andre kan man legge vekt på teoretisk transparens. Dette gjør man ved å gjøre tydelig i hvilket teoretisk utgangspunkt tolkningen kommer fra, og vise hvordan dette produserer enkelte tolkninger og ekskluderer andre. Denne studien har som utgangspunkt at det er noe ved det japanske selv som skiller det fra andre, og særlig vestlige selv, og at dette gir utslag i forskjellene som er registrert i de krysskulturelle studiene tatt for seg i teori og empiridelen. Oppgaven binder seg da ikke til et bestemt teoretisk perspektiv, som for eksempel Markus og Kitayamas (1991) teori om uavhengige og gjensidig avhengige selv eller Kashima et al. (1995) tre dimensjoner av selvet, men fokuserer heller på analysen av dataene i sammenheng med de tilgjengelige perspektivene.

Når det kommer til etnografiske observasjoner er det viktig å skille mellom *etiske* analyser, som er basert på forskerens konsepter, og *emiske* analyser, som kommer fra det konseptuelle rammeverket til de som blir studert (Silverman, 2006). Igjen her er det viktig å skille data fra tolkning slik at analyseprosessen blir gjort klar for leseren. For å være sikker på at dataene ble korrekt fanget opp, tok jeg opp alle intervjuene på en digital båndopptaker. Jeg sikret at all relevant data ble med ved å transkribere alle intervjuene selv, i henhold til analysemetoden. Det var da viktig å fange opp alle ord, selv når informanten snakket dårlig engelsk, for å få tak i alle aspektene av meningen informanten ville ytre.

Formålet med dette forskningsprosjektet er ikke å generalisere men heller belyse og forsøke å fylle teoretiske hull med det som læres i analyseprosessen. Forskningsprosjektet har sine styrker, men det er ikke uten svakheter. To av studiens styrker ligger i fokuset på den *konstante komparative metode* og *triangulering*. Den konstante komparative metode går ut på at forskeren forsøker å finne et annet case som han kan sammenligne med og teste ut foreløpige hypoteser på (Silverman, 2006). I mitt prosjekt fikk jeg en anledning til å reise til annen setting i kulturen jeg studerte, noe som ga meg sammenligningsgrunnlag for mine observasjonsdata. Jeg så da etter den samme typen atferd som jeg hadde observert i den første settingen, og fikk innsikt i hva som var unikt og hva som var til felles for de forskjellige settingene. Den konstante komparative metoden kan dog også gjøres innenfor et enkelt case da den involverer å bare innsistere og sammenligne alle datafragmentene som oppstår (Glaser & Strauss, 1967).

Triangulering innebærer å sammenligne data samlet inn fra forskjellige metoder, i dette tilfellet gjennom intervju og observasjon. Noe en bør være klar over i denne typen sammenligning er at når dataene er samlet inn med forskjellige metoder så har de oppstått i forskjellige kontekster. Det jeg observerte på gata i Tokyo er ikke direkte sammenlignbart med det informantene beskriver i intervjuene. Som Hammersley og Atkinson (1983) skriver bør man ikke innta det naive og optimistiske synet på at man uproblematisk får et mer fullstendig bilde av det man studerer ved å hente data fra forskjellige kilder. Triangulering i dette forskningsprosjektet er derimot først og fremst der for å gi intervjudataene en kontekst i analysen. Dette er en del av hvorfor jeg bestemte meg for å reise til Japan for å studere japanere; for å få et bredere perspektiv på kulturen som omgir individet i dagliglivet. Silverman (2006) tar opp at triangulering kan bidra til at de forskjellige typene dataene belyser hverandre. En annen styrke med triangulering er at jeg som forsker får tilgang til både et insider og et outsiderperspektiv på det japanske selvet. Jeg får da et inntrykk av hvordan det er å leve i Japan samtidig som japanerne forteller meg sine opplevelser av det. Disse to perspektivene belyser hverandre i analyseprosessen og gir tilgang til videre innsikt. Triangulering er da ikke en måte å oppnå "sannheten" men er best forstått som en strategi for å styrke og gi bredde, kompleksitet og dybde til forskningen (Denzin & Lincoln, 2000).

Dette forskningsprosjektets svakheter er språkbarrieren, feltarbeidets varighet og omfanget til det som forskes på. Japansk språk skiller seg sterkt fra norsk og engelsk og det setter innlysende begrensninger på forskningen som blir utført for dette prosjektet. Ved å benytte meg av både kvalitative intervju og etnografisk observasjon så søkte jeg å gjøre opp for noen av begrensningene disse metodene får av språkbarrieren. Det var nærmest umulig for meg å observere dialoger i dagliglivet siden jeg ikke hadde en god forståelse av japansk språk. Jeg måtte derfor fokusere på kroppsspråket og konteksten situasjonen utspant seg i, samt ritualet rundt de sosiale interaksjonene. Intervjuene måtte nødvendigvis bli gjennomført på engelsk siden det var det språket intervjueren og informantene hadde til felles. Det innebærer at meningen informantene vil overføre går gjennom to oversettelser, først til engelsk og så til norsk, og det vil nok i en viss grad påvirke meningen i noen uttalelser. I tillegg til denne problematikken har japanere generelt liten erfaring med å snakke engelsk, til tross for at de kan beherske språket skriftlig.

Ansettelse av tolk ble vurdert i starten av prosjektet, men det ble forkastet på grunn av forskningsbudsjettets begrensninger og at innleiing av uprofesjonelle tolker vil kunne forstyrre informantenes meninger ytterligere. Ved å selv holde intervjuene så hadde jeg i det minste muligheten til å oppdage dersom intervjuer og informant ikke forsto hverandre, og nye

taktikker eller spørsmålsstillinger kunne brukes tilpasset den aktuelle intervjusituasjonen. Dette var en avgjørelse som ble tatt etter det første intervjuet hvor en venn av informanten var til stede for å fungere som tolk dersom informanten følte det var nødvendig. Nærværet av denne tolken virket i starten betryggende for informanten, men det ble oppdaget et par tilfeller av at tolken tok seg frihet med både spørsmålene som ble stilt og at han la ord i munnen på informanten. Et eksempel på det sistnevnte er at tolken foreslo utsagn for informanten som vedkommende oppgitt sa seg enig i. Dette ga inntrykk av at informanten mistet tillit til sin evne til å uttrykke seg på engelsk, og ikke var i stand til å si noe som var nærmere sin mening enn det tolken foreslo.

Til tross for at språkbarrieren kan begrense meningene og dataene som kan trekkes ut av intervjuene, så betyr det ikke at de mister sin verdi for psykologisk forskning. Intervjuer på kryss av nasjonaliteter og språk vil behandles på andre måter enn vanlige intervjuer, og fokuset i analysen vil være mer på helheten fremfor detaljene. På mange måter er mine manglende språkkunnskaper ikke en svakhet, men en styrke ved forskningsprosjektet. Ved å ikke ha satt meg inn i hvordan sosial interaksjon foregår i Japan så kunne jeg være mer åpen for inntrykk, legge merke til flere detaljer i sosiale situasjoner, og tolkningen av det observerte kunne være mer naiv og fordomsløs. Min posisjon som outsider blir også forsterket, og det lar meg stille oppfølgingsspørsmål ved flere ting som informantene tar for gitt. Jeg klarer da også å distansere meg mer fra det jeg studerer, særlig fordi kulturen som er i fokus er så ulik den jeg selv er oppvokst i, og jeg vil kunne få et mer helhetlig inntrykk av elementene som styrer sosial interaksjon i Japan. Jeg antar på ingen måte at jeg av den grunn var fri for forutanelser, men at jeg hadde et perspektiv på japansk hverdagsliv som var preget av åpenhet og undring.

Når man driver etnografisk forskning er det vanlig å oppholde seg i feltet over svært lang tid for å rapportere alle aspekter av kulturen man studerer. Det er sjelden etnografer fortsetter å forske på kulturen inntil absolutt alle aspekter av den er fanget opp, men de har vanligvis mer dekning og mindre kulturer å forholde seg til enn jeg tok for meg i min studie. Det at feltarbeidet bare varte i to måneder svekker prosjektet som etnografisk forskning, men dette henger sammen med valg av tema. Jeg dro til Japan for å utforske det japanske selvet, og for å forstå hvordan det blir påvirket av kulturen. Jeg forventet på ingen måte å få oversikt over alle aspektene av verken selvet eller kulturen på to måneder, men jeg så for meg at jeg i det minste ville få noe innsikt og lære mer om japanere, og at denne kunnskapen ville bidra til å forstå hvordan deres selv fungerer i sin kulturelle kontekst. Fokuset i forskningen er på japansk hverdagsliv, og essensielle deler av dette mener jeg å ha fanget opp i min analyse.

3.6 Etikk og Konfidensialitet

Det har blitt tatt grundige etiske forhåndsregler i dette forskningsprosjektet. Silverman (2006:323) tar fram et knippe mål som forskere prøver å oppnå i etisk forsvarlig forskning. Man skal sørge for at deltagerne deltar frivillig i prosjektet, behandle folks kommentarer og atferd med konfidensialitet, man skal beskytte deltagerne fra skade, og man skal sikre gjensidig tillit mellom forskeren og de som blir forsket på. Prosjektet ble meldt til Norsk Samfunnsvitenskapelig Datatjeneste 13.09.2010, og tilfredsstillt kravene i personopplysningsloven. Det var ikke behov for å samle inn personopplysninger om informantene, og enkeltpersoner vil av den grunn ikke bli direkte gjenkjent i oppgaven. Navn, stedsnavn og tidspunkt ble ikke tatt med i transkripsjonene der de ikke var nødvendige for redegjørelsens skyld, og deltakerne ble på den måten anonymisert allerede før analysen. Intervjuene ble tatt opp på en digital lydopptaker, og lydfilene ble låst inn når de ikke var i bruk både under feltarbeidet og i etterkant. Transkripsjonene ble også låst inn for sikkerhets skyld, da det er en mulighet at en person kan bli identifisert gjennom dem siden de beskriver hendelser i personens liv.

Før intervjuet startet ble deltakerne muntlig og skriftlig informert om prosjektet, både hva formålet med forskningen var og hva opplysningene de ga skulle brukes til. De ble også informert om at deltagelse i prosjektet var fullstendig frivillig, de kunne velge å la være å svare på spørsmål dersom de ønsket det, og at de kunne trekke seg fra intervjuet når de ville uten å måtte oppgi grunn. Før intervjuet kunne begynne skrev både intervjuer og informant under på et dokument som sikret at informanten hadde blitt informert om forskningen og at forskeren skulle behandle dataene med streng konfidensialitet. På denne måten ble informantenes *informerte samtykke* for forskningen sikret. Berg (2001) nevner at et informert samtykke-dokument presenterer et etisk dilemma siden informantens navn er skrevet ned, så disse dokumentene var også innelåst under hele prosjektet. Når det kommer til observasjonsdelen av datainnsamlingen så var det naturligvis vanskeligere å få de involvertes tillatelse før observasjonene kunne settes i gang. Det er dog så godt som ingen sannsynlighet for at enkeltpersoner kan identifiseres ut av feltnotatene siden de kun skildrer generell atferd, og personlige refleksjoner over forskerens opplevelser i feltet. Uansett var min identitet som forsker aldri forsøkt skjult, så observasjonsdelen byr ikke på mye etisk problematikk.

Ofte er forskeren den eneste andre personen til stede under intervjuet, og løftet om konfidensialitet garanterer at ingen andre vil høre hva informanten sier. Under slike omstendigheter kan informantene være villige til å gi fra seg informasjon og gi uttrykk for meninger som de ellers ville holdt for seg selv. Det betyr dog ikke nødvendigvis at

informasjonen er sann, eller at meningene de presenterer er mer ærlige enn de som presenteres til vanlig. Dette vil være avhengig av hvordan deres forhold til andre, inkludert forskeren, er strukturert (Hammersley og Atkinson, 1983). Det viktigste for meg var å ha en god og vennlig stemning gjennom mesteparten av intervjuet, for å holde informanten motivert til å gi meg kunnskap om hans liv og innblikk i hans selv. Et par vanskelig spørsmål måtte jeg stille, men de var spredt ut i intervjuet for at det skulle være en stort sett hyggelig opplevelse. Det var dog enkelte ganger jeg lot være å grave med oppfølgingsspørsmål da informanten tydelig viste at temaet var svært ubehagelig for ham å snakke om. Dette var for å bevare den positive kontakten med informanten slik at han eller henne fremdeles ville være positiv til å hjelpe meg videre i forskningen, men også fordi det er vanskelig å etisk forsvare at intervjueren bruker sin makt i intervjusituasjonen for å presse informanten for informasjon som er vond å gi fra seg.

4 Resultater

Ved å kombinere observasjon med intervju studerte jeg det japanske selvet fra både innsiden og utsiden. Disse to perspektivene lot meg få et mer holistisk bilde av hvordan japanere tenker og handler, samt hvordan de tilpasser seg hverandre. Jeg vil ikke benytte meg av sitater i presentasjonen av resultater, og det av to grunner. For det første var intervjuene gjort på engelsk, og ved å oversette dem vil det innebære en tolkning av det informantene har sagt, og da er det ikke lenger et sitat. For det andre var generelt sett ikke engelskkunnskapene til informantene gode nok til at de klarte å formidle sin mening i korte og konsise uttalelser. Sitatene ville derfor blitt svært lange og fremstillingen ville stilt informantene i et dårlig lys, og ved å videre pynte på uttalelsene slik at deres mening klart kommer frem så vil de også bli tolket i konteksten av samtalen og miste sin funksjon som belysende sitat. Informantenes uttalelser vil derfor bli presentert som en tematisk fortelling, og dataene vil bli supplert med observasjoner, tolkning og teori der det er nødvendig for å gi et fullstendig bilde av deres mening. Hovedtemaet som blir tatt opp først er det japanske selvet og dets forskjellige aspekter, men jeg vil også gå igjennom hvordan det blir påvirket av at japans kultur er i stadig forandring, samt hvordan det kan forandre seg ved å bli utsatt for ekstern kulturell kontekst. Det som er mest øyefallene med dataene som ble samlet inn er hvor forskjellige japanere kan være, og det som denne oppgaven kan bidra med til forskningsfeltet er å utdype hvordan de skiller seg fra hverandre, og på hvilke måter de er like. Jeg går ut i fra at informantenes uttalelser reflekterer deres personlige meninger, og at eventuelle generaliseringer som de foretar gjenspeiler deres subjektive perspektiv på temaet.

4.1 Aspekter av Japanske Selv

Markus og Kitayama (2010) skrev at selvet har med alle aspekter av atferd å gjøre, så det skal være mulig å lære om det ved å gjøre seg kjent med informantenes livsverden. Informantene ble av den grunn stilt spørsmål som tok for seg ulike aspekter av deres liv, hvordan de tolket hendelser i livene sine, og hva som fikk dem til å ta de avgjørelsene de har tatt. Først og fremst skal jeg ta for meg hvordan informantene beskriver seg selv bli tatt opp, da dette vanligvis er måten å få tilgang til informasjon om informantenes selv.

4.1.1 Selvbeskrivelser.

I intervjuene ble informantene bedt om å beskrive seg selv som person, og dette ga mange forskjellige svar. Japanere har mange regler for hvordan de skal presentere seg selv, og disse gikk ikke alltid overens med hva de trodde jeg forventet av dem. En av informantene fortalte at hun, når hun skulle introdusere seg selv som japaner, alltid først nevner sin jobb, deretter at hun er mor til to sønner, og at hun til slutt tar opp sine egne interesser og verdier. Dette mener hun er vanlig i Japan fordi det er denne informasjonen som stort sett er mest interessant for motparten. Dette kan være en norm for selvfremstilling som gjør det vanskelig å fange opp japanernes meninger om seg selv, og det er verdt å bemerke seg siden selvpresentasjon er den fremste måten mennesker har for å gi uttrykk for sitt selv. Det var flere informanter som forsiktig prøvde seg fram med ting å fortelle om, samtidig som de prøvde å få ut av meg hva andre informanter hadde sagt eller hva jeg spesifikt ville høre. Dette var dog ikke et stort problem. De som var veldig usikre på hva de skulle si ble bedt om å fortelle om deres positive og negative karakteristikk.

De fleste informantene beskrev seg selv som snille og positive, og at deres gode egenskaper er deres evne til å bry seg om sine venner. En av informantene forteller at hans gode kvaliteter er at han aldri gir opp og har et åpent sinn. Han sier også at han er veldig flink til å passe på at alle trives rundt ham, og han er veldig glad i å kommunisere med andre mennesker. Veldig mange informanter benyttet seg av begrepet å kommunisere enten det var med venner eller fremmede. Jeg fikk av den grunn inntrykket av at de brukte det på en annen måte enn at de bare hadde en åpen kommunikasjonskanal seg imellom. De brukte bl. a. verbet å kommunisere med andre når de mente at de var på samme bølgelengde, forsto eller hadde forståelse med andre, og ellers når de var i interaksjon med andre mennesker. Siden informantene ofte beklaget seg over sitt begrensede vokabular er det sannsynlig at de i disse tilfellene benyttet seg av det ordet de følte uttrykte deres mening best. Som Nisbett (2003) argumenterte for er ikke alltid ordets mening direkte oversettbar, og da særlig ikke når det kommer til verb.

Da de skulle fortelle om negative kvaliteter så var det enkelte av informantene som sa at de brydde seg for mye om andre mennesker. Det er da fordi de ikke tar seg tid til å tenke på seg selv. Da informantene beskrev seg selv først med negative karakteristikk sa de som oftest at de var late. En av dem sammenlignet seg med den typiske japaneren som alltid er flittig, ryddig og renslig, men hun fortalte at dette ikke var noe hun strebet mot. En informant la vekt på at det å være lat var for ham en positiv kvalitet, fordi han da ikke stresset mye. Dette ga inntrykket av at det ikke plaget dem å bli ansett som late, samtidig som de så på det som en negativ kvalitet. Dette er deres syn på hvordan japanere flest er, og hvordan de, som japanere, bør være. Til tross for at de opplever det som et kulturelt ideal de bør leve opp til, så har de ikke lyst til å være som typiske japanere. Hvordan informantene anser "typiske japanere" vil bli tatt opp senere i resultatdelen (seksjon 4.3.2).

Enkelte hadde vanskeligheter med å beskrive seg selv. En informant sa at han aldri før hadde vært i en situasjon hvor han måtte beskrive seg selv, og begynte da å fortelle om sine fritidsinteresser. Han gir inntrykk av å ikke ha en fullstendig internalisert oppfatning av seg selv uavhengig av kontekst, og forteller derfor om hva han gjør når han ikke er på jobb. En annen informant sa at han syntes det var pinlig å fortelle om seg selv, men hvis han måtte si noe så kunne han gå med på at han var hardtarbeidende. Han gir inntrykk av at han ikke ville skryte og at han ble hemmet av sin egen beskjedenhetsnormen i kulturen, og disse kan i japansk kontekst være vanskelig å skille fra hverandre. En annen informant bruker spesielle taktikker for å fortelle om seg selv uten å fremstå som hovmodig. Han sier først at han tror han er veldig forståelsesfull, og uoppfordret begrunner det med at andre mennesker har sagt at han er det. Videre passer han på å ikke fortelle noe positivt om seg selv uten å samtidig ta med noe negativt. Han sier da at han ikke er så flink til å snakke, men heller lytter til hva andre sier. Han sier at han blir fort forvirret og ikke vet hva han skal si i sosiale situasjoner, men han er flink til å høre etter og analysere det andre sier. Dette kan være et lite innblikk i japansk retorikk og strategi for å skjule meninger blant andre utsagn, men siden det ikke er fremført på japansk språk som er designet for å hinte til det usagte i sosiale situasjoner så blir det ikke mer enn spekulasjoner.

4.1.2 Selvforbedring.

Heine et al. (1999) mente at japanere føler et behov for å forbedre seg selv opp mot kulturelle idealer. Dette blir reflektert av informantene, da noen uoppfordret tar opp punkter som de føler at de må forbedre seg selv på. En av dem mener at han har en lei tendens til å ikke fullføre det han har begynt på, om det så er på jobben eller andre plikter. Han forteller at det er fordi han jobber veldig fort og effektivt, men at han likevel gjerne vil bli flinkere til å gjøre

seg ferdig med det han holder på med. Han forsøker da å kombinere sin effektivitet med grundig arbeid selv om de to målene strengt tatt motarbeider hverandre. For han er det uansett et aspekt ved seg selv han kan og vil prøve å forbedre, og det reflekterer det velkjente fenomenet at man i japansk kultur fokuserer på reisen fremfor destinasjonen (Heine, 1999). En annen informant tror at japanere har en tendens til å være negative, og at de heller burde se på livet fra den lyse siden. Han mener at alle jobbjegeterne som klager over at det er vanskelig å få jobb i dag på grunn av den økonomiske krisen heller burde bruke tiden på å studere mer og arbeide hardere for å få bedre kvalifikasjoner. Når det er dårlige tider burde japanere bruke tiden på å forbedre seg selv istedenfor å klage, slik at de har et fortrinn foran andre mennesker i fremtiden. Han mener at japanere generelt sett bør slutte å bare klage over hvordan ting er, og heller reflektere over seg selv og sette seg nye mål.

