

## 自尊感情の変動について —青年期と受験期に焦点をあてて—

近年、自尊感情の低下が危惧されている。日本では、外国に比べ青少年の自尊感情が低いことが問題視されることが多く、これを高めることは教育政策上の課題にもなっている。特に青年期は、今まで経験しなかった新しい経験に出会いやすく、それにより自己の未熟さを知る機会が多くなるため、自尊感情が他の発達段階に比べ揺らぎやすいとされる。本研究の目的は、青年期の自尊感情の揺れの原因について詳しく検討していき、青年期の自尊感情の平均値の上昇に、ひいては全体的な自尊感情の平均値の上昇に寄与することである。

自尊感情の揺れの要因の一つは、随伴性自尊感情にある。この随伴性自尊感情に関して、自尊感情の源は人により様々であるが、多くの学生にとっては学業で成功を取めることが自尊感情の源になっていることが明らかになっている。さらに、学業成績に付随した自尊心 (Academic Contingency of Self-Worth) をもつ人は、そうでない人に比べ、学業での成功・失敗による自尊感情の変動が大きいということが示唆されている。

また、高校生が通過する学業イベントとして大きなものの一つとして、大学受験が挙げられる。高校生の大学・短大進学率は 50%を超えていることから、大学受験を経験するものは多く、その割合の高さも顕著であると言えるだろう。さらに、高校生が抱えるストレスの大部分は学業上のストレスであるが、その中でも特に、大学受験を控えている時期は、長期にわたって継続的な精神的苦痛を与えると考えられる。加えて、大学受験の成功や失敗が現在だけでなく未来といった、多様な領域に影響を及ぼすことが明らかになっている。以上のことから、多くの学生が随伴性自尊感情の領域に置く学業の分野であり、人生の大きな分岐点の一つである大学受験は、高校生の自尊感情に大きな影響を与えていると考えられ、特別な観点が求められるといえる。

しかしながら、随伴性自尊感情に関連する概念の曖昧さから、詳しい検討がなされていないという課題がある。

## 同性愛の子どもが生きやすい学校を目指すための学校教育の改善案の検討

義務教育のカリキュラムでは同性愛は全く登場しないうえに、学校生活の中で同性愛を侮蔑、嘲笑するといった学校教育の現状は、性差別社会の再生産に寄与していると指摘されており、同性愛の子どもが生きづらさを感じているため、本稿は学校教育の改善する必要がある点を検討した。先行研究では同性愛を含むセクシュアル・マイノリティに関する研究は多くみられるため、文献を整理して問題点と改善点を整理することに意義がある。

同性愛を含む LGBT 層は 8.9%いることが明らかになっている。

同性愛は以前、精神異常とされていた。現在の日本でもいまだ差別はなくなっておらず、同性愛者を狙った事件や同性愛嫌悪による裁判、アウンティング事件が起きている。学校でも約半数の同性愛者がいじめを経験していて同性愛者は今なお厳しい状況に置かれている。

カリキュラムの見直し、教師の意識改革と研修、学校環境の改善の三点が同性愛の子どもが生きやすい学校を作るために必要であると考えます。

カリキュラムの見直しについては、ジェンダーの概念の導入、科学に基づく知識、子供の学びの希望を反映し、教育の中立性を図る必要がある。新学習指導要領は LGBT などの文言は扱われず、「異性の尊重」、「異性の理解」という言葉を扱わなくてはならないと定めた。新学習指導要領で LGBT が扱われなかった理由として発達段階があげられた。ただ、当事者が LGBT だと気づいた年齢は小学 6 年生から高校 1 年生が最頻期間であった。教育の中立性の観点から、LGBT について新学習指導要領で扱うべきである。

