

自己受容と他者受容のバランスがアイデンティティの確立に及ぼす影響

問題・目的 青年期の発達課題として精神的に自立し、アイデンティティを確立することが挙げられる。アイデンティティは自己受容と関連が指摘され、自己受容が高い者はアイデンティティが確立されていることが明らかにされている。しかし、自己受容が高いことは一概によいとは言えず、過剰自己受容にある者の中で必ずしも精神的に健康とは言えない者がいるという指摘がある。これに対し上村（2007）は自己受容と他者受容のバランスに着目し、過剰自己受容は自己受容と他者受容のバランスが悪い状態であること、自己受容と他者受容がともに高い者が成熟的な特徴があることを明らかにした。アイデンティティの確立にも自己受容と他者受容のバランスが重要ではないかと考え、検討を行った。

方法 18～29歳にあたる129名（男性73名、女性56名、その他1名、平均年齢20.007歳、SD=1.695）に対してGoogle Formにて質問紙調査を行った。質問紙は①自己受容尺度：15項目（上村2007）、②他者受容尺度：13項目（上村2007）、③多次元同一性尺度：20項目（谷2001）で構成された。

結果・考察 自己受容・他者受容を独立変数、アイデンティティを従属変数とした分散分析を行った結果、他者受容の有意な主

効果が認められた。また、自己受容と他者受容の高低の組み合わせによる群分けを行うためにクラスター分析を行った。クラスターは5つに分けられ、それぞれLL（自己受容L、他者受容L）、ML、LH、HM、HHと名付けられた。各クラスターを独立変数、アイデンティティを従属変数とした分散分析を行った結果、得点が高い順にHH群、LH群、HM群、ML群、LL群となりLH群のみが他の群と比べて有意に高かった。これらのことからアイデンティティの確立において他者受容が重要であることが明らかになった。その理由として、フィードバックをもらったときに他者受容が高い方がその指摘を積極的に取り入れ、自分らしさに修正が入るためだと考えられる。また、自己受容が低いLH群のアイデンティティ得点が高かった理由として、自分の知らない一面に気付いたときに自分に対する自信が低いと、今のままでよいのかと内省をすることでアイデンティティの再構築が行われ、より強固な確立へと向かうと考えられる。本研究のクラスター分析ではHL群やMM群などの一部の群が検出されなかった。これらの群を含めて検討するためにより多くのデータを集めることが今後の課題と考えられた。

他者からの受容・拒絶経験が劣等感の補償反応に及ぼす影響

問題・目的

人が自分と、他者や理想の自分を比べ、劣っていると感じて悩み、苦しむ感情を劣等感という。また、抱いた劣等感を解消しようとする反応を、補償反応という。補償反応について、友尻（2011）は「劣等感反応特性尺度」を作成し、「努力志向性因子」、「防衛反応因子」、「代償志向性因子」、「劣等感の表出抵抗因子」、「劣等感の否認因子」の5つに大別した。本研究では、ポジティブあるいはネガティブな補償反応を生じさせる要因について、検討することとした。その要因について、他者に自らを受容された経験、もしくは拒絶された経験を仮定することとした。本研究では、まず、上記の五つの補償反応を取る者の主観的幸福感を測ることで、いずれの補償反応がポジティブに働くか、ネガティブに働くか、を明らかにすることとする。次に、他者からの受容経験および、拒絶経験の程度が、劣等感をポジティブあるいはネガティブに働かせた補償反応に及ぼす影響を検討することとする。

方法

2023年7月～9月に Google form を用いて質問紙調査を行い、回答に不備のない大学生、短大生、専門学生、高等専門学校生、社会人、96名（男性32名、女性64名、平均年齢：21.11歳 SD=0.47）を分析対象とした。質問紙は、(1)劣等感反応特性尺度27項目（友尻，2011）、(2)主観的幸福感尺度4項目（曾我部・本村，2010）、(3)受容・拒絶経験尺度20項目（岡田，2012）で構成された。