En annen informant forteller at han valgte å gå på et internasjonalt og flerkulturelt universitet på landsbygda foran et svært prestisjefyllt universitet i storbyen fordi han ville forbedre seg selv. Han forteller at han ble veldig trist av å se uteliggerne i Tokyo, og bestemte seg for å gjøre noe med forskjellen mellom fattig og rik i Japan. Han kom til slutningen at han måtte utvikle seg selv for å få kunne følge sitt altruistiske mål, og at det internasjonale universitetet ville la ham forbedre seg selv fremfor bare gi ham en inngangsbillett til en stor bedrift. Vennene hans kritiserte han sterkt for valget hans, og mente at han var et fjols som ikke gikk på det prestisjefylte universitetet når han hadde muligheten til det. Han tok også det mest kostbare valget siden det internasjonale universitetet var langt unna der han bodde. Han er likevel veldig fornøyd med valget sitt, og siden han har fått gode resultater på skolen har også vennene hans begynt å støtte ham. Dette er en annerledes form for selvforbedring enn den Heine et al. (1999) beskrev, da den gikk på at japanerne var selvkritiske for å kunne tilnærme seg kulturelle idealer. Informanten følte en plikt for å hjelpe de svake i samfunnet han lever i, og dette kan kobles til kollektivistisk tankegang i sin reneste form. Forskjellen er at han handlet uavhengig av inngruppen sin, da inngruppemedlemmene kritiserte og til og med hånet ham for det valget han tok. Man kan se på det som at han prioriterte det store kollektivet fremfor det mer umiddelbare, men dette går lite overens med japanernes fokus på grupper. Selv om dette kun er et tilfelle, så viser det at kollektivistisk tankegang kan operere side om side med individualistisk atferd, og går overens med Kashima et al. (1995) tre dimensjoner av selvet, hvor den kollektive dimensjonen av selvet er uavhengig den individualistiske.

4.1.3 Atmosfære og skjulte meninger.

Matsumoto (1996) skriver at japanernes spesielle følelsesliv lar dem føle empati på en egen måte. Som eksempel på det forteller en av informantene at japanere har evnen til å “dele atmosfæren.” Dette innebærer at de er ekstra sensitive til den sosiale situasjonen de befinner seg i, og at de merker dersom det er noe som forstyrrer fellesskapsfølelsen. Dersom det for eksempel sitter en person helt for seg selv og ikke har noen å snakke med på en fest, så kommer de bort og snakker de med han og får han til å føle seg inkludert i fellesskapet. Når japanere har fest skal ingen føle seg ensomme, og det er hovedsakelig vertens ansvar å sørge for dette. Informanten forteller med et ristende hode at amerikanere som holder fest kan ha en person som sitter og spiller iPhonespill helt for seg selv uten å bry seg i det hele tatt. Han forteller at japanere ikke vanligvis holder “house parties” som amerikanere. De holder fest som “én”, hvor alle sitter rundt samme bord og ler, drikker og snakker sammen.

En annen informant forteller at japanere forsøker alltid å tenke på andre og lage god atmosfære der de befinner seg, men at baksiden ved dette er at man ikke fritt kan si hva man tenker. I Japan er det viktig å ikke forstyrre det sosiale ved å snakke for mye. Dersom man for eksempel sitter i et møte så vil ikke diskusjonen fungere produktivt hvis man snakker ustanselig mens alle andre ikke får slippe til. Dette mener informanten er sunn fornuft for japanerne. Noe som er veldig vanlig i japansk forretningsliv er *ringisei*. Det er en måte å holde møte på som tar avgjørelser ut av konsensus i stedet for på grunnlag av vinnende argumenter, og dette mener Doi (1986) reflekterer japansk fokus på grupper. Informanten forteller videre at amerikanere sier det de tenker “som maskingevær”, mens japanere hele tiden må gå rundt grøten med sine meninger. Han legger til at amerikanere tror at det er deres egen mening som er viktigst, mens japanere lytter til andres meninger. Informanten forteller at en amerikansk venn en gang kom opp til han og spurte ham direkte hvorfor han ikke bare kunne si det han mente. Han ble da helt satt ut og følte at han ikke hadde noen måte å svare på. Informanten understreker at det finnes anledninger hvor selv japanere snakker rett fra hjertet, men at det kun er når det vil ha en positiv innvirkning på den sosiale situasjonen. Han forteller at han noen ganger lurer på om det er rett av han å skjule sine følelser for andre, og om det egentlig bør være slik som det er i Japan. Han er klar over at det er kulturen som gjør at han oppfører seg slik, men han forteller at han likevel foretrekker den japanske måten å kommunisere på fordi den er mer vennlig enn alternativene.

En informant forteller at hun synes at det er negativt at japanere er så sensitive og kompliserte. Dette forklarer hun med at japanere gjerne er høflige og snille, men at de fine ordene de bruker ikke nødvendigvis stemmer overens med hvordan de føler det i hjertet sitt.

Det kan være at de forteller at de liker noe de egentlig misliker, men også at de alltid går med på ting når de ikke har lyst. Informanten sier at dette gjør at hun hele tiden i samtale med japanere lurer på hva samtalepartneren *egentlig* mener bak det den sier. Dette henger sammen med det Doi (1986) *tatemae* og *honne*, som skiller mellom sitt uttrykk for følelser og hvordan man egentlig føler. *Tatemae* og *honne* kan bli oversatt med maske og sanne ansikt, men meningen er ikke fullstendig bevart i oversettelsen. Forskjellen ligger i at de i vestlig ordbruk blir stilt opp som motsetninger mens de på japansk henger uatskillelig sammen. De nærmeste vestlige ekvivalentene mener Doi (1986) er fenomen og essens, men de fanger likevel ikke opp at *tatemae* og *honne* er to sider av samme sak. *Honne* eksisterer kun på grunn av *tatemae*, og *honne* manipulerer *tatemae* fra skyggene av individets sinn. De er derfor i et gjensidig definerende og konstituerende forhold, og den ene kan ikke eksistere uten den andre. Det er da naturlig for japanerne å benytte seg av *tatemae* når de snakker med andre, og det er noe som japanere selv kan oppleve som slitsomt.

En av informantene forteller at hun føler seg mer komfortabel sammen med amerikanere enn andre japanere. Hun føler at hun kan uttrykke seg fritt med amerikanerne, mens hun hele tiden må være forsiktig med hva hun sier når hun er sammen med japanere. Det er dog ikke bare amerikanere som japanere mener uttrykker seg fritt. En annen informant forteller at hun foretrekker å være sammen med sine kinesiske klassekamerater fordi de sier ting mer fra hjertet enn hva hennes japanske klassekamerater gjør. Hun tror at mange japanere misliker kinesere på grunn av dette, og oppfatter dem som alt for direkte. En annen informant forteller at hun synes det er vanskelig å ha relasjoner med andre japanere. Dette utdyper hun med at selv om man er med svært nære venner må man likevel være opptatt av andres følelser og skjule sine egne. Hun forteller at hun ikke klarer å være ærlig, selv ikke med sine beste venner, fordi hun er redd for å komme i konflikt og krangel med dem. En guide fra Sør-Korea forteller at han foretrekker å snakke engelsk med sine japanske venner, og dette til tross for at han behersker japansk utmerket. Han forklarer det med at det å snakke engelsk med en japaner er vidt forskjellig fra å snakke japansk fordi man da slipper å være så høflig og formell hele tiden. Det er for eksempel mulig å la være å fullføre en setning på japansk slik at man slipper å måtte ytre sin mening før man har sett mottakerens respons, i og med at verbet kommer til sist (Lebra, 1976). Guiden forteller at han føler at forholdet mellom japanerne og ham selv blir mindre anstrengt av å snakke engelsk, og japanerne setter også pris på å senke skuldrene i dialogen. Guiden forteller også at japanerne stort sett er positive til å få praktisert sine engelskferdigheter, og en engelsk samtale med dem kan bli et spesielt øyeblikk som de deler.

4.1.4 Inngruppefølelse.

En av de sikreste kvalitetene til japanere er at de er gruppefokuserte (Doi, 1973), og en av informantene tar opp at han som japaner alltid tenker på andre mennesker framfor seg selv. Han legger da vekt på at det ikke er *alle* andre mennesker han tenker på, men kun de som er i hans gruppe. Han utdyper da med at det ikke handler om deg selv, men hvor mye du bryr deg om *hele* gruppen du hører til. Denne gruppen kan være dine venner, din sirkel, dine naboer eller selv landet du hører til. Doi (1973) tar opp at japanere har indre og ytre sirkler av venner. De indre er dem man har *ninjōrelasjoner* (personlige følelser) med, mens de ytre er forbeholdt de man har *girirelasjoner* (sosiale forpliktelser) med. Japaneren setter da både de han er følelsesmessig tilknyttet til og de som han er formelt forpliktet til foran seg selv, mens utgruppedlemmene blir behandlet med fiendtlighet. Doi (1973) skriver at det er helt naturlig i japansk hverdagsliv at en oppfører seg annerledes mot inngruppen enn de gjør mot utgruppen. Hos japanerne er det mellom disse gruppene den viktige distinksjonen ligger, ikke mellom individuell frihet og fellesskapsfølelse.

I inngruppen vil det være vanskelig for japanere å motsette seg de andres ønsker, uavhengig om det er i indre eller ytre sirkler. En av informantene forteller om et spesifikt eksempel på dette, som utspilte seg da en venninne ba informanten om å låne henne penger. Informanten hadde da ikke lyst til å låne bort penger til venninnen, både fordi hun ikke forsto hvorfor akkurat *hun* skulle gjøre det og fordi de egentlig ikke var så nære venner. Hun endte likevel opp med å låne henne penger, og det som gjorde saken verre for informanten var at venninnen glemte å betale henne tilbake. Informanten kunne da ikke få seg til å be venninnen sin om å få pengene tilbake, og til slutt ga hun bare opp og bestemte seg for å glemme pengene hun hadde tapt. Hun ble da hemmet av inngruppefølelsen både ved å måtte låne bort penger og ved å ikke være i stand til å kreve pengene tilbake.

En annen informant forteller at en av hennes dårligste egenskaper er at hun noen ganger bare sier seg enig med andre mennesker, og ikke selv har en sterk mening. Hun beskriver dette med at hun ikke har et selv. Doi (1973) skriver at det japanske begrepet “å ikke ha et selv” (*jibun ga nai*) går ut på hvor vidt man har en refleksiv bevissthet av ens selv som en enhet. Dersom individet er fullstendig oppslukt av gruppen så har han intet selv, men det kan være vanskelig å avgjøre hvor vidt dette er tilfelle. For selv om vedkommende ikke er oppslukt av gruppen, til tross for at han er klar over at han er en del av gruppen, og at han til og med føler ubehag av at hans interesser ikke går overens med gruppens, så betyr ikke det nødvendigvis at han har et selv. For at et individ skal ha et selv må han opprettholde et uavhengig selv som ikke blir hemmet av gruppen, men det innebærer ikke nødvendigvis at

han støter fra seg gruppen. Ved siden av å bli oppslukt av gruppen kan japanere også utvikle en følelse av å ikke ha noe selv ved å bli fullstendig isolert fra gruppen. Frykten for isolasjon er så sterk hos japanere at de vil godta nesten alt for å kunne forbli i gruppen. Doi (1973) mener at det derfor er svært vanskelig for japanere å opprettholde et selv siden det kan mistes både ved å la seg oppsluke av gruppen og ved å bli isolert fra den. I vestlige samfunn er ikke dette et problem siden individer stort sett fungerer godt uavhengig av grupper, men i Japan er det å miste sitt selv en reell psykologisk lidelse.

Det er ikke bare negative aspekter ved å bli oppslukt av inngruppefølelsen. En informant forteller at et av hennes lykkeligste øyeblikk var da hun hadde en danseopptreden sammen med sine venner på en skoletur i Kina. Hun hadde lært å danse et par år tidligere og ville gjerne få til en type aktivitet som hun hadde organisert på egen hånd. Hun rekrutterte da fem-seks venner som skulle være med på å delta i en talentkonkurranse. I begynnelsen av treningene møtte imidlertid ingen av vennene hennes opp, og hun følte seg trist og helt alene. Hun prøvde å overtale vennene sine med å si at det ville bli veldig gøy og et bra minne å ta med seg videre, men siden de fleste var asiatiske så var de for beskjedne til å gå på scenen. Alle vennene møtte til slutt opp på trening og de fikk gjennomført showet med glans. De hadde det veldig gøy på scenen og vant til og med første plass i konkurransen. Informanten forteller at de var kjempeglade på scenen og gråt seg helt i stykker når de gikk av, og at de sammen ble "en" av å ha delt denne fantastiske opplevelsen. På japansk er denne følelsen av enhet et eget begrep, *ittaikan*. Dette innebærer en kollektiv tilstand hvor grensen mellom individene er fullstendig fjernet (Lebra, 1976).

Respekt spiller en stor rolle i japansk hverdagsliv, og det henger sammen med høflighet, konformitet og selvregulering. En informant forteller at hun føler det som komfortabelt å bli akseptert av andre, men at hun ikke vil forandre seg selv for å oppnå denne aksepten. Det er veldig viktig for henne at folk lar henne godta seg selv for den hun er. Hun forteller at denne innstillingen lar henne være fri til å gjøre hva hun vil, men hun regulerer likevel seg selv i forhold til andre mennesker. Hun forteller at hun gjør dette fordi hun føler at hun må, men det betyr ikke at hun føler seg tvunget til det. Hun anser det derimot som sitt eget ansvar å kontrollere seg selv i forhold til andre mennesker. Hun legger vekt på at hun ikke gjør det fordi hun er opptatt av å gjøre hva de andre sier, men fordi hun føler at hun må gjøre det *rette* ovenfor de andre, fordi hun respekterer deres intensjoner og ønsker. Dette innebærer at selv om hun foretrekker å operere uavhengig av gruppen, så bryr hun seg om dem og respekterer deres syn. Hun er da i stand til å opprettholde sitt selv samtidig som hun er knyttet til gruppen.

Et sentralt aspekt av japansk språk er *keigo*. Det er en form for høflig og formell tale, som innebærer forskjellige måter å si ting på avhengig av hvor høflig du må være i den sosiale situasjonen. Graden av høflighet blir stort sett bestemt av statusforholdet mellom samtalepartnerne. Dette innebærer i praksis at en med høy status ikke behøver å være høflig med en med lavere status som må være ekstremt høflig og ydmyk. Doi (1973) skriver at *keigo* er mer for han med høy status fornøyles skyld enn for å underbygge forskjellen i status mellom samtalepartene. Han sammenligner formell *keigo* med hvordan man snakker til et barn, fordi man skryter vedkommende opp i skyene med måten man uttrykker seg på. En informant forteller om en annen måte statusroller påvirker hvordan man snakker til hverandre. Dersom han er *sempai* (status ved å være eldst) på et sted kan yngre folk han ikke kjenner eller er litt bekjent med komme opp til han og være fullstendig uformelle og ærlige. Dette fungerer ikke likt begge veier, da han må forholde seg til sin rolle som ansvarlig *sempai*. Han kan da best ses på som en eldre bror som de kan spørre om alt, og de nyter tryggheten av å være avhengige av ham. Informanten forteller at *keigo* representerer respekt i Japan, og at denne formen for respekt skiller seg fra hva amerikanere mener med respekt. Han forteller at de i USA kun gir andre mennesker respekt hvis de først er blitt vist det, mens man i Japan viser sin egen respekt for andre med respektfull atferd. Japanere forventer ikke å respektert før de selv har vist sin respekt til andre mennesker. Denne innstillingen mener informanten er såpass viktig i Japan at selv "drittsekker" må snakke *keigo*. Japanernes respektfulle atferd kan til stadighet observeres i Tokyo ved at japanerne bukker til hverandre når de møtes og tar avskjed. Når enkelte dresskledde japanere tar farvel med hverandre kan det fra en outsiders synspunkt se ut som om de deltar i en bukkekonkurranse, da de bukker gjentatte ganger dypere og dypere om hverandre mens de på vei til å gå.

4.1.5 Lykke.

Uchida og Kitayama (2009) fant i sin studie at japanere assosierte lykke med sosial harmoni fremfor personlig måloppnåelse. Det innebærer at de finner lykke i å sette andre mennesker og gruppen de hører til foran seg selv, og ikke fokuserer på personlig lykke som et mål i seg selv. En av informantene forteller at hun er veldig glad hver dag fordi hun har gode venner og en flott familie, og hun føler seg heldig fordi hun har folk som bryr seg om henne. En annen informant forteller at hun egentlig ikke har opplevd noe trist i livet sitt. Hun utdyper dette med at hennes foreldre er ved god helse, besteforeldrene levde til de ble over nitti år, og hun har flotte venner og en god familie. Hun sier at dersom hun skulle bli trist så vil det gå fort over fordi hun har så mye å være lykkelig over. Dette samsvarer med at lykke blir sett på som

noe midlertidig i en større syklus i Japan, som bør nytes når den kommer men ikke aktivt søkes etter (Kan et al., 2009; Uchida og Kitayama, 2009).

Det innebærer dog ikke at japanere ikke blir glade når de oppnår noe for seg selv. Lebra (1976) skriver at japansk kultur, i tillegg til å fokusere på sosial harmoni og indre ro, også legger vekt på måloppnåelse og streben etter suksess. Dette blir reflektert i datamaterialet. En informant forteller at hun alltid gjør sitt beste blir veldig glad når hun klarer å nå sine mål. Hennes største bragd er da hun kom inn på et prestisjefylt universitet i en alder av 40 år. Hun hadde da tidligere satt utdannelsen sin på vent for å jobbe, og hun ble gift et par ganger og fikk to barn i mellomtiden. Det var derfor veldig stort for henne å kunne begynne å studere igjen, og hun forteller at hun var stolt, tilfredsstillt og veldig glad da hun kom inn på universitetet. En annen informant forteller at han ble veldig trist da han fikk vite at resultatene fra hans siste kvalifikasjonstester ikke var veldig gode. Dette var ekstra ille for han fordi han hadde jobbet veldig hardt men likevel ikke klarte å nå sine mål. Han forteller at han ikke kan huske sist gang han var så trist og nedfor, men han legger til at det egentlig ikke er så katastrofalt siden han bare kan ta testene opp igjen. Han forteller at hans lykkeligste øyeblikk også var da han kom inn på et prestisjefylt universitet, og det var hovedsakelig fordi han hadde studert så hardt for å komme inn. Dette viser at jo mer japanerne jobber for et mål desto gladere blir de når de oppnår det. Fallhøyden blir dog desto høyere dersom de mislykkes, noe som reflekteres i at mange japanske studenter har tatt sine egne liv på grunn av dårlige eksamensresultater (Lebra, 1976).

Flere av informantene forteller at deres mål i livet er å oppnå enkel lykke. De vil gifte seg, få barn, stifte familie og slå seg til ro og bare nyte livet. De har lyst på et vanlig liv som sine foreldre, hvor det viktigste er å holde seg frisk, reise ofte og sørge for at barna får seg en utdanning. Dette er målet i livet for både unge studenter og eldre arbeidere, og de legger vekt på at selv om det ikke høres så spennende ut, så er det likevel det de virkelig har lyst på. Enkelte av dem tar fram at det ikke spiller noen rolle hvor mye penger de vil tjene på jobben de får, men at de bare vil sette pris på og klare seg med det de har. En av dem forteller at hans nåværende mål i livet er mindre spennende enn det han hadde tidligere. Da hadde han lyst til å åpne en bedrift i utlandet, kanskje en japansk restaurant i USA, men dette slo han fra seg da han giftet seg. Han hadde da ikke lenger bare seg selv å tenke på, og han hadde endelig fått seg en jobb han likte, så denne drømmen var ikke så aktuelt lenger. Dette synet på det gode liv går overens med det Kan et al. (2009) mente med minimalistisk velvære hos japanere. Det er å foretrekke å ha et enkelt liv og sette pris på familien, sine fritidssysler og andre aspekter av det dagligdagse.

4.2 Japan i Forandring

Japansk kultur har utviklet seg på egen hånd relativt isolert fra resten av verden, men etter 2. verdenskrig gikk landet gjennom store forandringer. De gikk bort fra enkelte tradisjoner og åpnet landet mer opp for resten av verden. Lebra (1976) åpner opp for muligheten at japansk kultur beveger seg mot den vestlige kulturelle modellen som er karakterisert av individualisme, autonomi og likhet. Slike forandringer foregår dog ikke over natten, og selv om det kan virke som om Japan har blitt et mer individualistisk land, er det på ingen måte klarhet på hvilke områder forandringer har funnet sted. Japan er ingenting om ikke et tilpasningsdyktig land, og det er som Lebra (1976) skrev lite de tar til seg av eksterne kulturelle aspekter som ikke blir tilpasset deres egen kultur. Alle kulturer er dog i kontinuerlig forandring, og for å få et inntrykk av hvordan Japans kultur forandrer seg så må man også ta for seg de aspektene som ikke forandrer seg. Det kanskje mest karakteristiske ved det japanske samfunn i dag er deres forhold til det daglige arbeid, og dette vil jeg nå ta for meg.