教員の意識改革と研修では、教員の知識不足が問題であり、教員研修や教員養成課程で、セクシュアル・マイノリティについてとりあげる必要があると考える。同性愛が性的な話題のときのみ可視化され性的な存在として扱われることを防ぐため性教育以外の他の科目でも扱う必要性がある。二つの教員への研修事例を取り上げ、それぞれで研修後に理解の促進や知識の再確認に役立ったとの反応が見られ効果が高かった。ただ、一定数同性愛に対する誤った認識を変えない者もあり、こうした層へのアプローチ方法も課題になってくる。

学校環境の改善は出席簿や整列の際に性別で分けることが性別の差異を強調し、性の多様性を教えるうえでダブルスタンダードになるため改善する必要がある。

今後の課題として、学習指導要領への取り入れ方や教員への研修の内容を検討する必要があると考えている。

# インタビュー調査による現代若年女性のダイエットについての理解 — 瘦身願望要因、ダイエット経験による自尊感情の回復に着目して —

## 問題・目的

近年、日本の若い女性の低体重が問題となっている。平成 20 年国民健康・栄養調査によると、20 代女性のうち肥満者 (BMI $\geq$ 25) は 7.7%であるのに対し、体型の自己分析では、「太っている」が 12.6%、「やや太っている」が 31.4%と、併せて 44%の人が太っていると感じている。現代若年女性は、健康上やせる必要がなくてもなぜダイエットをするのだろうか。ダイエット経験はどのような心境の変化を与えるのだろうか。

本研究は、若年女性のダイエット経験の語りを通して、若年女性の置かれた社会状況や心理面を明らかにし、現代若年女性にとって、ダイエットがどのような意味をもつのかについての理解を深めることを目的とする。本研究では特に、「瘦身願望要因」と「ダイエット経験による自尊感情の変化」に着目して検討する。

## 意義

瘦身願望やダイエット行動の要因について、量的研究は多く報告されているものの、質的な研究はまだあまり多くない。やせるためにダイエットをするという点では同じだとしても、瘦身願望要因やダイエット経験が与える影響は、個人の社会状況や心理的側面によって異なると考えられるため、一人一人の社会状況や感情、価値観に着目することができる質的調査は意味があると考えられる。

## 研究方法

本研究では、一年以内にダイエット経験のある 20 代女性 3 名を対象に半構造化面接によりインタビュー調査を行った。分析は、面接の録音を逐語化したものをもとに、ナラティブ分析の手法により行った。

## 研究結果

本研究の結果から、現代若年女性は、ダイエットが「不満足感を抱いている日常に良い変化を与えてくれる」と信じ、やせることに強いメリット感を抱いていることが明らかとなった。現代若年女性にとってのダイエットは「自己不全感からの脱却」という意味合いが根本にあるのではないかと考えられる。そしてその信念は、女性特有の価値観や SNS の流行が影響を与えているのではないかと考えられる。

そして、やせることに強いメリット感を抱き、やせることを重要視する現代若年女性にとって、ダイエット経験は体型を変化させるだけでなく、自分自身の捉え方にも変化を及ぼすのではないかと考えられる。ダイエット経験が自尊感情に与える変化には、本人がダイエット経験をどう捉えたか、ダイエットの成果を実感できたかどうかに関係していることが考えられる。

## コロナ禍における一人暮らし大学生の「ひとりであること」の意味づけ

### 問題と目的

本研究では、「ひとりであること」への意味づけの研究を通して、新型コロナウイルス感染症(COVID-19)に対する心理学的知見を提供することを目的とした。その際、コロナ禍での「ひとりであること」が、「ひとりであること」を説明する既存の概念で、どこまでどのように説明できるのか、また、コロナ禍に特有の「ひとりであること」の心理的特徴は何なのかを明らかにするといった観点を重視した。

### 研究方法

コロナ禍において一人暮らしをしていた大学生を対象にインタビュー調査を行った。若年成人は、コロナ禍において、心理的苦痛のレベルが著しく高いとの指摘からである(Yamamoto, et al., 2020)。学びの機会の喪失や、学校教育、卒業、そして将来の見通しが見つからないことへの不安、アルバイト時間の不足による経済的困難、ソーシャルメディアを閲覧する機会が多いことから、心理的苦痛が高いのであると予測されている(Yamamoto, et al., 2020)。