結果・考察

劣等感反応特性尺度の各質問項目と主観的幸福感尺度の相関分析の結果、「努力志向性因子」の2項目、「代償志向性因子」の3項目が劣等感をポジティブに働かせた補償反応、「防衛反応因子」の4項目が劣等感をネガティブに働かせた補償反応であることがわかった。次に、劣等感をポジティブ、ネガティブに働かせた補償反応得点を従属変数、受容・拒絶経験を独立変数として、2要因分散分析を行った。その結果、受容経験が多い者は少ない者に比べて、ポジティブな補償反応を取りやすいことがわかった。加えて、受容経験が多い群に限っては、拒絶経験が多い者が少ない者よりもポジティブな補償反応を取りやすいことがわかった。また、拒絶経験が多い群に限り、受容経験が多い者が少ない者よりもポジティブな補償反応を取りやすいことがわかった。これらの理由は、他者から受容されることで、そもそも建設的な補償反応を取れるようになるが、受容される者のなかでも、拒絶される悲しさを知っていると、再度、拒絶されないために、人に迷惑をかけない、より建設的な補償反応を取る方向に向かっていくためである、と考えた。ネガティブな補償反応については、受容・拒絶経験の影響を受けないことがわかった。ネガティブな補償反応は、自分自身の一時的な精神的不安定を回避する意味合いの方が大きいため、受容・拒絶経験よりも、過去の失敗経験を必要以上に気にする評価過敏性などの自己内の要因に影響を受ける、と考えられる。

養育者と養育者以外の重要な他者からの被養護体験が大学生の養護性に与える影響

問題・目的 発達途上にある対象を慈しみの心をもって養護しようとする姿勢を養護性という。糊澤（2009）は、養護性と小学生時における様々な被養護体験の関連を検討し、父母からの被養護体験得点が高いほど養護性も高くなることを示したが、性別やきょうだいにおける立場によって被養護体験の影響が異なった。この結果は、きょうだいにおける立場の違いではなく、誰を重要な他者だと感じ、かつその重要な他者から被養護体験を受けたと感じているかによるのではないかと考えられた。したがって、児童期の養育者からの被養護体験に加え、それ以降の重要な他者からの被養護体験についても検討する必要がある。養育者からの被養護体験が少なくとも重要な他者からの被養護体験が多ければ、養護性は高まると考えられる。そこで、養育者からに加え、重要な他者からの被養護体験が養護性に与える影響を検討することとした。

方法 18歳から24歳の大学生241名（男性97名、女性143名、その他1名、平均年齢20.01歳、 $SD = 1.41$ ）に対して質問紙調査を実施した。調査内容は、(1)フェイスシート（年齢、性別、子育て経験）、(2)養護性尺度（糊澤他、2009）、(3)養育者からの被養護体験（糊澤、2011）、(4)重要な他者からの被養護体験（糊澤、2011）であった。

結果・考察 分析の結果、男女とも、子育て経験が「共感性」、「技能」を、養育者からの被養護体験が「共感性」、「準備性」、「非受容性」を、重要な他者からの被養護体験が「共感性」を高めていた。また、性別によって異なる結果も得られ、男性に関しては、養育者からの被養護体験を重要な他者からの被養護体験で補いながら養護性を発達させ、それを実際に子育てにおいて発揮することで、さらに深化させていくのではないかと考えられた。女性に関しては、養育者からの被養護体験の再現を「育てる」ことの原体験としながら養護性を発達させ、重要な他者からの被養護体験と子育て経験をあわせて得ることにより、さらに養護性を高めていくのではないかと考えられた。これらの結果から、養護性を高めるアプローチとして、特に養育者からの被養護体験の少ない男性に関しては、支援者による養護的な関わりが有効であると考えられた。女性に関しては、養育者から大切にされた経験を想起することや、他の親子の観察により新たな「育てる」ことのモデルを獲得することが有効であると考えられた。また、これらのアプローチと組み合わせて、男女ともに、子育てを体験的に理解できる機会を取り入れることや、子育てサークルなどへの参加も効果的である可能性がある。

スピーチ場面において予期不安と“あがり”経験がパフォーマンスの自己評定に与える影響の検討

問題・目的 山田他 (2018) によると、パフォーマンス最中の“あがり”への意識集中が、“あがり”を強め、パフォーマンスを低下させることを明らかにしている。しかし、“あがり”への意識集中は、パフォーマンス最中だけに起因するのではなく、“あがり”場面の前の心理的状态が起因する場合もあるだろう。“あがり”場面の前に生じる“あがり”への意識集中の原因として、“あがり”ことに対する「予期不安」が挙げられる。福西 (2007) は、スピーチ恐怖について、将来的社会的状況に対して予期不安が現れると述べている。しかし、福西の予期不安は、“あがり”の症状が出ることへの不安と、“あがり”によってパフォーマンスが低下した場合の社会的評価や結果に対しての不安が混同している。しかし、“あがり”の発現機序を考えるとそれらを区別する必要があるだろう。“あがり”への過度な意識集中の促進に影響する予期不安は、“あがり”の症状が出ることへの不安だと思われる。そこで本研究では、これらを区別し、“あがり”場面において、“あがり”症状への予期不安とパフォーマンス最中の“あがり”の程度によるパフォーマンスについての自己評定低下の程度の違いを検討することを目的とした。