4.2.1 Japansk arbeidsløp.

Skiftet av primærinngruppe er et veldig stort vendepunkt i japanernes liv (Lebra, 1976). Dette er for eksempel overgangen fra familien til skolen, videre til universitetet og til slutt jobben. Her må japaneren tre inn i en ny rolle, og han må finne sin plass blant de andre. Informantene forteller at det blir mer og mer vanlig å studere ved et universitet før man går ut i arbeidslivet i Japan. Det er da veldig viktig for dem å komme inn på store og prestisjefylte universiteter siden det gjerne påvirker hvilke jobber som er tilgjengelige for dem når de er ferdig utdannet i like høy grad som avgangresultatene. Disse universitetene har dog knallharde opptakseksamener, og studentene er nødt til å jobbe veldig hardt for å komme inn. Det finnes ekstraskoler som fokuserer på trening til opptakseksamener, og de beste av disse har sine egne opptakseksamener. Enkelte studenter bruker gjerne flere år på å ta disse eksamenene om igjen for å komme inn, og disse blir omtalt som *rōninstudenter* (Lebra, 1976). En *rōnin* er historisk sett en herreløs *samurai* (kriger) fra Japan under føydalsystemet, og det er et passende navn for japanere som ikke ennå har noe sted å høre til.

Når studentene har kommet inn på universitetet jobber de også veldig hardt for å få gode resultater, særlig på ulike kvalifikasjonstester. Selv om det er mulig for studentene å slappe litt av når de har kommet inn på universitetet, er det fremdeles høye krav til dem som skal gjøre det godt og gå videre med utdannelsen sin. Når utdannelsen er ferdig går studentene over til "jobbegermodus", og dette er som ved inngangseksamen en veldig viktig kryssvei i japanernes liv fordi bedriften de blir ansatt i mest sannsynlig blir jobben deres resten av deres arbeidsdyktige liv. De gode bedriftene å jobbe i er de store, og dette har flere grunner. For det

første er det liten sannsynlighet for at bedriften vil gå konkurs slik at de ansatte står uten jobb. For det andre vil den store bedriften ta vare på sine medarbeidere og deres familie, og for det tredje har store bedrifter sterke fagforeninger. En av informantene forteller av egen erfaring at dersom man blir ansatt i en liten bedrift så er det stor sannsynlighet for at du ender opp med å jobbe mye ubetalt overtid. Ved siden av at det innebærer lite fritid så kan det også gå hardt utover arbeiderens helse, og man har da ingen sterke fagforeninger som tar vare på arbeidernes interesser. For å sikre seg en god start på livet må derfor unge japanere komme seg inn på et bra universitet for å deretter få seg en jobb i en stor bedrift.

En informant forteller at det ikke finnes så mange muligheter for unge japanere å bestemme for seg selv og ta sine egne beslutninger. Hun mener at studenter som går på prestisjefylte universiteter er der fordi de er smarte og kom inn, og ikke fordi de nødvendigvis foretrekker det universitetet fremfor et annet. Hun forteller at nyutdannede studenter derfor ikke vet noen ting om seg selv. De aner ikke hvilke jobber de skal søke på, og søker på de store bedriftene fordi det er det “smarte” å gjøre. På jobbintervjuene tilpasser de seg selv til den arbeideren de tror bedriften vil ansette. Det vil da si at de ikke har et fullstendig selv, eller i det minste ikke en internalisert oppfatning av sitt selv, og søker da etter en identitet hos bedriftene. Lebra (1976) skriver at japanerne er ekstremt kompetitive i disse overgangsfasene i livet, siden de vet at alt kommer til å bli mye bedre for dem dersom de får innpass. Ellers i både skolegang og på jobb er de derimot svært solidariske og samarbeidsvillige. En av informantene forteller at han noen ganger blir for selvsentret og opptatt av studiene til å bry seg om dem som er rundt han. Han sier at han av og til ikke kan være “som en person”, og det illustrerer unntakstilstanden i disse viktige overgangsfasene i japanerens liv. Det er heller ikke tilfeldig at de informantene som fant personlig lykke i egen innsats også befant seg i en av disse overgangsfasene i livet.

4.2.1.1 Typiske japanske bedrifter.

En informant forteller at bedriften han jobber i ikke er som typiske japanske bedrifter. De som jobber i typiske japanske bedrifter mener han har flere forpliktelser til bedriften og mer fokus på grupper enn individer. Han mener at de til tross for dette ikke føler seg så knyttet til hverandre, og at typiske japanske bedrifter av den grunn opplever flere friksjoner. Et annet aspekt av den typiske japanske bedriften er at de ansatte kan flyttes til nye arbeidsstasjoner med andre oppgaver dersom ledelsen tror det vil bedre produktiviteten. De ansatte blir da sett på som ressurser som kan rulleres rundt i bedriften hvor de behøves mest. En av informantene forteller at de ansatte stort sett aksepterer denne forflytningen, og at de ser på det som deres jobb å gjøre alt bedriften befaler. Det er som Lebra (1976) tok opp ikke arbeidsoppgavene

som definerer den japanske arbeideren, men bedriften de jobber i. En informant fortalte om hvordan det var da hun før jobbet i en typisk japansk bedrift. Hun jobbet da som webdesigner, og likte det veldig godt. En dag ble hun imidlertid fortalt av sjefen sin at hun var nødt til å enten skifte jobb eller skifte bedrift å jobbe i. Hun ble da tilbudt en annen stilling i bedriften, men siden den ikke hadde noe med webdesign å gjøre bestemte hun seg for å finne seg en annen bedrift som trengte en webdesigner. Hun forteller at hun ikke angret på avgjørelsen da hun liker sin nye jobb veldig godt, og hun beskriver det som hennes livs viktigste beslutning. Livslange kontrakter innebærer derfor at du alltid er garantert en plass i bedriften, men det betyr ikke at man selv kan bestemme hva man skal jobbe som.

Det er dog ikke bare typiske japanske bedrifter i Japan. Lebra (1976) skriver at til tross for den gigantiske makten og påvirkningskraften store japanske bedrifter har i Japan, så er markedet også levedyktig for mange uavhengige bedrifter. En informant forteller at dersom du liker å reise rundt i verden, så blir du nødt til å starte din egen bedrift. Lebra (1976) skriver at det virker som det er like stor trang hos japanerne å starte for seg selv som å bli ansatt i en stor bedrift og bli tatt vare på, og en annen informant forteller at hun ikke så på det som en stor avgjørelse å starte sin egen bedrift etter utdannelsen. Det var ikke noe hun måtte tenke nøye over da hun så for seg at det eneste andre alternativet var å jobbe i en typisk japansk bedrift, noe hun absolutt ikke hadde lyst til. Hun sier at hun ganske enkelt ikke er en slik person som kan jobbe i slike bedrifter, og at det var helt naturlig for henne å starte for seg selv.

4.2.1.2 Rolleidentitet.

Jobben betyr veldig mye for japanere siden den er en såpass stor del av deres liv. Lebra (1976) argumenterte for at bedriften japaneren jobber i fungerer som en utvidelse av familien hans. En av informantene forteller at selvmordsstatistikken er svært høy i Japan, særlig blant middelaldrende menn, og hun attribuerer det til det japanske arbeidslivet. Hun forteller at de blir deprimerte og tar sine egne liv når de pensjonerer seg fra bedriften de har jobbet i hele livet. Dette er fordi deres venner, nettverk og praktisk talt deres liv lå i bedriften de jobbet i, og de føler derfor en enorm tomhet når de forlater den. Informanten forteller at japanere er veldig opptatt av å bli godtatt av og handle rett i forhold til andre mennesker. Når de pensjonerer seg er det ikke lenger noe referansepunkt eller noen som forteller dem hva de skal gjøre. De blir da plutselig nødt til å ta sine egne avgjørelser, og det er ikke alle som takler dette. Doi (1973) skriver at når japanere mister den verdenen de tilhører, om det er jobben eller familien, så vil det vanligvis føre til at man mister deres selv. Det er også de som tar sine egne liv for å ikke være til bry for sin familie eller sine kollegaer ifølge informanten. Lebra

(1976) argumenterer for at selvmord ikke er noe som tas lett på i Japan, selv om stereotypen kan lede folk til å tro det. Dersom en person har tatt selvmord vil familien mest sannsynlig prøve å dysse det ned eller dekke det til for å unngå skam.

Lebra (1976) argumenterer for at troen på japansk arbeidsmoral har overlevd forandringene etter 2. verdenskrig. Japanere viser stor grad av forpliktelse og engasjement til sin sosiale rolle, og denne rolleforpliktelsen mottar støtte fra den internaliserte arbeidsmoralen i kulturen. For å opprettholde sin status må vedkommende utføre rollen sin godt, men det følger også med en følelse av å høre til og en sterk identifikasjon av felles mål. Jo mer individet identifiserer seg med gruppemålet desto større blir gevinsten ved oppnåelse av gruppemål. Japanere får også en følelse av økt selvværd av å vise at de er sosialt nyttige i gruppen de tilhører. Lebra (1976) argumenterer for at rollen hos japanere kan være så sterk at den blir kjernen av individets selvidentitet, og det innebærer at japanerne i bunn og grunn identifiserer seg med bedriftene de jobber i. I tillegg til rolleforpliktelse er det viktig for japaneren å skifte sin sosiale rolle i henhold til den sosiale situasjonen og mestre et knippe roller. William James (1999:70) skrev at en mann strengt tatt har så mange sosiale selv som det er individer som kjenner ham, men at det i praktisk forstand vil være mer avhengig av hvor mange distinktive grupper av personer som finnes i hans liv hvis meninger betyr noe for ham. Selv om rollen man har i jobben er viktig i Japan, så har man også rolleforpliktelser i forhold til familien og venner.

Japanske arbeidere er kjent for å være et hardtarbeidende. Dette har både med de emosjonelle båndene til bedriften man jobber i og japansk pågangsmot (*gambaru*) å gjøre. Japanske arbeidere jobber hardt for å gjøre sitt beste for bedriften, og dette reflekteres i at japanerne har et eget ord for "død av overarbeid" (*karoshi*). En av informantene forteller at noen japanere alltid vil være best og gjøre en så god jobb som mulig, og at dette er veldig stressende for dem. Pågangsmotet og tendensen til å overarbeide henger sammen med rolleforpliktelsen til bedriften man jobber i. Dersom man derimot ikke finner en bedrift å høre til, så vil man ha vanskeligheter med å etablere en identitet. En informant forteller at han drev fra jobb til jobb i mange år før han fant en bedrift han trivdes i. Han har en veldig bred arbeidserfaring som strekker seg fra italiensk restaurant til kabelselskap, og fortalte at han ofte skiftet jobb fordi han gikk lei av dem. Han hadde stort sett jobbet i små bedrifter, og vært nødt til å jobbe mye overtid, til sammen gjerne tolv timer seks dager i uka. Det er de store bedriftene som gir trygghet og en følelse av å høre til, men de krever på sin side at de ansatte er ekstremt forpliktet til sin rolle i bedriften.

4.2.2 Japan som åpen.

En informant forteller at Japan har åpnet seg mye opp for resten av verden i løpet av de siste ti årene. Det har dog gått så gradvis og glatt at man nesten ikke legger merke til forandringen dersom man bor der. Han forteller at han for ti år siden stort sett bare så amerikanere i Tokyo i tillegg til japanere, men nå har koreanere, kinesere, franskmenn, og mange forskjellige andre utlendinger også blitt en del av byen. Dette mener han også har påvirket japanerne da de for ti år siden pleide å stirre på alle amerikanere de så, mens de nå er så et vanlig syn dem at ikke engang barn stirrer. Det er fremdeles en kraftig overvekt av japanere i byen, men særlig folk fra andre østasiatiske land har blitt mer synlig i bybildet. Tokyo er det nærmeste Japan kommer en multikulturell by, i alle fall i informantenes øyne, men den har langt igjen for å bli like internasjonal som New York.

En annen informant forteller at hun tror typiske japanere fremdeles er høflige, sjenerte og skjuler sine følelser for andre mennesker, men at dette er i ferd med å endres. Hun tror at japanere generelt i det siste beveger seg mot økt selvtuttrykking og mer individualisme, og ser for seg at denne trenden har med påvirkningen fra amerikansk kultur å gjøre. En annen informant legger vekt på at japanere i det siste har blitt nødt til å samhandle med mennesker fra andre land. Siden de ikke er vant til dette fremstår de gjerne som sjenerte, og han føler at japanerne noen ganger bør være mer aggressive og sikre på seg selv. Han selv føler at Japan har et veldig godt verdssystem og en sterk identitet som japanere, og at de da har ingenting å være sjenerte for, særlig ikke ovenfor utlendinger.

En annen informant mener derimot at japanere har mistet sin identitet i de siste årene. Som konsekvens av dette mener han at særlig yngre japanere ikke vet hva de vil gjøre med livet, og at de har vanskelig for å sette opp noen fremtidsplaner. De er i en situasjon hvor de både har for mange og for få muligheter for å velge hva de vil gjøre. Dette mener han er fordi at ingen nyutdannede studenter har lyst til å jobbe i en typisk japansk bedrift med lange arbeidstider og dårlig arbeidsmiljø. De har sett foreldrene sine jobbe slik og nå som mer og mer vestlig kultur preger Japan, så ser de etter andre måter å leve livet på. De vet derfor ikke hva de vil, men de vet hva de *ikke* vil. Han forteller også at selv japanske bedrifter har begynt å gi slipp på livslange arbeidskontrakter, og han synes det er på tide siden ingen andre land i verden ansetter folk for resten av livet lenger. En annen informant forteller at selv om bedriften japanere jobber i vanligvis er veldig viktig for dem, så er det ikke slik for henne. Hun føler seg forpliktet i forhold til sine klienter og jobben hun gjør, men ikke til bedriften hun jobber i. Dette kan reflektere den forandrende arbeidskulturen i Japan, men det er

fremdeles mange som følger det tradisjonelle arbeidsløpet selv om det har begynt å miste sin kraft som samfunnsinstitusjon.

En annen ting som kjennetegner Japan i forandring i dag er økt pessimisme. Flere av informantene forteller at de tror at Japan som nasjon nå er på vei ned igjen etter de nådde sitt høydepunkt for utvikling og økonomisk velstand like før årtusenskiftet. En av dem forteller at han tror det japanske samfunn og økonomi vil styrte ned på grunn av finanskrisen, mens en annen forteller at utviklingen av Japan vil stagnere på grunn av gjeld til andre land. Dette er en innstilling som har kommet med det siste generasjonsskiftet. En informant mener at eldre japanere i femti-sekstiårene har stor tillit til Japan og landets fremtid, fordi industrien var så sterk den gang de begynte å jobbe. Nå har derimot ikke veldig mange, og da særlig unge, tillit til Japan. Han utdyper at pessimismen ikke bare er økonomisk og utviklingsmessig, og at japanere kan ha håp om at de vil utmerke seg internasjonalt i sport, men at veldig få faktisk tror på det. Det samme mener han er tilfellet med japanske bilmerker som Toyota og Honda. Japanere forventer ikke lenger å være nummer én.

Et Japan i stadig forandring produserer dog ikke bare negative konsekvenser, og en informant forteller at også reisetrender i Japan har forandret seg mye i løpet av de siste tiår. Før var det svært dyrt å reise ut av landet, mens det nå er billigere enn å reise innlands. Dette er et tegn på at verden har åpnet seg opp for Japan, og det er mye vanligere for japanere å besøke andre land. Dette er dog heller ikke noe som forandrer seg fort. Informanten forteller at Hawaii fremdeles er det mest populære reisemålet for japanere, særlig når de skal på ferie. Hun sier at det er slik at hvis man nevner at man skal ut å reise, så tror de fleste at man mener at man skal til Hawaii. Det er mange grunner til at japanerne foretrekker Hawaii som reisemål, og det er knyttet til at de fremdeles ikke er helt komfortable med å forlate det kjente og vante. Informanten forteller at Hawaii er populært blant japanere fordi det er kort vei å reise med fly, det er rent der, de fleste forstår japansk, og de har japanske bøker og menyer der.

4.2.3 Japanske kvinner.

Familieinstitusjonen har en solid plass i japansk kultur, men det er aspekter av den som også er i forandring. Særlig gjelder dette for kvinnes rolle i familien. Benedict (1946) skrev at hierarki basert på kjønn, generasjon og førstefødselsrett var viktig i japansk familieliv, og at dette blir symbolisert gjennom bukking til den av høyere rang. Kvinnen bukket til mannen, barnet bukket til faren, yngre brødre bukket til eldre brødre, og søsteren bukket til alle sine brødre uavhengig av alder. Benedict (1946) bemerket seg at til tross for at kvinnene i Japan hadde lavere status enn menn, så var de ikke så undertrykte som i enkelte andre asiatiske land.

Kvinnen hadde ansvar for store deler av husholdningen og handlet bl. a. inn dagligvarer med familiens midler. Moren i huset var sjef over tjenerne, og hun hadde mye hun skulle ha sagt om hennes barns giftemål. Dersom hun er svigermor i huset styrer hun husholdet med en stødig hånd, som om hun aldri har vært underdanig halve sitt liv. Selv om faren eller den eldste sønnen i huset har høyest status, har de ikke ubetinget autoritet. De må opptre ansvarlig for husets æres skyld, og ta mange tunge avgjørelser på vegne av familien. Hierarkiet kan da ses på mer i forhold til at alle har sin sosiale rolle å fylle i familien i stedet for at menn er mer verdt enn kvinner, men det betyr ikke at noen japanere ikke tenker og handler ut i fra denne forestillingen.

Det er mange år siden Benedict (1946) observerte japansk familieliv, og kvinnenens sosiale rolle har forandret siden den gang. En av informantene forteller at det før ikke var vanlig for kvinner å arbeide etter de hadde giftet seg, og at man ikke skal lenger enn ti år bak i tid før de fleste var hjemme og passet på familien mens mannen var på jobb. En annen informant forteller at kvinner i dag ikke føler det samme presset inn i det typiske japanske arbeidsløpet som menn gjør. Kvinner har da lengre tid enn men på å bestemme seg for hva de vil gjøre med livet sitt, men for dem står valget mellom å jobbe eller ta vare på familie og barn. En annen informant igjen forteller at hennes mål i livet er å få en god familie. Hun legger til at hun ikke er sikker om hun skal fortsette å jobbe eller ikke når hun en gang gifter seg, men at det er noe hun har veldig lyst til. Dette er et punkt hvor rigide rammer av kulturelle tradisjoner har løsnet opp, og dagens kvinner i Japan prøver seg frem med de nye mulighetene de blir tilbudt. Kvinner føler et normativt press til å følge vante kulturelle mønstre, men disse skiller seg mye fra de mønstrene mennene er forventet å følge.

Kjønn har ikke ofte blitt koblet til krysskulturell forskning, men Cross og Madson (1997) brukte Markus og Kitayamas (1991) uavhengig-gjensidig avhengighetsskala for å påvise forskjeller i selv mellom menn og kvinner. De kom fram til at kvinners selv var mer gjensidig avhengige mens menns selv var mer uavhengige, i alle fall i vestlige samfunn. Guimond, Chatard, Marinot, Crisp og Redersdorff (2006) fant at kvinner definerer seg selv i høyere grad av relasjonell gjensidig avhengighet enn menn, og at menn definerer seg i høyere grad av uavhengighet som agent enn kvinner. De fant også at dette kjønns skillet ble betraktelig redusert når de sammenlignet seg selv innenfor sin egen kjønnsgruppe, og skillet ble enda større når de sammenlignet seg med den andre kjønnsgruppen. De argumenterer for at man benytter seg av kjønns spesifikke stereotyper når man sammenligner seg med motsatt kjønn, og at kjønnsforskjeller i selv ikke er så betydelige som tidligere antatt. Kashima et al. (1995) fant at kjønn og kulturell variasjon i selv ikke hadde så mye med hverandre å gjøre,

særlig ikke i Øst-Asia, og det er da mer de sosiale rollene i Japan som dikterer kvinnes kulturelle mønstre.

En informant forteller at hennes to brødre har flyttet ut av familiehjemmet for å bo i storbyen. Dette har de hatt anledning til fordi det er gitt at det er hennes ansvar å ta vare på sine foreldre fordi hun er kvinne, til tross for at hun er det midterste barnet. Hun forteller at de fleste gutter i Japan ikke er interessert i å passe på foreldrene, og hun har ikke protestert fordi hun føler at *noen* må gjøre det. Hun synes det imidlertid det er trist at ansvaret naturlig faller på henne siden hun er jente. Da hun ble spurt om sine mål i livet var hennes første respons at det viktigste for henne akkurat nå var å ta vare på sine foreldre, og at hun ikke hadde anledning til å tenke på seg selv. Hun er da i en situasjon hvor hun ikke har noe annet valg enn å følge kulturens mønstre.