分析のアプローチとしては、ナラティブアプローチを用いた。徳田(2004)によれば、ナラティブアプローチは、個人を積極的な意味生成の主体とみなし、ナラティブの枠組みを用いて個人が行う意味づけの特徴をとらえることが出来るからである。「ひとりである」体験を、経験していた過去と、それを捉える現在、そして、未来への意味づけの変化を、半構造化面接によって明らかにした。

### 分析結果・考察

各研究協力者のインタビューを、ナラティブアプローチの観点から逐語分析、考察を行ったところ、三者三様の語りが得られたと言えそうであった。Aさんでは「ワイワイガヤガヤ」、「待つ」といったキーワードが、Bさんでは「暇か忙しいか」、コロナ禍の影響を少ないと感じていること、といった特徴が、Cさんでは「虚無」といったキーワードが抽出され、居場所と意味づけ、喪失体験の観点から考察が行われた。

本研究における今後の主なる課題としては、本研究は、リアルタイムでコロナ禍について扱った質的研究として、一定の意義があったものの、リアルタイムであるがゆえに、知見の蓄積がまだ十分でなく、手探りの探索的研究となったことは否めないという点である。今後、コロナ禍についての知見が更新を待ちたい。また、本研究は「ひとりであること」についての研究ではあったものの、「ひとりであること」について直接的に扱われた語りはあまり得られなかった。今後は、より「ひとりであること」にフォーカスできるような調査方法を検討する必要がある。

## 社会的居場所における心理的居場所感が適応的な学生生活に与える影響

— 大学不本意入学者の「受容」をめぐる語りから —

### 問題・目的

「所属枠への明確な不満感情を伴う入学・在籍」(豊嶋, 1997)などと定義される不本意入学は、学びの意欲や関心の減退(山田, 2006)のほか、不登校やひきこもり(水田・石谷・安住, 2011)など、大学生活不適応との関連が指摘されている。そこで本研究では、「他者との関わりをもつことで自分を確かめる場所」(中島・廣出・小長井, 2007)と定義される「社会的居場所」と、心理的な居場所があるという感覚を指す「心理的居場所感」(則定, 2008)に着目する。そして、当該学生の社会的居場所における他者受容、他者からの受容、ならびに自己受容の体験に焦点を当てたうえで、不本意入学体験を有しながらも、現在においてはその体験を受け容れ適応的な学生生活を送るに至ったプロセスについて検討を行う。

### 方法

データ収集においては、不本意入学を体験した大学3・4年生3人を対象とした半構造化面接を実施した。データ分析は、ナラティブ・アプローチに基づき行った。

### 結果・考察

Aさんの語りからは、学内ならびに学外での社会的居場所における他者との関わりが自身の入学の経緯の受容ならびに不本意感の縮小につながったことが示された。Bさんの語りからは、部活動での他者受容および他者からの受容がBさんの学生生活に対する満足感が不本意感を上回る形となったことが示された。Cさんの語りからは、積極性を持って働きかけた複数の社会的居場所において他者から認められた体験が、入学の経緯に囚われない価値観の形成に影響を与えること、さらには不本意感の縮小につながることが示唆された。

以上より、社会的居場所において「他者からの受容」を体験し、自らも「他者受容」をすることが、不本意な入学体験を持つ大学生が自己を受け容れる「自己受容」に至り、その結果不本意感が大幅に縮小することにつながる可能性が見出されたものといえる。そしてその際、心理的居場所感を構成するとされる安心感、自己有用感、役割感、被受容感、本来感等を感じることで、不本意入学学生の学生生活適応において重要になるとも考えられる。本研究で得られた知見を踏まえると、居場所の提供や人間関係構築を目的とした支援のさらなる展開が、不本意な入学体験を背景要因とした不適応状態の深化を予防するうえでは望ましいといえよう。