方法 18 歳から 24 歳までの学生 204 名 (男性 65 名、女性 135 名、その他 4 名、平均年齢 19.94 歳、 $SD=1.36$) を対象に質問紙調査を行った。調査内容は、(1) フェイス項目、(2) スピーチ場面の想起と重要度、(3) “あがり”経験 (FAEQ 短縮版; 有光・今田, 1999 より改

訂)、(4) 予期不安、(5) パフォーマンス (SPQ; 城月他, 2010) であった。

結果・考察 FAEQ 短縮版と SPQ の項目に、意味が重複する項目があったため、FAEQ 短縮版と SPQ の相関分析を行い、相関が高かった項目を FAEQ 短縮版から削除した。また、FAEQ 短縮版の因子分析を行い、最終的に 1 因子 10 項目となった。“あがり”と予期不安を独立変数、パフォーマンスを従属変数とした 2 要因分散分析を行った。“あがり”と予期不安の主効果が認められたが、“あがり”と予期不安の交互作用は認められなかった。このことから、予期不安の程度によって、パフォーマンスの自己評定が変化することが明らかとなった。これは、高予期不安者のスピーチに対する自信の低さが関係しているだろう。SPQ の項目には、身体症状によるパフォーマンスの悪さを表すものと、より良いパフォーマンスであったかを表すものが含まれる。高予期不安者は、SPQ 項目の中でも、より良いスピーチであったかどうかを表す項目に気を配れないために、パフォーマンスの自己評定は低下したと考えられる。本研究の結果、予期不安に対処することで、パフォーマンスの低下を抑えられることが示された。また、“あがり”の症状が出ること自体に対する予期不安を取り扱った。そのため、“あがり”場面での予期不安の対処法として、症状が起こること自体に対する予期不安であることが共通しているパニック障害の研究における対処法等が参考になるだろう。

競技不安とマインドフルネス傾向がパフォーマンスに及ぼす影響

問題・目的

スポーツを行う際にスポーツ競技者が感じる不安として、スポーツ心理学の分野では「競技不安」として研究が進められてきた。競技不安をモチベーションとすることでよい影響を生み出しているスポーツ競技者も存在する(福井 2014) が、過度に高い不安感情は競技場面での実力発揮を阻害すると示唆されている。不安感情を低減する方法について、リラックスや気分転換、自己教示法などが挙げられるが、いずれも競技不安を低減させる明確な効果は認められなかった。そこで、不安を低減させるのではなく、不安とうまく向き合うことが実力を発揮するうえで重要なのではないかと考えた。本研究では、不安への向き合い方としてマインドフルネスを取り上げる。マインドフルネスによって、不安などのネガティブな感情を俯瞰して受け流すことができるため、不安によるパフォーマンス低下を抑制できるのではないかと考え、検討を行った。

方法

2023年7月上旬から8月中旬にかけて、2023年度関西選手権競漕大会または浜寺杯に2乗り以上の種目で出場した大学生54名(男子カテゴリー45人、女子カテゴリー17人)を対象にGoogle formを用いた質問紙調

査を実施した。質問紙は①スポーツ競技者版マインドフルネス尺度21項目(雨宮他 2015)、②スポーツ競技者版パフォーマンス低下尺度8項目(雨宮 2016)、③スポーツ競技特有の特性不安尺度25項目(橋本他 1993)で構成された。

結果・考察

スポーツ競技者版マインドフルネス尺度とスポーツ競技特有の特性不安尺度を従属変数、スポーツ競技者版パフォーマンス低下尺度を独立変数として2要因分散分析を行った。その後、競技不安を持ちやすい選手を抽出し、再度分析を行った。その結果、競技不安がパフォーマンス低下の認知を引き起こすことが明らかとなった。なお、抽出後の分析では、競技不安に主効果が認められなかったため、競技不安の程度ではなく、競技不安の有無がパフォーマンス低下の認知を引き起こすことが考えられる。また、マインドフルネスに至りやすい選手はパフォーマンス低下の認知に繋がりにくいと明らかとなった。さらに、競技不安が特に高い選手でも、マインドフルネスの状態に至りやすい選手は、マインドフルネスの状態に至りにくい選手と比べて、パフォーマンスが低下したと評価しにくいということが明らかとなった。