Det er i dag mange flere japanske kvinner enn før som ikke vil ha barn eller vil ha barn senere i livet for å kunne skaffe seg en karriere og leve sitt eget liv. En informant forteller at hun ble deprimert og trist da hun var gravid med sin første sønn. Dette ble hun fordi hun så på barn som begrensende for den friheten hun ville ha med jobben og livet sitt. Hennes mann ville at hun skulle slutte å jobbe og bli mor på heltid, men hun nektet og fikk til slutt overtalt ektemannen til å la henne jobbe. Hun mener at han i etterkant er glad for at han lot seg overtale, siden hun ble så lykkelig for å kunne fortsette å jobbe. En annen informant fant ut at hun ikke liker den japanske måten å gjøre ting på etter å ha bodd i USA. Hun forteller om en gang skulle spise middag sammen med sin sjef og sine kollegaer i sammenheng med deltidsjobben hun hadde. På denne middagen var det også en amerikansk besøkende og hun følte at hele situasjonen var ubehagelig fordi hennes japanske sjef tok for gitt at hun, som eneste kvinne tilstede, skulle skjenke sake. Hun forteller at det i Japan er tradisjon at kvinnen serverer til mennene. Siden det kun var en deltidsjobb så bestemte hun seg for å ikke gjøre det på tross. Dette ble ikke verbalt bemerket på, og den amerikanske gjesten merket nok ingenting av det som skjedde, men at hun ikke gjorde det som var forventet av henne påvirket stemningen for japanerne i rommet. Hun forteller at hun tenkte at mennene i USA ville sloss om å skjenke sake til den eneste kvinnen tilstede, for der visste de hvordan de skulle være "gentlemen". I Japan er derimot en kvinne som skjenker sake sett på som attraktiv for mennene, og det viser at hun er et flott koneemne. Dette gjør nok slike kulturelle normer og mønstre vanskelig å unngå, da man har mye å tape på å ikke følge dem. Det er nok lettere for både kvinner og menn å gå bort fra det løpet kulturen legger fram foran dem hvis de har kunnskap om andre kulturers levesett, og dette vil neste seksjon ta seg av.

4.3 Japanske Selv i Utlandet

Doi (1973) skriver at japanere har en tendens til å ignorere fremmedes verden, om det er kulturer eller trender, men han legger vekt på at det er ikke på grunn av mangel på interesse. De holder derimot et godt øye med alt som foregår i verden utenfor Japan, og dersom det ikke kan ignoreres assimilerer de det inn i sin egen kultur. Veldig mange av informantene fortalte at de var glade i å reise og lære om forskjellige land og kulturer. En av informantene forteller at hun reiste helt alene til Australia fordi hun gjerne ville oppleve et annet land, og hun var mest interessert i å se hvordan kulturen skilte seg fra Japans kultur. Hun kunne dog ikke snakke engelsk og var i utgangspunktet veldig redd for å reise, men nysgjerrigheten tok overhånd til slutt. Hun forteller at hele turen og opplevelsen var veldig morsom, hun fikk mye selvtillit av å reise og har siden aldri vært redd for å besøke et fremmed land. Til tross for stor interesse er japanerne flest forsiktige med å tilnærme seg andre kulturer, og dette reflekteres i deres atferd rundt utlendinger.

4.3.1 Utlendinger.

Japanere oppfører seg veldig sjenerte og underlegne når de er i kontakt med utlendinger, og Doi (1973) mener at dette kommer av at ønsket om å bli akseptert kombineres med frykten for å ikke bli akseptert. En av informantene forteller at hun har inntrykk av at folk fra andre land anser japanere som vennlige, mens hun selv tror de bare er for sjenerte til å oppføre seg annerledes. Hun forteller videre at japanere flest ikke er vant til utlendinger, men at de veldig gjerne vil bli kjent med folk fra andre kulturer. En annen informant forteller at hun er veldig interessert i geografi og ble veldig glad og entusiastisk da hun for første gang møtte en utlending. Det å ha interesse for det som ikke er japansk innebærer dog ikke at japanerne ser på det utenlandske med de samme øynene som de bruker på det japanske.

Som outsiderobservatør i Japan fikk jeg inntrykk av hvordan japanerne oppførte seg ovenfor utlendinger i sitt eget land, og jeg kunne sammenligne det med hvordan de oppførte seg mot hverandre. En ting som jeg lærte av å bo i Tokyo var at det japanske ordet for utlending, *gaijin*, hadde større betydning enn bare det at jeg ikke opprinnelig kom fra Japan. Det ble ofte sagt med et megetsigende blick, og hadde også den underforståtte meningen “ikke som oss” i sosiale situasjoner. Det innebar dog ikke at jeg følte at jeg ble ekskludert, men det ga en visshet om at jeg aldri ville bli en av dem. En amerikansk guide fortalte at han følte at han til det daglige ble dømt av japanerne rundt han fordi han ikke fullstendig passet inn i Japan med sin klossete sosiale atferd. Jeg opplevde derimot japanerne som veldig tilgivende for de sosiale flausene jeg begikk, men det var alltid med en risting på hodet som sa “han er *gaijin*, han vet ikke bedre”. Det innebærer ikke at japanere nødvendigvis er negativt

innstilt til utlendinger, men at skillet mellom “dem og oss” er sterkere på grunn av vidt forskjellig sosial atferd i tillegg til det klare utseendemessige skillet. Guidene mine kunne fortelle meg at selv andre østasiater blir behandlet på vidt forskjellige måter enn japanere, og særlig hvis de ikke har bodd der lenge. En av informantene forteller at det er veldig vanskelig for utlendinger å få seg jobb i Japan, og at årsaken til dette er at typiske japanske bedrifter ikke er klare for å ansette utlendinger.

En informant forteller at hun opplevde et vendepunkt i livet sitt etter at hun hadde vært i England på skoletur. Hun skulle da bo hos en vertsfamilie, og gledet seg veldig til å bli kjent med engelskmenn. Hun ble imidlertid veldig skuffet da hun fant ut at de hun skulle bo hos var fra Sri Lanka. Hun legger til at hun, og de fleste japanere, da så på engelskmenn som hvite, og at dette kolliderte kraftig med hennes forutanelser. Hun forteller at hun nå skammer over denne holdningen. Hun opplevde også at oppholdet ble helt annerledes enn det hun hadde forventet seg. Hun bodde der i tre uker og følte hele tiden at det ikke var mulig å kommunisere med de hun bodde hos. De gikk rett og slett ikke overens, og hun følte at de ikke var interessert i å forstå henne i det hele tatt. Da hun prøvde å lette stemningen ved tilby dem japansk mat så takket de nei, og til hennes store forferdelse så smakte de ikke en gang på maten. Hun forteller at hun følte seg ulykkelig under oppholdet, og at hun begynte å hate folk fra Sri Lanka. Etter at hun kom hjem til Japan og fikk ristet av seg skuffelsen begynte hun imidlertid å innse at det hadde vært like mye hennes feil som deres at hun ikke kunne kommunisere med sin vertsfamilie. Hun innså da at hun ikke hadde forsøkt å forstå dem og deres situasjon, og ikke gitt dem muligheten til å gjøre det til et hyggelig opphold for begge parter. Hun forteller at hun tror det var mest fordi de ikke var slik hun hadde forventet at hun oppførte seg innesluttet og vanskelig. Etter denne erfaringen bestemte hun seg for å bli mer åpen og forståelsesfull ovenfor andre mennesker, spesielt de fra andre kulturer, og bestemte seg for å lære engelsk skikkelig for å forbedre sine kommunikasjonsferdigheter.

En annen informant forteller at de fleste japanere ser på utlendinger som noen raringer, og at han ikke tror at japaneres innstilling til utlendinger vil forandre seg. Han mener at selv om japanere kan gi inntrykk av å være vennlige og ta i mot utlendinger med åpne armer, så tenker de hele tiden i sitt stille sinn: “Gå vekk!” Man kan se i media hvor vennlig Japan er på lik linje med andre asiatiske land, men han mener at hva folk generelt tenker er fullstendig motsatt, og at dette er spesielt tydelig når det kommer til Japans innvandringspolitikk. Informanten forteller at regjeringen vil slippe folk inn i landet mens folket sier nei. Det japanske folket har i følge han sett hva som har skjedd med innvandring i Tyskland, de har fått med seg innvandringsproblemene i USA, og har derfor ingen lyst til å gå i den samme

fallen. Man kjenner dem ikke, og det er i følge informanten derfor man ikke bør slippe innvandrere inn i Japan.

4.3.2 Typisk japansk.

Den typiske japaner har blitt forsøkt kartlagt av mange forskere, og det er denne som Markus og Kitayama (1991) hadde som utgangspunkt da de kom med modellen om det gjensidig avhengige selv. Hvor vidt den typiske japaner eksisterer i Japan i dag er ikke så viktig siden den er personifisering av gjennomsnittet og fellestrekkene til det japanske folk.

Informantene forteller at det typiske ved japanere er at de er sjenerte, høflige, stolte, ryddige, presise, kollektivistiske, og trangsynte. De er både redde for å ta utfordringer og å bli avstøtt fra andre, og de tilpasser seg sine omgivelser. Dette passer veldig godt overens med den japanske stereotypen, og det viser at den typiske japaner virkelig eksisterer for japanere. Mesteparten av informantene fortalte at de skilte seg fra typiske japanere, ved at det var enkelte av de overnevnte kvalitetene de ikke assosierte med seg selv. Andre informanter sa at de så på seg selv som halvveis typiske japanere fordi de var litt sjenerte.

Det er viktig å få med at informantenes karakterisering av den typiske japaner ikke nødvendigvis representerer hvordan japanere generelt er. Det forventes ikke å kunne generalisere fra informantenes uttalelser, men det er interessant at så få anser seg som typiske japanere. Deres syn på hvordan de fleste japanere er kan representere stereotypen som japanere har på seg selv, og det hadde vært interessant å finne ut i hvilken grad dette kun er et kulturelt ideal som japanere tror på og hvor mange som faktisk er slik. Mange studier har kartlagt japansk kollektivism og tendens mot gjensidig avhengighet. Det er dog fremdeles mange aspekter av japanere som er antatt men ikke formelt kartlagt. Konteksten japanere opererer i har stor betydning for deres psykologiske karakteristikk. Japan har en veldig variert kultur og den inneholder alt fra enkel landsbygd til travel metropol. Jeg fikk med mine observasjoner og intervjuer skaffet meg et inntrykk av Tokyo og Beppu, men de er langt fra fullstendige. I de neste seksjonene vil jeg ta for meg de aspektene ved japansk kultur som det er sannsynlig at vil påvirke individene som bor i Tokyo. Det er verdt å merke seg at mange aspekter av Tokyo er ikke er unike, men heller ekstreme eller mer beskjedne varianter av byliv som finnes overalt i verden.

4.3.2.1 Mellommenneskelige avstander.

Yamaguchi et al. (2004) fant at regionale byer la større vekt på kollektive selv enn de fra metropoler, og den mest åpenbare årsaken til dette er at det er veldig mange mennesker som lever tett oppå hverandre i de sistnevnte. En av informantene beskriver Tokyo som et veldig

travelt sted. Hun mener at det er et fint sted å besøke og shoppe i en gang i blant, men at hun ikke kunne tenke seg å bo der. En annen informant forteller at folkemassene i Tokyo stresset henne det første året hun bodde der, men at hun siden klarte å venne seg til det. Det er dog bare i enkelte bydeler av Tokyo og på bestemte tidspunkter at det er ekstremt mange mennesker på en gang. Det er da stort sett de som reiser til og fra jobb som opplever presset fra andre mennesker i rushtiden, men enkelte shoppingstrøk er travle dagen lang. I følge informantene skaper dette paradoksalt nok større distanse mellom individene i Tokyo i forhold til landsbygda.

En av informantene forteller at de som bor i Tokyo gjerne har en veldig isolert karakter, mens de som bor på landet er mer følelsesrike og bryr seg mer om hverandre. Slikt sett mener informanten at de på landsbygda er mer typisk japanske enn de som bor i Tokyo. Hun utdyper dette med at folk på toget i Tokyo aldri snakker med sidemannen dersom de ikke kjenner dem, mens de på landsbygda er mer vennlige og liker å kommunisere med fremmede. En annen informant beskriver dette med at folk i Tokyo har en barriere rundt seg når de ferdes i byen. Siden det er så mange mennesker i Tokyo så er denne private sfæren mer mental enn fysisk, men folk er likevel veldig forsiktige med å ikke invadere andres personlige boble. Dette kan illustreres med en full t-banevogn. Man kan stå fullstendig inntil hverandre og ha kroppskontakt uten problemer, da dette av og til er nødvendig i enkelte situasjoner i Tokyo. Det anses imidlertid som invaderende dersom en skulle opprette øyekontakt med noen andre medpassasjerer, hvis det da ikke er bekjente eller venner. En av informantene forteller at det noen ganger føles som om hun er helt alene i en fullpakket t-banevogn i rushtiden om morgenen. En annen informant sier at japanere er som "roboter" når de skal til eller fra jobb i Tokyo. Alle står eller sitter stille, og stirrer enten rett frem eller på mobiltelefonene sine. Denne effekten blir enda sterkere av at nesten alle kontorarbeidere i Tokyo går helt likt kledd. Det er da nærliggende å omtale t-banereising i Tokyo som en usosial situasjon fremfor en sosial situasjon, med mindre man reiser sammen med bekjente.

Doi (1973) skriver at japanerne i tillegg til inngruppen og utgruppen har en kategori mennesker som man ikke har noen som helst kobling til. Disse totalt fremmede omtales som *tanin* og behandles med kald likegyldighet. Doi (1973) ser på japanernes likegyldighet til fremmede som en naturlig forsvarsstrategi, for å avskrekke motparten eller eliminere den opplevde trusselen. En av informantene forteller at det er viktig å holde en komfortabel avstand fra andre mennesker. Man kjenner dem ikke, og da er det heller ingen vits i å komme i kontakt med dem. Dette er dog ikke fiendtlighet, for det handler også om å ikke komme i veien for andre mennesker. Tokyo på sitt travleste er veldig kollektivt fokusert. Folk gir

hverandre plass og passer på å ikke være i veien for hverandre, og de bukker og smiler for den minste anstrengelse av tilretteleggelse fra andres side. Som outsider i Japan følte jeg også det kulturelle presset på forskjellige områder for atferd, og det tok ikke lang tid før jeg impulsivt tilpasset meg andre mennesker i “usosiale” situasjoner i Japan.

4.3.2.2 Avveksling.

Når man bor i en metropol som Tokyo blant mange mennesker og lys, så er det ikke rart at japanerne setter pris avslapping og rekreasjon. En av informantene er veldig glad i storbyer og har bodd i både Tokyo og New York. Hun forteller at hun føler seg veldig komfortabel på slike steder, men at hun også liker å være på stranden eller andre rolige steder en gang i blant. En annen informant forteller at han er veldig travel og er svært glad når han har tid til å bare slappe av og kose seg. Han gjør dette ved å reise alene ut på landet på motorsykel, og det hender at han da overnatter under åpen himmel et sted på turen. Selv de som liker å bo i byen har et behov for å komme seg ut i naturen av og til. Det er da ikke bare et skifte av omgivelser som er formålet, men også å komme seg bort fra andre mennesker. En informant forteller at hun setter pris på å være for seg selv. Hun føler at hun alltid er sammen med andre mennesker både på jobb og når hun er hjemme, og nyter enhver form for alenetid. Hun blir derfor veldig glad når hun blir bedt om å dra på forretningsreise, da hun får anledning til å være fullstendig for seg selv på et hotellrom. Hun forteller at hun er glad i jobben sin, men at hun alltid er travel. Når hun da endelig får litt fritid benytter hun den til å tenke på ting hun ikke ellers får tenkt på. Hun fantaserer da fritt, og tenker verken på jobben eller familien.

Lebra (1976) skriver at japanere finner sin individualitet i selvrefleksjon, noe som kun kan nytes isolert fra andre mennesker. Hun skriver at japanerne kan bruke introspeksjon for å fjerne de indre forurensningene som skygger for det “sanne” selvet. Hun beskriver dette som “mental eksorsisme”, og den er ment for å utrydde indre spenninger og frustrasjon som finnes i personen. Særlig i en travel hverdag kan japanerne ha behov for å “rense sinnet”, og det forklarer hvorfor lange, avslappende bad i naturlige varme kilder (*onsen*) er så populært i Japan. Å ha et rent selv er viktig for japanere, og Lebra (1976) skriver at selvidentiteten til en japaner kan komme fra tilliten til hans indre selvs renhet. Dette innebærer at en japaner vil ha høy grad av selvtillit dersom han ofte tar seg tid til å fjerne seg fra andre mennesker og reflektere over seg selv. En med et rent selv er kjennetegnet av å være oppriktig, uselvisk og altruistisk, og dette reflekterer japansk kulturs kjerneverdier (Lebra, 1976).

4.3.3 Forandring i utlandet.

Å oppleve en kultur som er vidt forskjellig fra ens egen kan ha stor innvirkning på en person. Man kan lære nye måter å samhandle på, erfare nye sosiale situasjoner, og få nye perspektiv på ens egen kultur. Særlig Japan som har vært relativt isolert over lang tid har utviklet et homogent samfunn fordi individene har vært spart for mye ekstern stimuli fra andre kulturer. Da Japan åpnet seg opp, eller da verden åpnet seg opp for Japan, så begynte det japanske folk å forandre seg. Denne forandringen har dog ikke foregått i samme tempo på alle aspekter av kulturen, og det er ikke klarhet i hvilke tradisjonelle institusjoner som fremdeles står og påvirker individene. Kitayama et al. (1997) fant at tendensen til selvkritikk var svakere blant japanere som bodde i USA enn hos japanerne i Japan. Dette mener de kan reflektere at førstnevnte gruppe kan ha oppnådd en grad av akkulturasjon under oppholdet.

En overvekt av informantene fortalte at de ikke var som typiske japanere fordi de hadde vært i utlandet. De mente at de som aldri har forlatt Japan er mer typisk japanske enn de som har tilbrakt tid i utlandet. De som har hatt kontakt med utlendinger i skolesammenheng eller har utenlandske venner er også mindre typisk japanske enn de som kun har hatt med japanere å gjøre i sitt liv. Det vil si at jo mer kontakt man har med fremmede kulturer desto mindre typisk japansk er man. En årsak til dette er at japanerne internaliserer den nye erfaringen de gjør seg i utlandet og utvikler deler av sitt selv i forhold til den fremmede konteksten. Det innebærer ikke nødvendigvis at nye selvskjema kommer i konflikt med de gamle, men at man får flere perspektiver på ting som man kanskje bare hadde det kulturelt sosialiserte perspektivet på fra før. En annen årsak har med japanernes isolerte vesen å gjøre. De har en tendens til å holde seg til sin egen gruppe og stort sett forholde seg til det kjente og vante. Når de blir utsatt for svært fremmed kultur vil det kanskje påvirke dem sterkere enn det vil andre mennesker. Disse årsakene ekskluderer ikke hverandre, og det kan vise seg å være en interessant basis for videre forskning.

Hvilke konkrete aspekter av det japanske selvet som forandres i utlandet kommer klarest frem hos informantene som hadde kommet hjem etter at de hadde gått på videregående skole i USA. Fellesnevneren er at de føler at de har blitt mindre sjenerte og mer sosiale, og de forteller at de på den måten har blitt mer "åpne" enn typiske japanere som er kjent for å være "lukkede". Denne åpenheten kan kobles til å ha et åpent sinn, og å være villig til å slippe andre mennesker inn på deg. Det innebærer dog ikke at man ikke kan få innpass i lukkede japanske grupper. En av informantene forteller at japanere generelt er veldig snille og hjelpsomme når de først åpner seg opp for deg. Han legger vekt på at man må ta seg god tid i begynnelsen av bekjentskap med japanere og bli fortrolig med dem før man får komme inn på

dem. Han kobler dette til at Japan som land er omringet av hav, og at dette gjør japanere mistroiske til folk de ikke kjenner. Japanere er derfor svært forsiktig med det ukjente. De tar seg god tid til å undersøke og reflektere grundig over det ukjente, men når de først har bestemt at det er noe positivt er de svært inkluderende. En annen informant forteller at det japanske samfunnet er lukket for folk fra andre land, men hvis man klarer å “slå ned veggen” som finnes rundt japanske grupper, så vil man finne veldig snille og gode mennesker.