なお、本研究で得られた知見と、入学後の新たな人間関係構築に対する積極性等の性差ならびに外向性をはじめとしたパーソナリティ要因との関連については十分な検討を行うことができなかった。そのため、これらの点については今後質問紙調査による統計的な分析が望まれる。

## 論文要旨

学校における交流教育に対する保護者の見方  
－障害児を子どもに持つ親へのインタビューを通して－

### 研究目的

本研究では、障害児を子どもにもつ保護者からみた交流教育のポジティブな側面やネガティブな側面、活動の際の留意点や今後の交流活動に対する期待や願いを分析することを目的とする。

### 研究方法

障害がある子どもをもち、その子どもが特別支援学校に在籍する保護者を対象としてインタビュー調査を実施した。条件として、子どもが通っている学校において、障害理解学習の主要な1つである、交流及び共同学習活動を取り入れており、子どもが交流及び共同学習活動に参加した経験のある保護者であることを必須とした。子どもの障害種別や程度については問わなかった。4名の方にご協力いただき、事前に同意を得たうえで、インタビューの内容を録音して逐語録を作成し、ナラティブ分析を行った。

### 分析結果・考察

保護者が考える交流教育のポジティブな側面は、偏見がなくなるまたは減ること、地域とのつながりができ、子どもの存在を周知できること、障害児本人の体験を増やせること、コミュニケーション力が伸びることなどが挙げられた。ポジティブだと考える点は4名とも非常に多く、現状の交流に概ね満足していることが明らかとなった。

交流教育のネガティブな側面や留意点は、中学部からの交流の継続が困難であること、一般学校の先生の偏見があると感じること、同胞理解、交流回数の少なさなどが挙げられた。中学部からの交流の困難さは4人とも共通しており、今後の解決の必要性が示された。

今後の交流活動への期待や願いに関しては、交流活動の回数を増やすこと、障害児参加型の授業を行うこと、自身の子どもができることを見せることなどが挙げられたが、4人それぞれで意見や考えは異なっていた。このことから、保護者1人ひとりの期待やニーズについては個別性があり、多様であると考えられるため、それぞれのニーズや願いを汲んだ交流活動を組み立てていく必要性が示された。

## 場面緘黙児に対する適切な支援の検討

### —各治療法の事例研究から検討して—

場面緘黙は、話す能力にほぼ問題がなく、家庭内では話しているが、特定の社会的場面のみ話せない状態が続く行動問題である。場面緘黙の障害は放置すると、将来的に社会適応に問題を抱える可能性がある。しかし、場面緘黙は医療的な面でも福祉や教育、労働施策の面においても十分に理解されず、適切な対応がなされないまま「置き去りにされた障害」になっているのが現状である。また、ひとりひとりの緘黙児に合わせた支援方法を行う取り組みは進んでおらず、緘黙児が適切な支援を受けることができない状況である。

この問題に着目し、本研究では、それぞれの治療法の特徴を捉え比較し、強み弱みを明らかにし、場面緘黙児ひとりひとりに合った治療法を検討した。まず、場合緘黙症の理解を深める知識として、発現率、性差、背景要因について説明した。次に、場面緘黙児を治療するさまざまな治療方法の中から代表的治療方法として、遊戯療法、現実的脱感作法、刺激フェーディング法の3つの治療法に焦点を当て、その治療法の特徴を捉える。次に、それぞれの事例研究をもとに強み弱みを検討することで、どんな特徴をもつ緘黙児にどんな治療法が適切なのかを検討した。考察では、検討した内容についてまとめた。