推し活における隠れファン層の SNS の居場所感がアイデンティティに与える影響

問題・目的 ファン心理に関する研究が近年行われてきた。小城 (2018) は、アイドルや俳優などの推しを応援するファン層は 5 つに分類されることを明らかにした。また、小城は、ファン層の中で推しがいることを周りに公言せず、推しが流行することに否定的である「隠れファン層」は孤独感が高くアイデンティティの確立が不十分であることを示した。しかし、隠れファン全員の孤独感が高くアイデンティティの確立が不十分であるとは言えないだろう。アイデンティティは、自分が自分であり、他者からも認められているという感覚である。そのため、本来の自分と他者から見た自分が一貫する、本来の自分を見せることができる居場所がアイデンティティの確立に重要なのではないかと考えた。そこで、本研究では、隠れファンのアイデンティティの確立を促進させるための要因として、SNS の居場所感を取り上げる。隠れファンは周囲の人に推しがいることを公言せずとも、SNS に隠れファンとしての居場所感があることで、本来の自分を隠すことなく交流することができるため、隠れファンのアイデンティティの確立を促進させるのではないかと考え、検討を行った。

方法 2023 年 7 月上旬~9 月中旬にかけて、18 歳から 26 歳の 118 名 (男性 14 名、女性 104 名) を対象に Google フォームを用いて、質問紙調査を実施した。①ファン心理改訂版尺度 22 項目 (小城,2018)、②ファン行動尺度 18 項目 (向井他,2016)、③居場所感尺度 13 項目 (石本,2010)、④多次元自我同一性尺度 20 項目 (谷,2001) で構成された。

結果・考察 小城 (2018) の基準を参照し、ファン心理改訂版尺度とファン行動尺度を用いて、隠れファンを抽出した。その後、隠れ

ファン傾向と居場所感尺度を独立変数、多次元自我同一性尺度を従属変数として、2 要因分散分析を行った。結果、隠れファンでも SNS に居場所がある隠れファンの方が、SNS に居場所がない隠れファンに比べて自我同一性尺度の下位尺度である、対他的同一性の形成がなされていることが明らかとなり、交互作用が示された。仮説は支持されたと言える。対他的同一性とは、他者から見られているであろう自分自身が、本来の自分自身と一致しているという感覚である。隠れファンでも SNS に居場所感があることで堂々とファンでいられる場所を持つため、本来の自分自身と SNS の他者から見られているであろう自分自身に一貫性を見出すことができるようになったのではないかと考えた。また、隠れファン層と隠れファン層ではない人のアイデンティティ確立に差が無いことも明らかとなった。これは小城 (2018) の先行研究とは反する結果である。理由として、コロナが蔓延していた時期であるコロナ禍を経て、推しに対しての応援の仕方が変化したことが考えられる。コロナの外出自粛期間中は、オンラインでの有料配信や SNS での広報活動が活発化した。そのため、インターネットや SNS の利用が増加し、日常的なコミュニケーションツールとなったことで、隠れファンの人も人目に触れずとも日常的に応援活動ができる場が広がり、積極的に応援ができるようになったことで隠れファンでない人と同程度のアイデンティティの確立が促されたのではないかと考える。

ふれあい恐怖を持つ青年における親和動機と孤独感が精神的健康に与える影響

問題・目的 表面的な関わりはできるものの他者との深い関わりが苦手な対人恐怖の型をふれあい恐怖という(山田,1987)。ふれあい恐怖は精神的健康に負の影響を及ぼすとされている。たしかに、ふれあい恐怖がある者が周囲と比較して深い人づきあいができない自分を気にしてストレス等を感じることもあるだろう。とはいえ、対人葛藤を乗り越えて他者と関わろうとすることもまた社会的適応の観点から健康であると言えるだろう。そのようなふれあい恐怖が高く親和動機の高い者は、他者と深い関わりがうまくできない場合に一人であるという感覚が強いと考えられる。このような人でも一人であることを否定的に捉え過ぎなければ精神的健康を保つことができると考え、落合の孤独感に着目した。落合(1983)は他者との理解・共感の可能性の認識(LSO-U)と個別性への自覚(LSO-E)からなる孤独感尺度を用いて孤独感の類型判別を行い、両方高い類型を充実した孤独感であるとしている。充実した孤独感を持つことで孤独感をネガティブに捉え過ぎず、周囲と比較して苛まれすぎないのではないだろうか。したがって、ふれあい恐怖がありかつ親和動機が高い者でもLSO-U/Eが共に高ければ精神的健康を保つことができるのではないかと考え検討する。