En av informantene forteller at det var en veldig stor avgjørelse for henne å gå på skole i USA. Hun forteller at hun før ikke hadde sine egne meninger om ting og alltid lånte sin mors mening. Hennes mor var veldig autoritativ og ville alltid ha en finger med i hennes avgjørelser, og hun ville ikke at hennes datter skulle reise til USA på egen hånd. Moren mente at hun oppførte seg ansvarsløst og forhastet, og at en utdannelse i USA ikke var verdt noe. Informanten forteller at hun da ikke klarte å skille sin identitet fra sin mors, og hadde et behov for å bryte seg fri fra henne. Hun hadde i utgangspunktet ikke lyst til å flytte til USA, men hun følte så sterkt at hun hadde måtte komme seg bort at hun søkte på skolen uten morens tillatelse. Hun forteller at hun hadde lettere for å tenke på egen hånd og ta selvstendige avgjørelser etter at hun ble skilt fra sin mor. Hun medgir at hun fremdeles har en tendens til å ta andres meninger, men mener fast at hun har blitt mer selvstendig av å ha bodd i USA. Den største påvirkningskraften var hennes romvenninne fra Singapore, som hele tiden oppfordret henne til å ytre sin egen mening i sosiale situasjoner. Informanten tror at romvenninnen fikk henne til å bli mer ærlig og mindre redd for å komme i konflikt med vennene sine. Hun forteller også at hun lærte å få venner på reisen, og hun tror det var veldig bra for henne som person. Da hun kom tilbake til Japan etter fire år i USA, opplevde hun det som veldig stressende å måtte bo med sin mor igjen. Etter kun en måned bestemte hun seg for å flytte ut og heller bo hos sin søster, som hun også betrakter som sin beste venn. Hun føler at hun nå har en behagelig avstand mellom seg selv og sin mor, og at forholdet mellom dem er blitt mye bedre.

En annen informant sier at japanere som har tilbrakt tid utlands både tenker, uttrykker og oppfører seg annerledes enn japanere som aldri har forlatt Japan. Han mener at de er mer amerikaniserte eller mer vestliggjort, noe som innebærer at man får en tendens til å prioritere seg selv foran sine venner. Japanere blir da mer individualistiske av å reise ut av Japan, men det betyr ikke nødvendigvis at deres atferd radikalt forandrer seg når de kommer tilbake til hjemlandet. Informantene forteller at til tross for at de har forandret seg i løpet av oppholdet, så føler de fremdeles at det er enkelte måter man ikke oppfører seg på i Japan selv om de fant det veldig befriende i USA. Japanerne mister ikke sin sensitivitet til sosiale kontekster bare

fordi de uttrykker seg friere i USA eller med amerikanske venner i Japan. Faktisk kan denne situasjonsbestemte atferden indikere at de fremdeles handler slik det er forventet av dem i den sosiale situasjonen. Ved å bli utsatt for nye typer sosial stimuli utvikles det nye selvskjema og de får et bredere spekter av sosiale situasjoner å beherske. Dette kan kobles til at japanernes *honne* blir forandret, mens deres *tatemae* fremdeles oppfører seg i følge den aktuelle kulturen og de sosiale normene. Det er da ikke enkelt å vite hvordan japanernes selv forandrer seg i utlandet siden deres uttrykk for det er sosialt betinget. Jeg synes dog ikke det er feilaktig å anta at en forandring eller utvikling finner sted, siden japanerne er tilpasningsdyktige og lett tar til seg nye ting.

5 Diskusjon

Denne delen vil ta for seg videre tolkning av resultatene i sammenheng med hovedteoriene i oppgaven. Selv om japansk kultur er spesiell så innebærer ikke det at den er fullstendig unik, og dette ser man også hos individene. Mange aspekter av det japanske selvet gjenspeiler det vestlige, og det er mange likhetstrekk både når det kommer til tenkemåter og atferd.

Japanerne utmerker seg dog når det kommer til fokus på grupper, sensitivitet til den sosiale situasjonen, og tilpasning til omgivelsene, da disse kvalitetene blir mer lagt vekt på og satt pris på i Japan enn i vestlige samfunn. Diskusjonens hovedtemaer er det japanske selvet og japansk selvtillit, men jeg vil også til slutt gå innom hvilke konsekvenser den tilsynelatende individualiseringen av Japan kan ha for kulturen og individene.

5.1 Det Japanske Selvet

Markus og Kitayamas (1991) teori om uavhengige og gjensidig avhengige selv er som dimensjonen individualisme-kollektivismen en dikotomisk skala som forklarer krysskulturelle forskjeller i sosial atferd. Den fokuserer på forholdet mellom selvet og andre mennesker, og at det er noe iboende i japansk kultur som fører individene mot handlinger basert på gjensidig avhengighet, på samme måte som det er noe iboende i amerikansk kultur som fører individene mot atferd basert på uavhengighet. At selvet for japanere er gjensidig avhengig innebærer at andre mennesker er en integrert del av selvet, og på den måten er det problematisk å si at japanerne prioriterer gruppen foran seg selv når andre mennesker allerede er en del av deres selvdefinisjon (Bærland, 2010). Dette innebærer at det japanske selvet ikke er fullstendig uten andre mennesker, og dette behovet for å høre til styrer japanernes liv. Mye tyder på at japansk kultur er karakterisert av gjensidig avhengighet. Særlig oppførselen i grupper og

gruppeatferden er preget av at alle medlemmene er en del av noe større og bidrar sammen til felleskapets beste.

5.1.1 Den japanske gruppen.

Selv i Øst-Asia blir japanere sett på som ekstreme med å skjule sine meninger og ofre seg for den sosiale gruppen skyld. Nisbett (2003) skriver at japanere kan ligne mye på kineserne, men at de legger mindre vekt på den umiddelbare familien og mer på forpliktelse og engasjement i forhold til bedriften de jobber i. Selv om både kinesere og japanere er forventet å være konforme og tre varsomt gjennom livet, så kan kineserne plages av dette i lengden, mens japanerne kan sette pris på det. Et annet stort skille Nisbett (2003) tar opp er at når det kommer til uttrykkelse av meninger og følelser så blir kinesere begrenset av autoriteter mens japanere stort sett blir begrenset av sine likemenn. For japanere er inngruppen den nærmeste referansegruppen for sosial atferd. Resultatene viser at det er opp til den enkelte hvor vidt kollektivet oppleves som hemmende for individet. Noen informanter forteller at de ikke føler seg frie i Japan på grunn av den stramme fasaden de må opprettholde, mens andre synes at den japanske formen for kommunikasjon er positiv og hyggelig for alle parter.

5.1.1.1 Tilbakeholdelse av selvet.

Normer for skjuling av emosjoner er til for å smøre sosial interaksjon (Matsumoto, Yoo & Fontaine, 2008). Normer reduserer tvetydigheten i situasjoner, og på den måten opprettholder de sosial orden. De maksimerer gruppens funksjon og effektivitet gitt en spesifikk situasjonell kontekst og økologi, og øker gruppens potensial for overlevelse. Resultatene har gitt et inntrykk av hva det innebærer for japanerne å skjule sine følelser og meninger. Først og fremst skjuler de ikke alle sine følelser til enhver tid, og det er mange situasjoner hvor japanere viser ekstreme uttrykk for følelser. Dette vil først og fremst være i samspill med inngruppen, og helst i en arena hvor følelsesuttrykking er en del av normen. Karaoke er et godt eksempel på dette, og det er også en av de mest populære fritidsaktivitetene i Japan. Det er en sosial sammenkomst hvor de er sammen med sine nærmeste venner og slipper alle sine hemninger fri med sang. De får gitt uttrykk for sin individualitet og opplever enorm støtte og berømmelse fra sine nærmeste, selv uten talent for sang. På en måte illustrerer karaoke veldig godt hvordan forholdet til den japanske gruppen gir tilbake til individet. Når man er veldig engasjert i gruppen så vil gruppen også være veldig engasjert i deg.

Å skjule sine uttrykk for følelser er først og fremst brukt for å ikke avsløre sin mening før det er etablert hva andre mener om saken. Det innebærer et ønske om å ikke forstyrre følelsen av harmoni innad i gruppen med en mening som viker fra resten av gruppen. Dersom

japanerne finner ut at det gruppens mening går overens med deres personlige, vil de føle seg som en del av konsensusen og deres følelse av å høre til gruppen vil styrkes. Dersom gruppens mening viker litt fra den personlige, vil japaneren mest sannsynlig fokusere på det de har til felles og synes at gruppens mening var minst like god som hans egen. Dersom inngruppens mening står i sterk kontrast til den personlige, vil derimot situasjonen være annerledes. Japaneren vil nok mest sannsynlig umiddelbart bruke sitt *tatemae* for å ikke vise at han er uenig, men han vil ikke være uberørt av uoverensstemmelsen mellom han selv og gruppen. Han kan føle at de andre gruppemedlemmene tar feil, men han vil ikke si imot dem, eller han kan anta at hans mening er feil, og dette vil gi negative følelser siden han ikke levde opp til gruppens forventninger. Disse negative følelsene vil ikke være sterke dersom det som skulle menes noe om ikke var personlig viktig, men hvis dette derimot var viktig for ham så vil han svekkes i sin følelse av å høre til gruppen. Japanske grupper fungerer best når alle er enige med hverandre. De vil derfor jobbe veldig hardt for å oppnå konsensus. Grunnlaget for den japanske gruppen er respekt, og man må respektere alle gruppemedlemmene for kunne komme til en enighet relativt smertefritt. Det er respekten for de andre som bidrar til at japanere føler at de må holde tilbake sine følelser i sosiale situasjoner, og ikke nødvendigvis følelsen av at ens personlige mening er ubetydelig i forhold til kollektivets konsensus.

5.1.1.2 Gruppesamhold.

Yuki (2003) foreslår at den sosiale identiteten og inngruppene ikke fungerer likt for alle kulturer. Han fant at amerikaneres inngruppelojalitet og identitet korrelerte med inngruppemomogenitet og inngruppestatus, mens dette ikke var tilfellet hos de japanske respondentene. Japanernes inngruppelojalitet og identitet var predikert av den relasjonelle strukturen i gruppen, kunnskap om de individuelle forskjellene mellom gruppemedlemmer, og en følelse av personlig forbindelse med inngruppemedlemmene. Yuki (2003) teoretiserer dette med at nordamerikansk sosial identitet har vekt på skillet mellom inngrupper og utgrupper som utgangspunkt, mens østasiatiske grupper er sett på som mer relasjonsbaserte. I gruppekontekster har japanere en tendens til å se på seg selv som en "node" integrert i et nettverk av delte relasjonsforbindelser, for eksempel familie, venner, kollegaer og bekjente. De er da ikke klart definerte og avgrensede grupper med fokus på mellomgrupperelasjoner som de gjerne blir sett på med vestlige øyne. Østasiatiske inngrupper blir sett på som relativt stabile og strukturerte nettverk av relasjoner mellom inngruppemedlemmer. Brewer og Yuki (2007) skiller mellom relasjonell og kollektiv sosial identitet. De beskriver selvet som individualisert og direkte eller indirekte koblet til andre i østasiatisk *relasjonell sosial identitet*, og at denne inngruppen er basert på gjensidighet. I den nordamerikanske *kollektive*

sosiale identiteten er selvstendig depersonalisert, og inngruppen er basert på forskjeller og konkurranse i forhold til utgruppen. Dette innebærer ikke at japanere ikke oppfører seg fiendtlig mot utgruppedlemmer, men heller at forskjellene mellom inngruppen og utgruppen ikke er lagt så mye vekt på som relasjonene i inngruppen.

Kashima et al. (2005) fant at vestlige land heller så på individer enn grupper som enheter som innehar essensielle og uforanderlige egenskaper, og dette også var tilfellet hos østasiatiske land. Når det kom til hvor vidt enheten er i stand til å operere som agent sidestilte de østasiatiske respondentene individet og gruppen, mens de vestlige respondentene fremdeles valgte individet. Dette mener forfatterne innebærer at kollektivismen som var antatt å være verdenssynet i Øst-Asia ikke ser på grupper som viktigere enn individer, men heller likestiller de to. Dette går overens med Brewer og Yukis (2007) relasjonelle sosiale identitet. Den japanske gruppen er ikke satt i kontrast med andre grupper som i vestlig sosial identitet, men den er mer i stand til å handle som en enhet på grunn av det sterke samholdet innad i gruppen og normer som går på konsensus og tilbakeholdte meninger.

Gruppeatferd er veldig viktig for japanerne, og de trives best sammen med sin indre sirkel av venner. Dette kobler Doi (1973) til de gruppedlemsskapene som har personlige følelser, og ikke sosiale forpliktelser, som utgangspunkt. Japanerne er mest menneskelige når de er sammen i gruppe (Hamaguchi, 1985), men dersom man ikke lenger er i stand til å tenke og handle uavhengig av inngruppen så kan man miste sitt selv (Doi, 1973). Følelsen av at gruppen blir én, *ittikan*, er ikke det samme som å miste sitt selv, da det ikke har den samme negative betydningen. Heller betyr det at alle selvene i gruppen smelter sammen til én enhet, og dette er midlertidig og oppstår i spesielle sosiale situasjoner. *Ittikan* er veldig bra for gruppen, da det øker samholdet og følelsen av å høre til. Selv om det må opprettholdes en balanse for å verken bli isolert fra gruppen eller å miste sitt selv til fellesskapet i det japanske hverdagsliv, så trer individet av og til ut av gruppen for å dyrke sin individualitet. Det er i disse øyeblikkene at japaneren kan reflektere over sin plass i gruppen, og vurdere hvor godt han følger verdiene som er verdsatt i kulturen (Lebra, 1976).

5.1.2 Japansk individualisme.

Selv om gruppen er svært viktig i Japan så spiller også individet en rolle. *Tatema* og *honne* er velkjente begreper i Japan, og det blir gjerne tatt opp i hverdagslivet hvor vidt en person snakker fra hjertet eller om de gjemmer seg bak fasaden. Mange japanere ser på *tatema* som falsk og *honne* som sannheten, men Doi (1986) mener at de betyr mer enn dette. *Tatema* refererer til konvensjoner laget av folk på grunnlag av et ønske om konsensus. *Honne* innebærer at alle individene som hører til gruppen, til tross for at de går med på *tatema*, har

sine egne motiver og meninger som skiller dem fra gruppen, og at disse blir holdt i bakgrunnen. I og med at japanere legger så mye vekt på *tatema*e reflekterer det at individet ikke helt kan skille seg fra gruppen, men det betyr ikke at japanere er helt oppslukt i gruppen uten tanke på individene. Dette reflekteres i hvor mye vekt de også legger i *honne*, for individet er alltid til stede, selv om det er skjult av *tatema*e.

*Tatema*e og *honne* kan i følge Doi (1986) overlapse med sosialisering og selvbevissthet. *Tatema*e er da den delen av japaneren som følger kulturens skikker, normer og regler, mens *honne* er det reflekterende selvet som styrer *tatema*e i henhold til hva det føler er forventet av omgivelsene. Individet er dog ikke alltid bevisst på *tatema*e og *honne*, men ved å benytte seg av dem så reduserer man mellommenneskelig friksjon til det minimale. Dette innebærer at det japanske selvet ikke alltid er integrert i gruppen, men i stand til å operere uavhengig av det kollektive. Markus og Kitayamas (1991) teori om gjensidige avhengige selv er av den grunn upresist definert. Siden den har utgangspunkt i individers atferd i bare enkelte situasjoner i livet, så er den ikke åpen for at selvet kan ta forskjellige former i forskjellige situasjoner. Dette er spesielt viktig når man tar for seg det japanske selvet som er karakterisert av sin foranderlighet i forhold til forskjellige sosiale situasjoner (Lebra, 1976). Dette har sammenheng med knippet av forskjellige sosiale roller japanere skifter mellom i dagliglivet, og de kan være så viktige i den kulturelle konteksten at de blir internalisert i selvet. I tillegg er det ikke sikkert at utgangspunktet for teorien til Markus og Kitayama (1991) har korrekt fanget opp motivasjonen for den gjensidige avhengige atferden, da bruk av *tatema*e og *honne* er vanlig i japansk hverdagsliv. Dette kan tyde på at det japanske selvet er for komplisert til å få merkelappen gjensidig avhengig selv.

5.1.3 Mer enn gjensidig avhengighet.

Synet på selvet som et sted mellom uavhengig og gjensidig avhengig kan gi mening når man tar for seg store nasjonale skiller, men det er dermed ikke satt at atferdsmessig avstand mellom mennesker er basisen for all sosial handling. Høy grad av gjensidig avhengighet for et individ utelukker ikke uavhengighet, i alle fall ikke i Japan. Det vil alltid være et *honne* bak *tatema*e, og individer i gruppen selv om dette ikke blir eksplisitt forsterket av kulturens normer. Hvor vidt man oppfører seg selvstendig vil være avhengig av hvilken sosial situasjon man befinner seg i. I noen situasjoner føler man at man kan takle hele verden alene, mens man i andre kan man føle seg hjelpeløs og totalt avhengige av venner og familie. Slike faktorer gjør at forholdet til andre mennesker veldig vanskelig lar seg rangeres på en endimensjonal skala. Dette er ikke en epistemologisk problematisering, men det går heller på hvor vidt det er fruktbart å stemple Japan som en kollektivistisk kultur hvor gjensidige avhengige individer

bor og tolke alle deres handlinger, motivasjoner og tanker ut i fra disse stemplene. Man trenger noen merkelapper å sette på det man forsker på, men man må ikke gjøre seg blind for andre måter å lære om selvet på.

Uavhengig-gjensidig avhengighetsteori er en god teori, men siden den er en av de mest berømte og brukte kulturpsykologiske teoriene er man nødt til å belyse dens svakheter for å ikke begrense hva som er mulig å lære om kulturens innvirkning på individene. Kashima et al. (1995) tok for seg tre separate dimensjoner av selvet og fant at japanerne skåret lavt på det relasjonelle selvet som hadde med forhold til signifikante andre å gjøre, men høyt på det kollektive selvet som hadde med inngrupper å gjøre. Dette demonstrerer hvor viktig grupper er for japanere, samt at deres fokus på grupper ikke nødvendigvis innebærer at de føler seg så nære sine nærmeste venner. Det er gruppen som en enhet som er viktig, og ikke nødvendigvis inngruppedlemmene, og her er kategorien gjensidig avhengighet også upresis. I Yukis (2003) japanske inngruppe er relasjonen mellom inngruppedlemmene basisen for gruppen, og dette går ikke helt overens med at japanerne har svake relasjonelle selv. Da må man heller se for seg det relasjonelle selvet som relasjonen til signifikante andre uavhengig av gruppen, og dette gir mening med japansk fokus på grupper.

Kashima et al. (1995) fant også at selvets individualistiske dimensjon ikke hang sammen med den kollektive dimensjonen. Dette innebærer at man ikke nødvendigvis blir mer kollektivistisk fordi man blir mindre individualistisk. Eksempelet i resultatdelen hvor en japaner trosset inngruppen for å handle på vegne av kollektivet illustrerer denne muligheten. Han følte sterkt press fra inngruppen om å ta det "smarte" valget som korresponderer med det tradisjonelle og kulturelt sterke arbeidsløpet i Japan, men valgte likevel å gå sin egen vei for å hjelpe de svake i samfunnet. Dette er et veldig interessant poeng, siden mange av studiene på selv og kultur har benyttet seg av det dikotomiske skillet mellom individualistiske og kollektivistiske kulturer. Kashima et al. (2005) fant at individualismen i engelsktalende land skilte seg fra individualismen i kontinentale europeiske land ved at de førstnevnte la mer vekt på individets evne til å fungere som agent enn sistnevnte. De fant også kollektivismen i Øst-Asia som et verdenssyn ikke anser sosiale grupper som mer "virkelige" enheter enn individer, men heller likestiller de to. Dette mener Kashima et al. (2005) åpner opp for muligheten for at individualisme kan bli sett på som et verdenssyn som oppsto i Vest-Europa og spredde seg til andre deler av verden, og at østasiatisk såkalt "kollektivism" heller kan sees på som en mindre grad av individualisme istedenfor en konseptuell motsetning som fokuserer på grupper.

Dette innebærer ikke nødvendigvis at dimensjonen individualisme-kollektivism er feilaktig og at begrepene ikke henger sammen på noen områder, men når man gjør krysskulturelle studier på selvet så bør man være klar over at de ikke alltid har vist seg å være to sider av samme sak. Dette innebærer heller ikke at de tre dimensjonene av selvet som Kashima et al. (1995) drev sin forskning ut fra er mer fruktbar for videre forskning enn Markus og Kitayamas (1991) teori. Kashima et al. (1995) er vage med sine forklaringer på funnene, og mangler det solide rammeverket Markus og Kitayama (1991) satte opp for å tilrettelegge for videre forskning. Kashima et al. (1995) påviser imidlertid svakheter ved å bruke de dikotomiske dimensjonene uavhengig-gjensidig avhengig selv og individualisme-kollektivism ukritisk i krysskulturell forskning, og det er en påminnelse om at man bør fortsette å lete etter alternative forklaringer selv om det finnes etablert teori på feltet. At japanere er kollektivistiske er dog ikke noe som lett kan avfeies, særlig ikke siden japanerne selv mener at de er det.