今回の研究を通して、場合緘黙症というあまり知られていない障害を扱い、概要と治療法を明らかにした。遊戯療法は、身体を使った“遊び”を介したコミュニケーションをとるため、言語表現の苦手な緘黙児に適している。また、家族や親しい友人との遊び場面から治療していくため、一部の親しい人間との会話や遊びには活発であり、その他の人間には全く話せない緘黙児に適切であると考えられる。現実的脱感作法は、唯一言語遅滞を伴う緘黙児にも適している治療法である。徐々に慣れさせるため、負担が少なく、弛緩法を使えるため不安緊張の強い緘黙児にも適切であるだろう。また、社会的場面に一般化しやすいため、治療を急ぐ場合にも適切である。刺激フェーディング法は段階的に慣れさせていくため不安緊張の強い緘黙児や、発話可能場面、緘黙場面がはっきりわかる場合の緘黙児にとって適切であると考えられる。このように、治療法の特徴を捉え、それぞれの緘黙児に合った治療法を検討することで、場面緘黙の障害をより多くの人に知ってもらい、支援方法の確立につながるきっかけになりたい。

ペットロスからの回復プロセスについての検討  
—犬を亡くした飼い主へのインタビューを通して—

**[問題・目的]**

近年、家庭でペットを飼うことは非常に一般的なことになっている。そんな中、問題となってくるのがペットロスである。ペットロスとは、ペットの死亡や失踪によってペットを失った経験や、それによる喪失感情のことをいう。

本研究では、ペットロスからの回復経験者による語りを分析し、ペットロスからどのようなプロセスを経て回復することができたのかを明らかにする。そして、ペットとの死別を経験した飼い主の悲嘆反応の重篤化を防ぎ、ペットロスからのより早い回復につながる要因について可能性を探求し、検討することを目的とする。

**[研究方法]**

過去3年以内に犬を亡くしたことでペットロスを経験した大学生の女性であり、かつ、自身のペットロス経験について語っても苦痛を感じない者を研究対象者とし、3名の方にご協力いただいた。所要時間30分～1時間程度の半構造化面接を行い、事前に同意を得た上でインタビュー内容を録音し、その際の録音データをもとに逐語録を作成した。作成した逐語録から、飼っていた犬を亡くしたことで経験したペットロスとその回復プロセスに焦点を当て、ナラティブ分析を行った。

**[分析結果・考察]**

①ペットロスからの回復プロセス、②ペットロスからの回復に影響した要因、の2点について考察を行った。

①については、基本的に類似した回復プロセスを辿っているものの、「衝撃」や「悲嘆」など、ラベル的には同じ段階でも質的に異なっていたり、個人によっては存在しない段階があったりと、やはり個人によって差があることが分かった。

②については、本研究における対象者間で共通した要因と、個人において異なる要因があった。共通して見られた要因は、ペットに最後の言葉をかけること、亡くなったペットの葬儀や仏壇を作ること、ペットが想起されるものから離れること、の3つが見られた。個人における要因としては、自身の考え方を換えようと意識すること、新しい犬を飼うという決断という個人内要因と、友人からの対応という外的要因が見られた。

## FTM である決断とそのプロセスにおける自己肯定感の変化についての検討

近年、LGBT の知識や理解はマスメディアやインターネットを通して、広く知られるようになってきた。しかし、その知識や理解は未だ曖昧で、理解されていない部分が多くある。田中、貞末、武谷(2017)が行った LGBT に対する理解、受容、共感、肯定・否定、自己体験に関する、高校生とそれらの親の年代にあたる中高年層との世代間のアンケート調査によると、FTM を含むトランスジェンダーを全く知らない高校生は 5 割を超えている。その中で、自分らしい生き方を確立させようとする、当事者らの自己肯定感の向上には、どのようなプロセスを経験し、どのような環境や人々の関わり方が必要なのか研究する必要がある。本研究では、苦悩の経験だけでなく性別違和から性自認に対する決断までのプロセスの中で、自己肯定感の変化に着目し、どのような環境下が当事者らの自己肯定感に影響しているのか検討することを目的とする。