方法 18から23歳($M=19.59, SD=1.29$)の学生142名に質問紙調査を実施した。質問紙は(1)フェイスシート、(2)ふれあい恐怖

尺度(岡田,2002)17項目、(3)親和動機尺度(杉浦,2002)9項目、(4)孤独感判別尺度(落合,1983)16項目、(5)改訂版自己実現尺度(坂中,2003)24項目で構成された。

結果・考察 分析を行うにあたり、ふれあい恐怖尺度で1/3以上の項目で少なくともあると回答した人をふれあい恐怖のある群とした。自己実現得点を従属変数、ふれあい恐怖の有無を独立変数とする1要因分散分析を行った。その結果、ふれあい恐怖のある者の方がいない者よりも有意に自己実現得点が低いことが示された。次に、ふれあい恐怖のある者のみを対象とし、親和動機と孤独感尺度の各下位尺度を平均値折半により高群と低群に分けたものを独立変数とし、自己実現得点を従属変数にした3要因分散分析を行った。その結果、いずれの交互作用も有意ではなかった。主効果については、LSO-Uのみで有意傾向であった。本来想定していた親和動機とLSO-U、LSO-Eの交互作用がみられなかったことについては、ふれあい恐怖がある者の中で親和動機が高い人の中に対人葛藤を抱えそれを乗り越えようとして自己実現に向かっていている者と、葛藤を抱えるためにそれを避けようとして自分自身と向き合うことができている者が混在している可能性があったと考えられる。とはいえ、ふれあい恐怖がある人の中でも他者と理解・共感ができると思える人の方が自己実現傾向が高いことが明らかになった。このことから、深い関わりが苦手でも表面的関りの中で理解・共感の体験を得ることで精神的健康の維持につながると考えられる。

自尊感情の種類による公的自己意識が対人不安へ与える影響の差異の検討

問題・目的 趙 (2012) の研究において、対人不安と公的自己意識、自尊感情の相関関係が、日本人と韓国人で異なる結果となっていた。この原因として、趙は日韓の自尊感情の水準差をあげた。しかし、近年、自尊感情の適応的側面は本当の自尊感情、不適応的側面は随伴性自尊感情として、分けて考えられている。そのため、趙の研究でも自尊感情を区別して測定しなおす必要があると考えた。趙の研究において、日韓で異なる結果となった背景に、自尊感情の種別の影響を受けた可能性があると考えられる。従って、本研究では、自尊感情の種別が異なる人では、公的自己意識や対人不安との相関関係が異なるのか、趙 (2012) の研究と照らし合わせて調査するとともに、公的自己意識と2種の自尊感情の組み合わせが日本人における対人不安の規定要因として捉えられるか検討することを目的とした。

方法 2023年6月～8月に Google form を用いて質問紙調査を行い、回答に不備のなかった、社会人経験のない現役大学生、男女97名（男性35名、女性62名、平均年齢20.57歳、 $SD=1.17$ 歳）を分析対象とした。質問紙は、(1) 対人不安尺度（堀井・小川、1996；1997）20項目 (2) 公的自己意識尺度（菅原、1984）11項目 (3) 本当の自尊感情尺度（伊藤・小玉、2005）7項目 (4) 随伴性自尊感情

尺度（伊藤・小玉、2006）15項目で構成された。

結果・考察 各自尊感情、公的自己意識、対人不安の相関分析と、対人不安を従属変数、公的自己意識と各自尊感情を独立変数とした3要因分散分析を行った。その結果、本当の自尊感情における相関は、趙 (2012) の研究における日本人と同じとなり、随伴性自尊感情における相関は、趙の研究における韓国人と似た相関となった。この理由としては、趙の研究における日本人は本当の自尊感情を、韓国人は随伴性自尊感情を反映した得点になっていたためと考えられる。本当の自尊感情と随伴性自尊感情における相関では異なる結果となったことから、自尊感情を2種に区別して検討する必要があると考えられた。また、公的自己意識と各自尊感情に有意な主効果も交互作用もみられなかった。この理由としては、本当の自尊感情が高く、対人不安が高い人の中で、不安が高い自分を受容している人と受容していない人が混在していたためであり、随伴性自尊感情については、他者視線の受けとめ方が、肯定的か否定的かが混在していたためだと考えられる。よって、今後は、本当の自尊感情は自己受容を独立変数として検討し、随伴性自尊感情は他者の視線の受けとめ方を独立変数とすることが必要であると考えられた。