5.1.4 Japans kollektivism.

Matsumoto (1999) mener at japanere ikke er så kollektivistiske som stereotypen av dem tilsier. Han mener at japansk kollektivism kan ha hatt sine røtter gjennom historien hovedsakelig fra tre kilder: *Religion*, og da særlig fra Shinto og Buddismen, landmassen og ressursene tilgjengelige for *landbruk*, og militærkodeksen *bushido*. Japan har imidlertid forandret seg, særlig i løpet av de siste 100 år. Selv om japansk kultur kan ha vært mer kollektivistisk før enn i dag så vedvarer stereotypen, og japanerne selv har også lyst til å tro på japansk kollektivism (Matsumoto, 1999). Dette innebærer, som resultatene viser, ikke nødvendigvis at de anser seg selv som kollektivistiske. Japanere blir oppdratt til å tenke kollektivistisk, og den kulturelle normen i Japan oppfordrer til kollektivistisk atferd. Å handle ut ifra sine gruppes interesser fremfor sine egne er kollektivistisk atferd, men det innebærer ikke nødvendigvis at man tenker ut i fra gruppens interesser. At japanerne deler sitt selv mellom *tatema* og *honne* viser at de uproblematisk kan ha et skille mellom motivasjon og atferd. Det er ikke å si at ikke blir påvirket av å handle kollektivistisk gjennom hele livet. Når man gjentatte ganger presenterer seg selv på en bestemt måte så vil dette uttrykket over tid bli en del av ens selv (Jones, Rhodewalt, Berglas & Skelton, 1981), og internaliseringen av egen atferd blir sterkere i nærvær av andre mennesker (Tice, 1992). Den kollektivistiske atferden vil nok mest sannsynlig bli en del av hvordan japanerne definerer sitt selv, da kulturen er veldig preget av gruppeaktivitet og stram regulering av uttrykk for følelser og meninger. Min studies resultater har dog vist at disse sosialiserte utgangspunktene og internaliserte

handlingene ikke nødvendigvis er så integrerte at de ikke løsner når individet blir utsatt for ekstern stimuli.

Informantene forteller at de forandret seg etter å ha oppholdt seg i utlandet. De har blitt mer åpne i forhold til andre mennesker, og de har lært hvordan man skal oppføre seg i andre kulturer. Man kan si at de har fått utviklet sine selvskjema, eller til og med utviklet nye, ved å fjerne seg selv fra den vante kulturelle konteksten og gå inn i en fremmed kontekst. De har fått nye perspektiv på kulturen de besøker, og på den måten fått andre måter å se på japansk kultur. Intervjuene viste dog at denne forandringen ikke nødvendigvis er så tydelig når japanerne returnerer til Japan. For et tidligere lukket samfunn kan det ha store konsekvenser for Japan som nasjon når japanerne mer og mer blir utsatt for fremmede kulturer. Japan er et relativt homogent samfunn, og Triandis (1989) beskriver det i tillegg som et *tett* samfunn. Et tett samfunn, i motsetning til et *løst* samfunn, legger stor vekt på opprettholdelse av samfunnets normer. Informantene som har vært i utlandet forteller at de handler i henhold til de kulturelle normene når de er i Japan, men de er veldig bevisste på at de til tider undertrykker sitt selv i sosiale situasjoner. Noen forteller at de føler det er noe de *må* gjøre i Japan, og at dette er negativt og krevende. Til tross for at landet har blitt mer åpent vil japanere stort sett gjøre det som er forventet av dem. De kan klage og fortelle andre at de ikke vil gjøre det som blir forventet av dem, men når de befinner seg i den sosiale situasjonen som krever det, så vil de gi etter for presset. Det er fremdeles et *kulturpress* i Japan, og det kjennes best for de som har vært i utlandet og sett andre måter å gjøre ting på. For å bruke en klisjé kan man si at det virker som man kan ta japaneren ut av Japan, men ikke ta Japan ut av japaneren, i alle fall ikke fullstendig. Det er vanskelig å motstå presset fra kulturen når det er dine nærmeste som passer på at du følger de kulturelle mønstrene.

5.1.5 Selvets avhengighet.

Ved siden av kollektivismen er Japan også karakterisert av gjensidig avhengighet, og det tradisjonelle arbeidsløpet viser hvordan denne innstillingen blir konstruert og bevart. Japansk oppdragelse fokuserer på avhengighet av foreldre og familie, og det er vanlig at japanerne bor hjemme hos dem til de får seg en jobb eller gifter seg. De har da først og fremst forholdt seg til rollen som lydige barn og flittige studenter, og har i praksis ikke vært uavhengig av familien før de skal ut i arbeidslivet. Når de har funnet seg en jobb, vil de beholde den resten av livet, og avhengigheten overføres til bedriften de jobber i. Når de blir gamle og pensjonerer seg er de avhengig av familiens støtte, og dette underbygges av kulturens fokus på å hedre de eldre. Selv om det er mange japanere som holder seg til den opptråkkede stien er det flere nå enn før som velger andre veier enn det tradisjonelle arbeidsløpet. Informantenes holdning til de

typiske japanske bedriftene er stort sett negative, og de mener at bedriftene begynner å gå bort i fra tradisjonelle verdier som livstidskontrakten. Dette vil gjøre det lettere for japanere å skille sin identitet fra bedriften, men det har lenge også vært vanlig for japanere å starte sine egne bedrifter. Dette tyder på at et ønske om uavhengighet har eksistert hos noen japanere, og at det nå har blitt mer vanlig å bryte ut av avhengighetsløpet.

Doi (1973) argumenterer for at det unike japanske konseptet *amae* er nært tilknyttet japansk avhengighet, og at det styrer japaneren hele hans liv og finnes i alle relasjoner han deltar i. *Amae* innebærer at man kommer med en upassende forespørsel til en person man har en emosjonell tilknytning til, og at denne personen er overbærende og godtar forespørselen. Det er følelsen de deler i det øyeblikket som er *amae*, da den som ber om det føler seg dullet med, mens den som gir det føler seg behøvd og satt pris på. Denne typen oppførsel kan ses på som barnslig i vestlige samfunn, mens det i Japan kan anses som noe positivt i forholdet mellom to mennesker. Man gir uttrykk for sin avhengighet, og det er derfor det i vestlige øyne kan ses på som uselvstendig og umodent. Niiya et al. (2006) argumenterer for at upassende oppførsel kan være passende når personene involvert er i et nært emosjonelt forhold, og at det er der *amae* eksisterer. Doi (1973) beskriver *enryo* som vrent *amae*, og det oppstår i situasjoner hvor man holder tilbake uttrykket for sitt ønske om *amae* fordi man ikke tror den andre personen vil akseptere forespørselen. De er da ikke så nære venner at den typen oppførsel er passende.

Doi (1981) mener at *amae* først og fremst er en *emosjon* som har en *drifts* natur, og som har noe grunnleggende *instinktivt* i seg. Han skriver at selv om kulturer ikke har ord som korresponderer med *amae*, så betyr det ikke at den følelsesmessige forbindelsen ikke eksisterer i den vestlige verdenen. Doi (1981) mener derimot at et overraskende antall lignende følelser kan observeres i Vesten med japanske øyne. Niiya et al. (2006) fant at både amerikanere og japanere reagerer positivt til *amae*, og at de ser på det som et tegn på et nært forhold til den andre personen. De fant også at det å bli bedt om *amae* både vekker positive og negative følelser, men at de positive er i overvekt. Niiya et al. (2006) mener disse funnene innebærer at *amae* kan eksistere i kulturer som ikke har et ord for det. Markus og Kitayama (1994b) argumenterer for at emosjoner formes av kulturen. De foreslår at emosjoner kan bli sett på som et knippe sosialt delte skript bestående av forskjellige fysiologiske, subjektive og atferdsmessige prosesser som utvikles mens individer aktivt tilpasser og justerer seg til sine umiddelbare sosiokulturelle omgivelser. Niiya et al. (2006) mener derimot at vi som mennesker har potensiale for å erfare de samme emosjonene, men at kulturen som omgir oss kan legge spesifikke nyanser til opplevelsen. De fant en kulturell effekt som de mener tjener

som et eksempel på nettopp dette. Amerikanerne i deres studie følte at de hadde mer kontroll over situasjonen når en venn ba om hjelp enn når vennen ikke ba om hjelp, mens japanernes opplevelse av kontroll ikke varierte over disse betingelsene. Niiya et al. (2006) mener dette kan tyde på at *amae* innebærer for japanerne nærhet, tillit og sikkerhet om forholdet mellom dem for begge personene uavhengig av hvem som ber om en tjeneste. For amerikanerne mener forfatterne at følelser av medlidenhet og nedlatenhet kan ligge å lure i bakgrunnen, noe som skaper en høyere oppmerksomhet på kontroll og maktfordeling mellom de to personene.

At amerikanerne kan ha et forhold til *amae*, som i følge Doi (1973) er en av grunnsteinene i japansk tenkemåte, reiser noen interessante spørsmål. Det kan tyde på at det kan være problematisk å anta at individualisme og uavhengighet ligger under alt av amerikanernes tenkning og atferd som kjerneegenskaper. Mange situasjoner kan nok være preget av uavhengighet fra andre mennesker, men noen situasjoner vil en visshet om avhengighet også være til stede. At amerikanere ser på seg selv som autonome og selvstendige enheter, betyr ikke at de ikke er i stand til å føle seg avhengig av andre i noen situasjoner uten å føle avsky for disse følelsene. Selv om oppfattelsen av ens egne interne attributter er relativt stabile, så kan man av og til handle stikk i strid med sine egne selvoppfatninger. Det er ikke nødvendigvis et øyeblikks svakhet eller en personlighetsbrist, men det kan ses på som et uttrykk for motsetningene og tvetydighetene som inngår i selvets kompliserte natur. Man kan være både avhengig og uavhengig, eller både kollektivistisk og individualistisk. Selv om man er en mer enn den andre, betyr det ikke at de tilhører samme selvskjema, og at den ene øker når den andre minker. Bare fordi du handler individualistisk eller uavhengig i én bestemt situasjon, så innebærer heller ikke det at du vil handle like individualistisk eller uavhengig i andre situasjoner.

Dette er en side ved selvet som Markus og Kitayama (1991) i sin teori om uavhengige og gjensidig avhengige selv ignorerer. De tar for gitt at de er to ytterpunkter på en skala av et sentralt aspekt ved selvet, som kan forklare store deler av menneskets atferd og handlinger, og tar lite hensyn til selvets kompleksitet og fleksibilitet. Det innebærer dog ikke at deres teoretiske modell er ubrukelig for psykologisk forskning, tvert imot kan den være svært informativ hvis den brukes under riktige forhåndsregler. Markus og Kitayamas (1991) teori om uavhengige og gjensidig avhengige selv kan best ses på som et geografisk kart, i stedet for en skjematisk framstilling av selvets kjernefunksjon og struktur. Et kart som nøyaktig beskriver landområdet som det er et kart over er i sin essens ubrukelig, for det ville da det være like stort som landområdet. Kart er mindre og forenklete versjoner av det det beskriver

for å hjelpe folk å navigere i området, og det er på denne måten teorien bør brukes. Mye gjenstår å lære om selvet, og hvordan det varierer på tvers av kulturer.

5.2 Japansk Selvtillit

Selvtillit er enkelt fortalt hvordan mennesker evaluerer sitt selv. I vestlige samfunn, og særlig USA, er det antatt at alle har et behov for høy selvtillit, men det er ikke enighet om hvorfor. Leary, Tambor, Terdal og Downs (1999) ser på selvtillit som et “sosiometer” for å forhindre sosial eksklusjon. Ved å få dårlig selvtillit så blir vi “advart” om at vi kan bli dårlig ansett av medlemmer i vår sosiale gruppe, og må derfor jobbe hardere for å oppnå sosial aksept. Greenberg et al. (1999) argumenterte for at selvtillit fungerte som en demper for angsten som kommer fra å være klar over at man er liten, ubetydelig og sårbar i et uendelig stort univers. Uavhengig hva som motiverer behovet for positiv selvtillit så har det vist seg å være et vanskelig begrep å måle krysskulturelt, og da særlig hvis man inkluderer Japan i studiet. Japanere har i studier vist lavere global selvtillit enn vestlige (Feather & McKee, 1993), men det er stor uenighet om hvorfor det er slik.

5.2.1 Selvkritisk fokus.

Heine et al. (1999) argumenterte for at japanere ikke hadde det samme behovet for positiv selvtillit som folk i den vestlige verden, og de mente at det var mye viktigere for dem å opprettholde en kritisk innstilling til seg selv. Dette mente de kunne være fordi japanerne ville forbedre seg opp mot kulturelle ideal, fordi de ville gi uttrykk for sitt engasjement og forpliktelse i forhold til det kollektive, og fordi det å være selvkritisk i japan er forbundet med positive følelser. Heine et al. (1999) argumenterer for at et selvkritisk fokus er mer karakteristisk for japanere enn selvfremsing, men resultatene i denne oppgaven bar verken preg av selvfremsing eller selvkritikk. Informantene var i stor grad fornøyde med seg selv. Selv om de hadde områder de mente de kunne forbedre seg på så gikk det ikke ut over deres oppfatning av eget selvverd, men heller på å kunne være mer effektiv i arbeidslivet. Dette kan i japansk kontekst kobles til aspekter av selvet på grunn av den sterke rolleidentifikasjonen med bedriften, men det virket ikke som et område informantene tok tungt. Deres negative kvaliteter plaget dem generelt sett lite, også da de var direkte koblet til kulturelle verdier. Informantene er fornøyde med hvem de er, og de liker seg selv slik de er nå bedre enn hvordan de var før.

Det at enkelte informanter fortalte at de brydde for mye om andre mennesker kan kobles til kulturpresset i Japan. De føler at de må bry seg om alle før seg selv, men de merker at dette går ut over dem selv. De skulle ønske de av og til brydde seg mindre om andre

mennesker, men det er vanskelig for dem når de er i de aktuelle sosiale situasjonene som genererer kulturpresset. Resultatene hintet også til at japanerne var balanserte i sine uttalelser. De ga absolutt ikke inntrykk av å fremme seg selv, selv ikke når de ble bedt om å nevne noen positive kvaliteter ved seg selv. Da ble de heller flauere enn stolte. Flere av dem hadde ingen negative kvaliteter ved seg selv å komme med, og flere bemerket at de sjelden tenker på seg selv på den måten. Det var lite tegn til selvtillitsproblemer hos informantene, men det var også lite som kunne kobles til et selvkritisk fokus. Selv om japanere gir uttrykk for lav selvtillit og er balanserte med sine selvpresentasjoner, så er ikke det nødvendigvis fordi at de er selvkritiske. Muligheten for det kan dog ikke forkastes siden mitt utvalg ikke kan antas å være verken representativt eller generaliserbart.

Det er en reell mulighet at informantene ikke var som typiske japanere fordi de hadde hatt kontakt med utlendinger og/eller har vært i utlandet. Med et mer og mer åpent samfunn er det dog snart ikke til å unngå at japanere på en eller annen måte har blitt påvirket av andre kulturer. Uttrykk for selvtillit viser seg likevel å bli forandret av ekstern kulturell stimuli. Nisbett (2003) skriver at japanere som har bodd i Vesten en stund viser en betydelig økning i selvtillit. Han forklarte dette med at situasjonene japanerne møter i USA er mer selvtillitfremmende. Dette er en mulighet, men enkelte av informantene som fikk mer selvtillit i utlandet forteller at det var fordi de reiste ut av Japan, og ikke på grunn av hvordan oppholdet var i utlandet. Dette kan reflektere at japanere fokuserer mer på reisen enn destinasjonen, men man skal være forsiktig med å undervurdere den kulturelle kontekstens kraft. Andre som hadde oppholdt seg i utlandet fortalte at det var i interaksjon med utlendinger at de forandret seg mest, og dette viser at de sosiale situasjonene også har utslagskraft. Det er da ikke utenkelig at japanerne, når de ble utsatt for vestlig kultur, fikk erfaring i å snakke for seg selv uten å måtte skjule sine tanker og følelser, og at de selvskjemaene som utvikles gjør dem i stand til å lettere gi uttrykk for sin selvtillit. Hvis dette var tilfellet ville japanere, siden Japan nå er mer åpent, gi uttrykk for mer selvtillit. Dette tyder på at den kulturelle konteksten i Japan setter japanere, selv de som har forandret seg i utlandet, tilbake inn i mønstre og tankemåter når de kommer hjem igjen. Det kan da også hende at de følger beskjedenhetsnormen i Japan når de skal svare på en anonym spørreundersøkelse, noe Shimizu (2000) mener kan falle japanere naturlig.

5.2.2 Beskjedenhet.

Yamaguchi et al. (2006) argumenterte for at forskjellene som er registrert i uttrykt selvtillit like gjerne kan forklares med beskjedenhetsnormen. Japanere gir ikke uttrykk for selvfremming og selvtillit fordi de er vant til å regulere sitt selvuttrykk. Det var ingen tvil om

at noen av informantene var beskjedne i intervjusituasjonen, men det virket også som om de var usikre. Det innebærer ikke nødvendigvis at de hadde lav selvtillit, men at de var ukjente med hvordan de skulle oppføre seg da de ble intervjuet. Sjenanse ble ofte tatt opp i intervjuene, særlig da informantene skulle beskrive essensielle egenskaper ved japanere. Flere av informantene beskrev seg selv som litt sjenerte, men ikke så sjenerte som typiske japanere. Noen fortalte at de ble mindre sjenerte etter de hadde vært i utlandet over lengre tid, men det var også noen som fortalte at de nå var mindre sjenerte enn de var tidligere i livet sitt uten å ha vært i utlandet. Informantene beskrev det å være sjenert som noe negativt og hemmende, og noe som japanere generelt bør slutte å være.

Det å være sjenert kan være et biprodukt av den japanske normen med å alltid oppnå konsensus, på lik linje med det å sette andre foran seg selv. Det er den kulturelle verdien om at alle skal være enige i en beslutning som er utgangspunktet, og for å oppnå dette er man nødt til å holde seg litt tilbake før man ytrer sin mening. Sjenanse kan ses på som beskjedenhet og tilbakeholdenhet blandet med en følelse av usikkerhet rundt ens egen innsats vil bidra til fellesskapet. Noen av intervjuene var preget av beskjedenhet og andre var preget av sjenanse, men det var langt fra alle informantene som virket hemmet i sine uttalelser. Noen tok seg lang tid til å tenke nøye gjennom hva som karakteriserte dem og kom fram til positive kvaliteter, mens andre impulsivt beskrev seg med ord som positiv, optimistisk og snill. Dersom informantene følte seg hemmet av beskjedenhetsnormen i intervjuet så vil det si at den er en såpass integrert del av deres selv at det å la seg intervjuet av en utlending ikke kunne forandre denne atferden. Dersom informantene ikke følte seg hemmet av beskjedenhetsnormen i intervjuet kan det bety at de ikke lenger følte behovet for å holde tilbake utsagn om sine positive kvaliteter enten på grunn av intervjusettingen, som representerte noe uten om det hverdagslige, og/eller fordi de hadde forandret seg i utlandet. Dette er begge vage forklaringer, men de viser at selv om man kan forklare uttrykk for lav selvtillit og selv fremming med beskjedenhetsnormen, så er det veldig vanskelig å påvise, også ut i fra kvalitative intervjuer.

5.2.3 Selvkritikk eller tilbakeholdent selvuttrykk?

Det er vanskelig å si hvorvidt japanere føler selvtillit på samme måte som vestlige. Så vidt jeg kan se ligger stridens kjerne i om beskjedenhetsnormen kan ha en påvirkning når respondentene i det krysskulturelle forskningsprosjektet er fullstendig anonymiserte. Yamaguchi et al. (2006) mener presset for beskjedenhet i japansk kultur er såpass internalisert i individet at denne typen atferd faller seg naturlig. Heine (2007) mener på sin side at dette er usannsynlig da den samme kulturelle effekten også er til stede i forskning som hadde skjulte

atferdsmessige målinger, i form av skjulte kameraer og måling av tiden de brukte oppgavene de hadde blitt tildelt (for eksempel Heine et al., 2001; Takata, 2003). Dette var mest på den selvkritiske delen av forskningen, og de viser ikke hvordan det henger sammen med selvtillit. En tendens til selvkritikk kan ses i sammenheng med japansk pågangsmot og arbeidsmoral. De har en tendens til å jobbe hardt med det de har foran seg og denne innstillingen blir kraftig bygget opp under av kulturen. Til tross for at japanerne har vist seg å skåre lavt på selvtillit og høyt på selvkritikk, er det dog likevel lite som direkte kobler selvkritikk til selvtillit. Hvorfor japanere gir uttrykk for lav selvtillit er vanskelig å si, men resultatene tyder på at de har liten grunn til å evaluere seg selv negativt.

Resultatene ga ikke inntrykk av at informantene var mer selvkritiske enn selvsikre. Dette går overens med forskningen til Ross et al. (2005) som fant at japanerne var mer treffsikre og balanserte med sine uttalelser i forhold til kanadierne som hadde en tendens til å fremme sine positive kvaliteter. Det innebærer dog ikke at japanere ikke evaluerer seg selv positivt. Det er mulig at japanerne generelt er for beskjedne til å innrømme det, men informantene virket godt fornøyd med seg selv og hva de har oppnådd i livet. Dette kan kobles til at de var lykkelige og hadde relativt enkle mål i livet. Kan et al. (2009) mener at en minimalistisk form for velvære er karakteristisk for japanere, og ved å finne enkle ting i livet å glede seg over så kan det redusere negative følelser mot seg selv.