研究方法は、現在、既に自分の性を自覚しており、そのように生きていく決断をした FTM 3 名を対象に、半構造化インタビューによってデータ収集を行った。内容をインタビュー対象者の同意を得た上で録音し、逐語録に起こし、ナラティブ分析を用いて、インタビュー対象者がどのような環境下で、そしてどのようなプロセスの中で、自己肯定感を高めそして維持しているのか検討した。

研究結果として、まず性別違和から性自認、そして FTM として生きる決断までの心の動きは全対象者共通しており、男として生きていきたいという思いに複雑さと不安を感じていることが分かった。しかし、その後の選択は人それぞれ異なってくるのが分かった。選択に違いが生まれる要因としては、対象者のももとの性格や家族の存在によって今後の人生像が異なってくるものがあげられた。

そして、自己肯定感については、西野ら(2015)が述べているように、自己の内面で同一性が感じられるような“自分なりの生き方”の実現を目指すことによって、自己肯定感の獲得に繋がることが示唆された。自分なりの生き方は人それぞれ異なるため、どんな生き方を目指すかによって自己肯定感の変化の波が異なってくることも分かった。それに加えて、自分なりの生き方の実現を目指すプロセスの中で、それらを肯定してくれる周りの人々の存在も、自己肯定感に大きく影響してくることが共通してわかった。以上のことから、性的マイノリティが自己肯定感を獲得し、自分らしい生き方を歩むためには、目指すべき自分なりの生き方を見つけそれらを後押しする周りの

人々や環境が必要となってくるのではないだろうか。

## 競技不安への対処がパフォーマンスの低下を引き起こす要因についての検討

—大学生スポーツ競技者を対象として—

### 問題・目的

スポーツ競技者が試合前に過度な緊張を抱えることや、それに伴い身体的・心理的に影響を及ぼすものを「競技不安」と呼ぶ。競技不安に対して何らかの対処行動を行い適切にコントロールすることで、パフォーマンスは向上すると考えられる。一方で雨宮・坂入（2007）の先行研究によると、競技不安を抑制しようとする方略が、かえってエラーを増幅させることもあることが明らかになっている。しかし、競技不安への積極的な対処行動がパフォーマンスの低下を促す要因に関して、十分な検討が成されているとはいえない。よって本研究は、競技不安への対処がパフォーマンスの低下を引き起こす要因について、当時の詳細な心境を明らかにした上で検討することを目的とし研究を行った。

### 研究方法

過度な競技不安を抱えやすいと考えられる大学生のスポーツ競技者に着目し、体育会に所属し、3か月以内に過去に最も緊張した経験のある選手にインタビューを行った。データはインタビューの録音を逐語化したものをもとに、ナラティブ分析の手法を用いた。

### 分析結果・考察・今後の課題

3人の対象者を分析した結果、競技不安への対処行動がパフォーマンスの低下を招く要因について2人に共通するものや1人のみに見られたものがあつた。2人に見られた要因は2つあり、1つ目は「強いプレッシャーを自分自身の中で対処しきれていなかったこと」である。対象者が行った競技不安への対処行動だけでは過度な競技不安をコントロールしきれず、パフォーマンスが低下した可能性が考えられた。2つ目は、「競技不安への対処に、普段の試合前とは異なる言動を行ったこと」である。普段のルーティーンとは違う言動を起こしたことで、過度なリラックス状態か過度な緊張状態となり、パフォーマンスが低下した可能性が考えられた。1人のみに見られた要因は、「競技者が持つ内向的な性格」である。競技者が持つ性格特性により、競技不安への意識的な対処が逆に競技不安を高めたことでパフォーマンスが低下したという可能性が示唆された。

本研究では、競技を1種目に絞り、同一の競技間で見られる共通性や固有性を検討した。しかし、他の種目やポジション、性別についても研究することにより、パフォーマンスの低下の要因に関して本研究以上に幅広く多様な結果が得られるのではないだろうか。