I mangel av et entydig svar vil jeg komme med min egen forklaring på hvorfor japanerne gir uttrykk for lav selvtillit. Det er i prinsippet mulig å se på selvtillit som et flyktig begrep for japanerne, på samme måte som lykke. Det er ikke en absolutt kvalitet, men heller noe som kommer og går i livet. Selvtillit er ikke noe japanerne fokuserer på fordi det er en midlertidig del av en større syklus. Denne tankegangen går overens med at japanerne finner sitt selvverd i personlig refleksjon isolert fra andre mennesker (Lebra, 1976). Selvtillit er noe japanere ikke tenker på til daglig, det er heller noe de tar for seg når de er alene med sine egne tanker. Dette kan være en forklaring på hvorfor japanere rapporterer lav selvtillit i spørreskjemaer. Forskningssituasjonen er ikke under deres kontroll, og de er da ikke i stand til å komme i kontakt med sin individualitet for å kunne evaluere sitt selv. Dette er kun en spekulativ teori, og som forklaring på mangel av uttrykt selvtillit er den vanskelig å bevise på en vitenskapelig måte, på samme måte som beskjedenhetsteorien til Yamaguchi et al. (2006). Den gir imidlertid en forklaring på hvorfor generelt sett fornøyde individer kan gi tvetydige og dårlige evalueringer av seg selv når de deltar i forskningsprosjekter. Et av Yamaguchi et al. (2008) sine argumenter var at individer med høy selvtillit ikke nødvendigvis trenger å fremme seg selv dersom de føler seg sikre på sitt selvs verdi, og dette bærer i det minste informantene

preg av. Når alt kom til alt var de fornøyde med sin tilværelse, og de mente de hadde lite å klage på.

5.2.4 Aspekter av japansk selvtillit.

Siden det er vanskelig å få noe konkret svar på hvorfor japanerne gir lite uttrykk for selvtillit, så må man være åpne for alternative forklaringer og hypoteser. Heine et al. (1999) argumenterte for at selvtillit var et vestlig begrep som ikke kunne brukes krysskulturelt, og kom med forslag til hva som kunne fungert som en japansk ekvivalent. Disse forslagene har med viktige aspekter av japansk kultur å gjøre, og siden de har sammenheng med et positivt syn på seg selv så vil de bli tatt for seg, i et forsøk på å etablere kontekst rundt japansk selvevaluering. Heine et al. (1999) kobler japansk selvtillit til tillit til ens relasjoner, opprettholdelse av ansikt, *gambaru* (pågangsmot), forskjellige sosiale roller og positive følelser av å være et godt medlem av kulturen.

Først og fremst tar de opp begrepet ”relasjonstillit” (relationship-esteem) som en japansk ekvivalent til selvtillit. Å se på ens forhold til andre som harmoniske og positive kan da være en måte å hevde sine følelser av å høre til på for japanerne. Hvis gruppen er viktigere for japanere enn deres enkelrelasjoner til andre mennesker som Kashima et al. (1995) fant i sin studie, så vil det være bedre å bruke tilliten til ens sosiale identitet som en form for japansk selvtillit. Yuki (2003) mente at japanske sosiale identiteter var basert på relasjonene mellom inngrupped medlemmene fremfor konkurranse med utgruppene, og på den måten kan evalueringen av ens sosiale relasjoner gi utslag på individets selvoppfatning. Lebra (1976) skriver at japanere får en økt følelse av selvverd av å vise at de er sosialt nyttige i inngruppen sin. En visshet om at disse relasjonene er gode og trygge vil nok kunne gi positive følelser til individet, men det er ikke dermed sagt at det korresponderer med en personlig selvtillit.

Heine et al. (1999) foreslår også at japanernes behov for å opprettholde ansikt er en del av japansk selvtillit. I følge Matsumoto (1996) er ansiktet en viktig sosial konstruksjon i Japan. Dersom man forstyrrer mellommenneskelig harmoni så kan man ”miste ansikt”, og dette kan gå ut over familie og andre nære relasjoner. Man blir utsatt for sosiale sanksjoner som skam og isolasjon dersom man ikke kan ”redde ansikt”, og det velkjente rituelle selvmordet, *seppuku*, var historisk sett den ultimate måten å redde ansikt på og gjenopprette familiens ære. Det er også viktig for japanerne å ”vise ansikt,” det vil si å møtes ansikt til ansikt i for eksempel forretningssammenheng. Ansiktet som symbol er derfor veldig viktig i japansk kultur, og å opprettholde et godt ansikt vil nok korrespondere med en god følelse av seg selv.

Den tredje måten japansk selvtillit kan forstås på er i følge Heine et al. (1999) sammen med det japanske begrepet *gambaru*. *gambaru* betyr å gjøre sitt beste, og de foreslår det som et japansk motstykke til selvtillit fordi *gambaru* i Japan er, som selvtillit i Nord-Amerika, ansett som nøkkelen til suksess i de aller fleste aspektene i livet. I vestlig kultur er selvtillit gjerne koblet til prestasjoner, og at man kan få til alt hvis man bare tror på seg selv. I Japan kan man få til alt hvis man bare jobber hardt og gjør sitt beste. Forskjellen mellom disse to er at selvtillit behøves for å kunne gjøre den innsatsen som skal til i vestlig kultur, mens man bare behøver å gjøre sitt ytterste for å oppnå resultatet i Japan. Dette er et aspekt som kjennetegner japansk pågangsmot, og når man vil støtte en person som skal prestere noe vil man i Japan si “gjør ditt beste” (*gambatte*) istedenfor “lykke til”. Dette innebærer dog ikke at japanere ikke har en følelse av eget selvverd, men heller at selvtillit ikke har så stor betydning i hverdagslivet i Japan.

En fjerde mulighet til å få tak i japansk selvtillit på er å se på hvordan grad av selvevaluering er kontekststøttet i Japan. Sosiale roller har stor betydning i Japan, og følelsen av selvverd kan være koblet til hvordan man behersker disse rollene. Kanagawa, Cross og Markus (1998) fant at japaneres selvbeskrivelser forandrer seg avhengig av hvilken kontekst de befinner seg i. Lebra (1976) skriver at det å være forpliktet til sin sosiale rolle i Japan ikke nødvendigvis innebærer at den blir en integrert del av selvidentiteten. At man er allsidig er også en nødvendighet siden japanerne ofte må skifte roller slik at de passer i den aktuelle sosiale situasjonen. Hvis en japaner blir for fordyppet i den sosiale rollen han spiller, vil han ikke være i stand til å spille andre roller like godt. Å kunne beherske mange roller godt vil da være noe som øker japanerens subjektive følelse av selvverd. Det er her også viktig å få med at japanerne kan ha ulik grad av mestring i de forskjellige rollene, og vil derfor ha lav selvtillit i enkelte roller og høyere i andre. Dette kan være en hovedfaktor til at japansk selvtillit er vanskelig å måle i eksperimentelle studier. Det er en ukjent situasjon de beveger seg inn i, og de kan da tre inn i en spesifikk sosial rolle som viser lite selvtillit.

Den siste måten japansk selvtillit kan oppfattes mener Heine et al. (1999) er gjennom et behov for å være et ”godt” medlem av kulturen. Dette vil da gi en følelse av at man gir et godt bidrag til de sosiale omstendighetene på linje med kulturens krav, og kan ses på ikke bare som et psykologisk mål, men også et sosiokulturelt, økologisk og biologisk behov for å kunne leve på en kulturelt akseptert måte. Dette innebærer at dersom de oppfører seg som en “god japaner”, vil de innerst inne vite at de gjør det rette i alle sosiale situasjoner, og dette får en japaner til å føle godt om seg selv. Dette kan kobles til å ha et rent selv, siden man da

følger kulturens kjerneverdier, og dette mener Lebra (1976) henger sammen med positivt syn på sitt selvs verdi.

Selv om alle disse aspektene kan kobles til en japansk form for selvevaluering, er det ikke selvtillit slik som vestlige forstår det. Dette innebærer ikke at japanerne ikke evaluerer seg selv eller ikke har dannet seg et inntrykk av sitt eget selvs verdi, men heller at selvtillit ikke har den samme kulturelle betydningen i Japan som i vestlige kulturer. Det er sjelden et tema som blir tatt opp i sosiale sammenhenger, og lav selvtillit blir ikke tatt opp som et sosialt problem i en kultur hvor gruppeatferd betyr så mye. Personlig evaluering av selv kan derimot være en mer privat ting i Japan som man først blir oppmerksom på når man er for seg selv. Ved at Japan blir mer og mer åpen for kulturell påvirkning fra andre land kan det hende at personlig selvtillit blir et større tema for japanerne i fremtiden, men som neste seksjon vil ta for seg så er ikke det en selvfølge.

5.3 Individualiseringen av Japan

Japans kultur er unektelig i forandring. Mye tyder på at det er på grunn av individualiseringen som kommer av ekstern påvirkning fra andre land, og da særlig fra USA. I denne seksjonen vil jeg ta for meg eventuelle årsaker til denne utviklingen, og hvilke konsekvenser det vil ha for Japans kulturelle identitet. Alle kulturer er i forandring, men dette er en langsom prosess (Triandis, 2007). Selv om Japan har gjennomgått store forandringer i det siste, betyr ikke det at det drastisk forandrer japanerne som et folkeslag.

5.3.1 Sensitivitet til kontekst.

Triandis (1989) skriver at det ofte er rapportert i japansk presse at barn som vender tilbake til Japan etter en periode i vesten blir hardt kritisert av sine lærere fordi deres oppførsel er upassende. Informantene sier at de har blitt mindre sjenerte og mer selvstendige av sitt utenlandsopphold i USA. De har blitt mer sosiale og har lettere for å ta kontakt med andre mennesker, samtidig som de føler at de har blitt mer uavhengige av andre mennesker. Det virker da som de har blitt mer individualistiske, og dette kan være et resultat av å oppholde seg i USA. Det er dog ikke bare den direkte kulturelle påvirkningen som har spilt inn på forandringen, det å reise ut av Japan kan også ha preget dem. De har blitt mer åpne ovenfor andre mennesker, og de har åpnet sine øyne for andre måter å se på seg selv, andre mennesker og resten av verden. Nye selvskjema kan utvikles eller gamle kan være åpne for forandring ved nye stimuli (Markus, 1977), og kulturer som er vidt forskjellige fra den japanerne er vant til kan være nok til at de får nye perspektiver på seg selv og andre i japansk kontekst.

Triandis (1989) mente at det å bli utsatt for andre kulturer, enten gjennom reise eller via samfunnsmessig heterogenitet, så øker individualisme såfremt barnet blir klar over forskjellige normer og må velge sine egne standarder for oppførsel. Det har vært lite fokus på hvordan enkeltpersoner preges av å møte nye kulturer, og det er mulig at japanere har lettere for å forandre seg i utlandet enn andre folkeslag. Dersom japanere har en økt sensitivitet til sosiale situasjoner, er svært tilpasningsdyktige, og lever i et relativt homogent og historisk isolert samfunn, er det ikke utenkelig at opphold i fremmede kulturer i høy grad vil prege deres selv. Selv om kulturens sosialisering er viktig, så betyr også den sosiale situasjonen mye for sosial atferd. Dette reflekteres i at japanere som har bodd i USA forandrer atferd når de er med amerikanere, selv når de er i Japan. Sensitiviteten til konteksten kan imidlertid være noe som er så innprentet av sosialiseringen at den ikke forandres av møte med fremmede kulturer. Japanere er ekstra oppmerksomme på atmosfæren i en setting, forholdet mellom mennesker og små hint som beskriver den sosiale situasjonen. Denne evnen tar de med seg til USA og bruker iherdig for å prøve å følge normene i den fremmede kulturen. Når de innser at amerikanere ikke bryr seg mye om konteksten rundt den sosiale situasjonen vil de tilpasse seg dette, og forsøke å være likegyldige og uttrykke sine meninger som det passer dem. Når de da kommer i kontakt med japanere vil de skifte tilbake til den japanske væremåten. Dette er da det kulturelle presset som kommer tilbake, siden motparten i den sosiale settingen anses som en som forventer en viss type atferd. Dette innebærer at japanere ikke nødvendigvis blir mer individualistiske av å bo i USA, men at de får et bredere spekter av sosiale situasjoner de kan beherske. Ved å se på japansk samfunn som svært preget av kollektivism, er det nærliggende å anta at enhver form for forandring i atferd vil bevege japanerne mot individualistisk tankegang. Det er også i stor grad inntrykket informantene gir, men det kan ha mer med reisen å gjøre enn destinasjonen. Det å være japansk er i forandring, men bare fordi de blir mindre "typisk japanske" innebærer det ikke nødvendigvis at de er på vei til å bli individualistiske som amerikanerne. Japan har lang tradisjon på å gjøre ting på sin egen måte, og den økte individualismen i landet vil nok ha et distinkt japansk preg.

5.3.2 Individualisering.

Triandis (1989) observerte at det i alle kulturer har vært en bevegelse mot individualisme, og det har vært et gjennomgående tema i resultatene at japanere har hatt en tendens til å bli mer og mer individualistiske i de siste tiårene. Denne tendensen er mulig å knytte til at Japan som land har blitt mer åpen for resten av verden, og at resten av verden har blitt mer åpen for Japan. Informantene forteller at de har merket denne forandringen ved at det nå er litt vanligere å si sin mening rett ut og ikke skjule sine følelser for andre japanere enn før. Denne

forandringen kan ses som en konsekvens av at flere og flere japanere blir utsatt for fremmed kultur, både gjennom besøk til utlandet og at flere utlendinger er å se i Japan. Japanerne bremser nok selv denne utviklingen med sin mistillit til utlendinger og sin tendens til å kun være sammen med sin egen gruppe i utlandet, men det stanser den ikke.

Både teoretikere og informantene i datasettet mener at Japan blir mer individualistisk, og at de kulturelle tradisjonene som styrer sosial interaksjon mister sin makt over individene. Det er dog som Markus og Kitayama (1997) bemerket karakteristisk for vestlig kultur å se for seg individualisme som frigjøring fra det undertrykkende kollektivet, og at dette er den eneste veien utviklingen kan gå. Doi (1986) medgir at fokuset på individene har blitt noe styrket av amerikansk individualisme, men han argumenterer for at individet alltid har hatt en viss betydning i Japan. Dette mener han blir tydelig illustrert av japanernes bruk av *tatema* og *honne*. Det at de skjuler sin sjel for andre mennesker innebærer at de har en sjel, og at de selv velger når de skal gi uttrykk for den. Doi (1986) skriver at denne måten å dele selvet på ikke nødvendigvis er unikt for japanerne, men man i Japan i det minste er veldig opptatt av det. Uttrykket “å ikke ha et selv” gjenspeiler også at individet lenge har hatt en plass utenfor kollektivet, og Yukis (2003) relasjonelle sosiale identitet gir en plausibel forklaring på hvordan japanere kan være individualistiske i sine inngrupper.

Lebra (1976) argumenterer for at japanere er like opptatt av å bevare individets uavhengighet og frihet som andre folk. Hun mener at japanere legger mye stolthet i sitt *jibun* og dets makt til å motstå sosialt press. Japansk individualisme mener hun ligger på motsatt side av sosial involvering, hvilket innebærer at individet kun kan være autonomt i fravær av andre mennesker. Dette innebærer at de midlertidig fjerner seg selv fra gruppen og søker ensomhet. Lebra (1976) mener da at mange ensomme japanere gjerne vil være ensomme, og mener det er reflektert i japansk skjønnlitteraturs romantisering av *rōnin*, og andre ensomme helter som alene sloss mot ondskaper. Økt individualisme vil nok ikke av den grunn viske ut hva det vil si å være japansk, siden aspekter av det alltid har vært til stede i japansk kultur. Det er heller ikke noe nytt at Japan tar til seg aspekter av andre kulturer, og som Lebra (1976) skriver er Japans kultur unik fordi den tilpasser dem til sin egen kontekst og på den måten beholder sin kulturelle identitet. Selv om kulturen er i forandring er det derfor store sjanser for at essensen av Japans kultur vil bestå, men den nye åpenheten til verden vil nok prege det ellers så historisk isolerte landet på en eller annen måte.

6 Avsluttende Refleksjoner

Denne oppgaven har hovedsakelig tatt for seg det japanske selvet og japansk selvtillit. Disse har blitt sett på i sammenheng med japansk kultur, og på den måten har deler av forholdet mellom individ og kultur blitt belyst. Jeg har tatt opp mange aspekter av *det japanske selvet*, men dets forhold til gruppen er nok det som er mest fremtredende. Oppgavens resultater viser at gruppen og individet fungerer som et gjensidig støttende system i Japan, og at japanernes innsats og engasjement i gruppen blir gjengitt i form av varme følelser av samhold og enhet. Japanerne vil skjule sine følelsesuttrykk og meninger for å opprettholde konsensus og enighet i gruppen, men det innebærer langt fra at individet blir undertrykt. Yuki (2003) skriver at fokuset heller er på at man er koblet til de andre gruppemedlemmene, og det viktigste er da ikke nødvendigvis at de anser seg som bedre enn andre grupper, men at gruppen er i stand til å operere som en enhet. Gruppehandling er hvor japanerne utmerker seg, og ved å handle som én så opplever de samhold og følelsen av å høre til (Lebra, 1976). Det er viktig å få med at selv om gruppen er veldig viktig i japanernes liv, så har likevel også individet stor betydning for japanerne. Informantene var bevisste på hvordan de måtte regulere sin atferd i japansk kontekst, og japaneren kan da ses på som et bevisst individ som velger sine uttrykk med omhu for å opprettholde den gode følelsen innad i gruppen.

Til tross for at Markus og Kitayamas (1991) teori om uavhengige og gjensidig avhengige selv til tider er upresis og begrensende for det den forklarer, er den likevel et godt utgangspunkt når man skal forske på krysskulturelle forskjeller i selv. Teorien må ikke brukes uten forbehold, men heller som et distinkt perspektiv å se på menneskelig interaksjon fra. Siden teorien fokuserer på avstanden mellom mennesker har den vist hvordan japanere tar sine avgjørelser ut fra inngruppens interesser, men det innebærer ikke nødvendigvis at japanere ikke til tider kan fungere uavhengig av gruppen. Japanere har et behov for å av og til distansere seg fra andre mennesker og kun fokusere på seg selv, og dette har ikke Markus og Kitayama (1991) fanget opp i sin teori. De har heller ikke inkludert japanernes fullstendige isolasjon og kompetitive natur når de er i overgangsfaser i livet, som for eksempel når de søker etter jobb. De er da svært fokuserte på personlig måloppnåelse, en kvalitet ved det uavhengige selvet. Teorien om uavhengige og gjensidige avhengige selv har imidlertid fanget opp store deler av det japanske selvets generelle tilstand, og det innebærer at den gjennomsnittlige japaneren vanligvis har et gjensidig avhengig selv.

Markus og Kitayama (1991) åpnet opp for at avhengighet ikke nødvendigvis er et onde slik som det gjerne blir fremstilt som i vestlig kultur. Det kan komme av at japanerne

fokuserer på det gjensidige ved avhengigheten, mens amerikanere gjerne ser på avhengighet som et ujevnt maktforhold (Niiya et al., 2006). Det er her verdt å merke seg at selv om avhengighet blir sett på som mer positivt i Japan enn i vestlige kulturer, så innebærer ikke det at det er like ønskelig i alle situasjoner. Ved å se på japanerne som på mange måter er mer bevisste på sin egen avhengighet til andre, så kan man innse positive aspekter ved å behøve andre mennesker i situasjoner i livet. Vi har også sett at selv amerikanere kan sette pris på avhengighet til andre personer (Niiya et al., 2006), og det åpner opp en mulighet for at mange vestlige er mer avhengige av andre mennesker enn de er villige til å innrømme.

Oppgavens andre tema er *japansk selvtillit*, hvor spørsmålet er hvor vidt japanere innehar og søker positiv selvtillit. Resultatene tyder på at japanere vurderer sitt selvs verdi i flere sammenhenger, men det var uklart hvor vidt de så på selvtillit på samme måten som vestlige. Likevel er det forskning som støtter at japanere innehar positiv selvtillit, og selv om det er uklart hva implisitt selvtillit innebærer, så viser den at japanere innehar en form for positiv affekt mot selvet i like stor grad som amerikanere (Yamaguchi, 2007). Ut fra litteraturen er det mye som tyder på at en selvkritisk holdning er en integrert del av sosialiseringen i Japan, men det er lite som indikerer at selvkritikk er direkte koblet til mangelen på uttrykt selvtillit som Heine et al. (1999) foreslår. Så vidt jeg har kommet fram til er hovedgrunnen til at japanere ikke gir uttrykk for positiv selvtillit at selvtillit ikke blir fokusert på i japansk hverdagsliv. Når det kommer til subjektiv oppfatning av eget selvverd har japanerne heller et balansert forhold til seg selv. De har et inntrykk av sitt eget selvverd, men det er noe som de først fokuserer på når de er alene. I sterk motsetning til vestlige samfunn hvor selvtillit blir ansett som den kvaliteten som får deg opp og frem i livet, er det ikke et tema som angår japanere til daglig, og det er ikke en viktig kulturell verdi. Å føle godt om seg selv er likevel noe japanere setter pris på, men det er som med lykke kun et stadium i en større syklus, og derfor ikke noe de kan klamre seg til eller alltid forsøke å oppnå. De finner sitt selvs verdi i personlig refleksjon isolert fra gruppen de hører til. Andre ting som peker til at japanerne evaluerer sitt selvs verdi at denne type evaluering er koblet til sentrale aspekter av japansk kultur. De vurderer sine relasjoner, sin selvpresentasjon og sin innsats, men vurderingen vil være vanskelig å fange opp med selvtillitstester da de er avhengige av den sosiale konteksten.

Oppgaven har også vist hvordan Japans kultur er i forandring. Dette er både resultat av de strukturelle endringer som ble gjort i landet etter 2. verdenskrig, og at japanere reiser mer utenlands og er mer åpne for fremmede kulturer og synet av utlendinger i Japan. Denne forandringen går ikke fort, men den går flytende som resultat av japanernes

tilpasningsdyktighet. Japanere har lett for å ta til seg nye ting, og de passer nye kulturelle aspekter inn i sitt kulturelle utgangspunkt (Lebra, 1976). Det virker for meg at japanerne blir opplært til kollektivistisk tankegang, og disse at ideene stort sett ikke blir utfordret på grunn av samfunnets homogenitet. Som reflektert av resultatene får japanerne nye perspektiv på ting i livet ved å reise ut av Japan, men selv om de forandrer atferd i utlandet så faller de tilbake i kulturelle mønstre når de kommer tilbake. Dette kan reflektere en viktig del av forholdet mellom kultur og selv. Individet etablerer nye eller utvikler sine selvskjema når det reiser ut av sin kjente kulturelle kontekst og oppholder seg i en ny kontekst over lengre tid. En synlig forandring skjer i og med at individet skifter atferd som passer bedre inn i den nye kulturelle konteksten, men atferden kan skifte tilbake til utgangspunktet når individet kommer tilbake til sin vante kontekst eller er i sosial interaksjon med mennesker fra samme kultur.

Det er mulig at denne “kultursensitiviteten” er unik eller i det minste forsterket når det kommer til japanere, da en stor del av japansk hverdagsliv går ut på å skjule sitt selv. Normer for regulering av atferd har fremdeles stor tyngde i Japan, og det innebærer at selv om det japanske selvet utvikler seg i utlandet, så vil sensitiviteten til konteksten bestå og de vil justere selvuttrykket i forhold til om det er japanere til stede eller ikke. Japanere gir derimot mer uttrykk for selvtillit etter at de har vært i utlandet, og det kan både være koblet til at de har våget seg ut i den store verdenen, og at de har lært å gi mer uttrykk for sitt selv i kontakt med utlendinger. Det interessante ved forandringen informantene gikk gjennom er at selv om de mister sin sjenanse og tror mer på sine egne evner etter å ha vært i utlandet, så beholder de det som etter mitt inntrykk er essensielle japanske kvaliteter. De er fremdeles veldig engasjerte i gruppene sine, de er sensitive til både atmosfæren og andres følelser i den sosiale situasjonen, og de tilpasser og justerer seg selv i forhold til andre mennesker. Dette tyder på at kjernen av Japans kultur vil bestå til tross for økende ekstern påvirkning, og at japanere vil forbli japanske til tross for at de ikke lenger lever i et isolert samfunn.

Språket er den vanligste måten man uttrykker sitt selv på, både gjennom beskrivelser av sine attributter og verdier, men også gjennom å fortelle om sitt livs handlinger, erfaringer, tolkninger og avgjørelser. I og med at informantene ikke ga uttrykk for sitt selv gjennom sitt morsmål, så kunne forskningsprosjektet vært forbedret med hjelp av en japansk medforsker. Ved å gjøre forskningen sammen med noen med et insiderperspektiv ville også kunne forbedret analyse av dataene. Det ville gitt et bedre inntrykk om det var *tatema* eller *honno* som ble presentert av informanten i intervjuet, men tvilen vil nok aldri bli fullstendig utvisket når det er japanere som forskes på. Uansett spiller det japanske språket en stor rolle når det kommer til skjuling av meninger, og med et ekstra insiderperspektiv ville det være et svært

spennende utgangspunkt for videre forskning. I tillegg til en fortsettelse av dette prosjektet er det også andre veier å gå videre med forskning på det japanske selvet. Hvilke forandringer selvet går gjennom ved å besøke nye kulturer kan også være et interessant forskningsfelt. Man kan da avdekke hvilke aspekter av kulturens påvirkning som er foranderlig og hvilke som er rigide, samt hvilke kulturelle uttrykk som er ekstra “smittsomme.” Det vil nok også være svært lærerikt å studere det japanske selvet utenfor byene i Japan. Informantene mente at de “typiske japanerne” var å finne på landsbygda, og det er funnet regionale forskjeller i selv(Kashima et al., 2004). Hvorfor japanere viser lite uttrykk for selvtillit kan også forskes videre på, og den bør inneholde måling over mange forskjellige situasjoner for å forsøke å fange opp den til tider u håndgripelige japanske selvtilliten. Som Markus og Kitayama (1994a) argumenterer for finnes det distinkte fordeler med å studere et ikke-vestlig selv, og flere av disse går ut på å få nye perspektiv og andre måter å se på det vestlige selvet. Ved å studere det japanske selvet har jeg fått bedre forståelse av hvordan japaneres tenkemåte og relasjonelle utgangspunkt er forskjellig fra mitt eget, men jeg har også innsett hvor like vi er til tross for av og til ekstremt forskjellige uttrykk for kultur.

Nå som vi har kommet til veis ende er det på tide å ta opp spørsmålet som ble stilt innledningsvis om japanernes håndtering av naturkatastrofene som rammet nylig landet. Triandis (1989) skriver at et av kjennetegnene til kollektivistiske kulturer er at hele landet vil bli til individenes inngruppe når de befinner seg i en nasjonal krise. Dette forklarer på mange måter japanernes atferd etter jordskjelvene, da fokuset var på å hjelpe hverandre fremfor å passe på at en selv overlever. Siden det gikk så hardt utover de som bodde i de mest utsatte områdene, så rammet naturkatastrofen alle japanere. De som befant seg i katastrofeområdene plyndret verken sine naboer eller lokalbutikken fordi de følte at de alle var den samme situasjonen. Dette kan kobles til *ittikan*, følelsen av enhet. Alle grensene mellom individene hadde blitt fjernet og japanerne fokuserte på å støtte og hjelpe hverandre gjennom denne vanskelige tiden. Japanerne valgte da et “større selv” fremfor et “lite selv”, en handling som er sett på som en dyd i japansk kultur, og Doi (1973) argumenterer for at dette forklarer hvordan japanerne har stått sammen i nasjonale krise siden antikke tider. Verdier og de sosiale praksisene som er innbakt i japansk kultur får folk til å stå *sammen* når krisen er som verst, og på dette punktet har vestlige samfunn mye å lære av Japan.

Referanser

- Baumeister, R. F. (1999). *The Self in Social Psychology*. New York: Psychology Press.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Baszanger, I., & Dodier, N. (2004). Ethnography: Relating the part to the whole. I D. Silvermans (red.) *Qualitative Research: Theory, Method and Practice*. London: Sage Publications.
- Benedict, R. (1946). *The Chrysanthemum and the Sword*. Cleveland: Meridian Books.
- Berg, B. L. (2001). *Qualitative Research Methods for the Social Sciences*. Boston: Allyn and Bacon.
- Brewer, M. B., & Yuki, M. (2007). Culture and social identity. I S. Kitayama og D. Cohen (red.), *Handbook of Cultural Psychology* (307-322). New York: The Guilford Press.
- Bærland, K. G. (2010). Et japansk perspektiv på selvet. *Psykologisk Tidsskrift*, 3, 14-19.
- Cross, S. E., & Madson, L. (1997). Models of the self: Self-construals and gender. *Psychological Bulletin*, 122(1), 5-37.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (red.) (2000). *Handbook of Qualitative Research*. California: Sage
- Doi, T. (1973). *The Anatomy of Dependence*. Tokyo: Kodansha.
- Doi, T. (1981). *The Anatomy of Dependence* (revidert utgave). Tokyo: Kodansha.
- Doi, T. (1986). *The Anatomy of the Self: The Individual Versus Society*. Tokyo: Kodansha.
- Epstein, S. (1973). Selv-concept revisited: Or a theory of a theory. *American Psychologist*, 28, 404-416.
- Feather, N. T., & McKee, I. R. (1993). Global self-esteem and attitudes toward the high achiever for Australian and Japanese students. *Social Psychology Quarterly*, 56, 65-76.
- Gilbrant, J. M. (14.03.2011). Hvorfor plyndrer ikke japanerne? *Dagbladet*. Hentet fra <http://www.dagbladet.no/2011/03/14/nyheter/japan/utenriks/jordskjelv/tsunami/15812879/>
- Giorgi, A. (1989). "One Type of Analysis of Descriptive Data: Procedures Involved in Following a Scientific Phenomenological Method." *Methods*, 39-61.
- Glaser, B. G., & Strauss, A. (1967). *The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research*. Chicago: Aldine.
- Green, M. J. (2001). *Japan's Reluctant Realism*. New York: Palgrave.

- Greenberg, J., Solomon, S., Pyszczynski, T., Rosenblatt, A., Burling, J., Lyon, D., Simon, L., & Pintel, E. (1999). Why do people need self-esteem? Converging evidence that self-esteem serves an anxiety-buffering function. I Baumeister, R. F. (red.) *The Self in Social Psychology* (105-118). New York: Psychology Press.
- Greenwald, A. G., & Banaji, M. R. (1995). Implicit social cognition: Attitudes, self-esteem, and stereotypes. *Psychological Review*, 102, 4-27.
- Guimond, S., Chatard, A., Martinot, D., Crisp, R. J., & Redersdorff, S. (2006). Social comparison, self-stereotyping, and gender differences in self-construals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(2), 221-242.
- Hamaguchi, E. (1985). A contextual model of the Japanese: Towards a methodological innovation in Japan studies. *Journal of Japanese Studies*, 11, 289-321.
- Hammersley, M. & Atkinson, P. (1983). *Ethnography: Principles in Practice*. London: Routledge.
- Heine, S. J. (2007). Culture and motivation: What motivates people to act in the ways that they do? I S. Kitayama og D. Cohen (red.), *Handbook of Cultural Psychology* (714-733). New York: The Guilford Press.
- Heine, S. J., Lehman, D. R., Markus, H. R., & Kitayama, S. (1999). Is there a universal need for positive self-regard? *Psychological Review*, 106(4), 766-794.
- Heine, S. J., , Kitayama, S., Lehman, D. R., Takata, T., Ide, E., Leung, C., et al. (2001). Divergent consequences of success and failure in Japan and North America: An investigation of self-improving motivations and malleable selves. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 595-615.
- James, W. (1999). The self. I Baumeister, R. F. (red.) *The Self in Social Psychology* (69-77). New York: Psychology Press.
- Jones, E. E., Rhodewalt, F., Berglas, S. C., & Skelton, A. (1981). Effects of strategic self-presentation on subsequent self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 407-421.
- Kanagawa, C., Cross, S. E., & Markus, H. R. (2001). "Who am I?" The cultural psychology of the conceptual self. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 90-103.
- Kang, D. C. (2007). *China Rising*. New York: Columbia University Press.
- Kashima, Y. (2000). Conceptions of culture and person for psychology. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 14-32.
- Kashima, Y., Kashima, E. S., Chiu, C.-Y., Farsides, T., Gelfand, M., Hong, Y.-Y., Kim, U., Strack, F., Werth, L., Yuki, M., & Yzerbyt, V. (2005). Culture, essentialism, and

- agency: Are individuals universally believed to be more real entities than groups? *European Journal of Social Psychology*, 35, 147-169.
- Kashima, Y., Kashima, E. S., Kim, U., & Gelfand, M. (2006). Describing the social world: How is a person, a group, and a relationship described in the East and the West? *Journal of Experimental Social Psychology*, 42, 388-396.
- Kashima, Y., Kokubo, T., Kashima, E. S., Boxall, D., Yamaguchi, S., & Macrae, K. (2004). Culture and self: Are there within-culture differences in self between metropolitan areas and regional cities? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 816-823.
- Kashima, Y., Yamaguchi, S., Kim, U., Choi, S.-C., Gelfand, M. J., & Yuki, M. (1995). Culture, gender, and self: A perspective from individual-collectivism research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(5), 925-937.
- Kitayama, S. & Duffy, S. (2004). Cultural competence – Tacit, yet fundamental: Self, social relations, and cognition in the US and Japan. I R. J. Sternberg og E. L. Grigorenko, (red.), *Culture and Competence*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Kitayama, S., Markus, H. R., Matsumoto, H., & Norasakkunkit, V. (1997). Individual and collective processes in the construction of self: Self-enhancement in the United States and self-criticism in Japan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(6), 1245-1267.
- Kitayama, S., & Uchida, Y. (2003). Explicit self-criticism and implicit self-regard: Evaluating self and friend in two cultures. *Journal of Experimental Social Psychology*, 39, 476-482.
- Kvale, S. (1983). The qualitative research interview: A phenomenological and a hermeneutical mode of understanding. *Journal of Phenomenological Psychology*, 14(2), 171-196.
- Kvale, S. (1996). *Interviews: An Introduction to Qualitative Research Interviewing*. London: Sage Publications.
- Leary, M. R., Tambor, E. S., Terdal, S. K., & Downs, D. L. (1999). Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. I Baumeister, R. F. (red.) *The Self in Social Psychology* (87-104). New York: Psychology Press.
- Lebra, T. S. (1976). *Japanese Patterns of Behavior*. Honolulu: University of Hawaii Press.
- Lyons, A. & Kashima, Y. (2001). The reproduction of culture: Communication processes tend to maintain cultural stereotypes. *Social Cognition*, 19(3), 372-394.
- Markus, H. R. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63-78.

- Markus, H. R., & Hamedani, M. G. (2007). Sociocultural psychology: The dynamic interdependence among self systems and social systems. I S. Kitayama og D. Cohen (red.), *Handbook of Cultural Psychology* (3-39). New York: The Guilford Press.
- Markus, H. R. & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Markus, H. R. & Kitayama, S. (1994a). A collective fear of the collective: Implications for selves and theories of selves. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 568-579.
- Markus, H. R. & Kitayama, S. (1994b). The cultural construction of self and emotion: Implication for social behavior. I S. Kitayama og H. R. Markus (red.), *Emotion and Culture: Empirical Studies of Mutual Influence* (89-130). Washington, DC: American Psychology Association.
- Markus, H. R. & Kitayama, S. (2010). Cultures and selves: A cycle of mutual constitution. *Perspectives on Psychological Science*, 5(4), 420-430.
- Matsumoto, D. (1996) *Unmasking Japan: Myths and Realities about the Emotions of the Japanese*. California: Stanford University Press.
- Matsumoto, D. (1999). Culture and self: An empirical assessment of Markus and Kitayama's theory of independent and interdependent self-construals. *Asian Journal of Social Psychology*, 2, 289-310.
- Matsumoto, D., Yoo, S. H., & Fontaine, J. (2008). Mapping expressive differences around the world: The relationship between emotional display rules and individualism versus collectivism. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 39, 55-74.
- Niiya, Y., Ellsworth, P. C., & Yamaguchi, S. (2006). Amai in Japan and the United States: An exploration of a "culturally unique" emotion. *Emotion*, 6(4), 279-295.
- Nisbett, R. E. (2003). *The Geography of Thought: How Asians and Westerners Think Differently – and Why*. London: Nicholas Bearley Publishing.
- Ross, M., Heine, S. J., Wilson, A. E., og Sugimori, S. (2005). Cross-Cultural Discrepancies in Self-Appraisals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(9), 1175-1188.
- Sakai, R. K. (1968). The Ryukyu (Lui-Ch'iu) islands as a fief of Satsuma. I J. K. Fairbanks *The Chinese World Order: Traditional China's Foreign Relations* (112-164). Cambridge: Harvard University Press.
- Sedikides, C. (1993). Assessment, enhancement, and verification determinants of the self-evaluating process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 317-338.
- Shimizu, H. (2000) Japanese Cultural Psychology and Empathic Understanding: Implications for Academic and Cultural Psychology. *Ethos*, 28(2), 224-247.

- Tajfel, H. (1981). *Human Groups and Social Categories: Studies of Social Psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Takata, T. (2003). Self-enhancement and self-criticism in Japanese culture: An experimental analysis. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 34, 542-551.
- Tice, D. M. (1992). Self-presentation and self-concept change: The looking glass self as magnifying glass. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 435-451.
- Triandis, H. C. (1989). The self and social behavior in differing cultural contexts. *Psychological Review*, 96, 506-520.
- Triandis, H. C. (2007). Culture and psychology: A history of the study of their relationships. In S. Kitayama og D. Cohen (red.), *Handbook of Cultural Psychology* (59-76). New York: The Guilford Press.
- Triandis, H. C., Bontempo, R., Villareal, M. J., Asai, M., & Lucca, N. (1988). Individualism and collectivism: Cross-cultural perspectives on self-in-group relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 323-338.
- Turner, J. C. (1982). Towards a cognitive redefinition of the social group. In H. Tajfel's *Social Identity and Intergroup Relations*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Turner, R. H. (1976). The real self: From institution to impulse. *American Journal of Sociology*, 81, 989-1016.
- Uchida, Y. & Kitayama, S. (2009). Happiness and unhappiness in east and west: Themes and variations. *Emotion*, 9(4), 441-456.
- Vygotskij, L. (1962). *Thought and Language*. Cambridge: The Massachusetts Institute of Technology Press.
- Yamaguchi, S., Greenwald, A. G., Banaji, M. R., Murakami, F., Chen, D., Shiomura, Kobayashi, C., Cai, H., & Krendl, A. (2007). Apparent universality of positive implicit self-esteem. *Psychological Science*, 18, 498-500.
- Yamaguchi, S., Lin, C., & Aoki, S. (2006). Self-esteem in cultural context: The case of the Japanese. In Q. Jing, M. R. Rosenzweig, G. d'Ydewalle, H. Zhang, H.-C. Chen, & K. Z. Zhang (red.), *Progress in Psychological Science Around the World, Vol. 2: Social and Applied Issues* (319-330). New York: Psychology Press.
- Yamaguchi, S., Lin, C., Morio, & Okumura, T. (2008). Motivated expression of self-esteem across cultures. In R. M. Sorrentino & S. Yamaguchi (red.), *Handbook for Motivation and Cognition Across Cultures* (369-392). San Diego: Academic Press.

Yuki, M. (2003). Intergroup comparison versus intragroup cooperation: A cross-cultural examination of social identity theory in North America and East Asian cultural contexts. *Social Psychology Quarterly*, 66, 166-183.

Appendiks 1: Intervjuguide

Informed consent

The purpose of this research interview is to explore the Japanese sense of self, as a part of my master thesis. Participation in this research is entirely voluntary, and you have the right to refrain from answering questions and to quit the interview at any time. Except to the researcher, Karl Gunnar Bærland, you will be completely anonymous and the records of the interview and your contact information will be handled with strict confidentiality. By signing this document you agree that you have been given information about the research and are participating in it voluntarily.

Introduction

- What is your name?
- How old are you?
- Where do you come from?
- Where were you raised?
- How do you like it in Tokyo? ...when did you move?
- What do you do? ...for a living/study?
- How do you like it? ...how long?

Family

- **Tell me a bit about your family**
- Do you come from a big family?
- Do you have any siblings?
- Are you close with your family?
- With anyone in particular? How come?
- Do you have any duties to your family?
- Do you feel like you have to do well in school/at work for your family?
- Do you spend a lot of time with your family?

Person

- **How would you describe yourself as a person?**
- Can you name any good qualities about yourself?
- Can you name any bad qualities about yourself?
- **Can you tell me about one time you were very sad?**

- **Can you tell me about one time you were very happy?**
- Do you have any goals in your life?
- How do you plan to achieve these goals?
- What inspired you to set these goals?

School/work

- **Tell me about your studies/work**
- Do you feel close to your classmates/co-workers?
- Do you work close with your classmates/co-workers?
- Do you do things together outside of school/work?
- What do you do on your free time? ...hobbies, interests, hang-out...
- Who do you do it with?
- Have you ever felt that this has come in conflict with your (school)work?
- How about your family?

Decision

- **Could you tell me about one time when you took a important decision in you life?**
- Were you forced to take it?
- What were the consequences of the decision?
- What other choice did you have?
- Do you regret this decision?

Epilogue

- What would you say is essential to being Japanese?
- Do you at any time during the interview feel it difficult to express yourself in English?
- Any feelings not easily translated to English?
- Is there anything you would like to add?