

自尊感情の高さおよび変動性に関する研究

——自己受容, 被受容感, 被拒絶感との関係から——

The Study of level and instability of self-esteem :
its relation to acceptance of self, sense of acceptance and sense of rejection

櫻井 英未
Emi SAKURAI

(日本女子大学大学院人間社会研究科心理学専攻博士課程後期)

要約

本研究では、自尊感情の高さおよび変動性と自己受容、被受容感、被拒絶感の関係について検討を行った。自尊感情尺度、自己受容尺度、被受容感・被拒絶感尺度からなる質問紙調査を実施し、さらに自尊感情の変動性を測定するために、7日間に渡って毎日、携帯電話のメール機能を用いて自尊感情尺度の測定を行った。この7日間の自尊感情得点の標準偏差を算出し、自尊感情の変動性得点とした。質問紙調査およびメール調査の全データが揃った100名を本研究の対象とした。その結果、自尊感情の高さ(レベル)が高い者は自己受容および被受容感が高く、被拒絶感が低いということが明らかになった。一方で、自尊感情の変動性の高・低では自己受容、被受容感、被拒絶感の得点に有意な差が認められなかった。したがって、自己受容、被受容感、被拒絶感の程度には、自尊感情の変動性ではなく、自尊感情の高さ(レベル)が関わっている可能性が示唆された。

[Abstract]

The purpose of this study was to examine the level and instability of self-esteem and its relation to acceptance of self, sense of acceptance and sense of rejection. Woman university students completed the self-esteem scale, self-acceptance scale, sense of acceptance and sense of rejection measurement scale. Moreover, they answered self-esteem scale during 7days by e-mails. In this study, the instability of self-esteem was defined by the standard deviation calculated from self-esteem scores of 7days. The results showed that participants who reported high level of self-esteem have high self-acceptance, sense of acceptance and low sense of rejection than person scored low self-esteem. On the other hand, the degree of instability of self-esteem had little effect on the degree of self-acceptance, sense of acceptance and sense of rejection.

問題と目的

自尊感情 (Self-esteem) は長年に渡って関心が集まり、心理学の様々な分野において数多くの研究が積み重ねられている。このように自尊感情にまつわる研究が盛んに行われてきたのは、自尊感情は精神的健康や適応との関連があると指摘されているからであろう。これまでに自尊感

情は抑うつ、学業成績、対人関係など様々な精神的健康や社会での適応との関連が明らかにされてきており、自尊感情の高さは精神的健康や適応の指標であると考えられてきた(原田, 2008)。したがって、従来の研究の多くで扱っているのは自尊感情の高さ(level)であり、自尊感情の程度(高~低)が他の心理的特徴とどのように関係しているかということが問題とされてきたと言える(遠藤, 1999)。しかし、低い自尊感情だけでなく、高い自尊感情が攻撃性と関係するというような報告もあり(Kernis, Grannemann, & Barclay, 1989)、自尊感情の高い者の中には不適応的な特徴を示す者がいるということが明らかとなったことで、高い自尊感情が適応の指標となるという指摘との間に不整合が生じ、自尊感情の高さに焦点を当てただけで全て説明がつくわけではないということがわかってきた。

そこで、自尊感情を高(high)―低(low)の次元だけでなく、安定(stable)―不安定(unstable)の次元を含めて検討することの重要性が議論されるようになった。多くの研究で自尊感情の測定に使用されている自尊感情尺度を作成したRosenberg(1986)も早期から自尊感情が揺れ動くものであるということを指摘しており、その時々を経験する出来事によって急激に変動する短期的な揺れ(barometric)と、ゆっくりと長期的なスパンで起こる変化(baseline)があると述べている。また近年では、状況に左右されることなくある程度固定された特性(trait)としての自尊感情(特性自尊感情)と、状況に応じて変動する状態(state)としての自尊感情(状態自尊感情)に分類した研究も行われている(舘・宇野, 2000; 阿部・今野, 2007)。このように、自尊感情が揺れ動くものであるということを考慮し、その時々にかかる状態としての自尊感情の揺らぎやその人が元来持っている特性としての自尊感情の変化など、様々な側面から自尊感情を捉えようとする研究が行われつつあると言える。

自尊感情の短期的な揺れを扱った研究では、高い自尊感情を持つ者の中でも、自尊感情が不安定な者は安定した者と比較して、大きな怒り・敵意を経験しやすい傾向がある(Kernis et al., 1989)、抑うつの傾向が高い(Kernis, Grannemann, & Mathis, 1991)といったことが明らかになっている。自尊感情の変動性という視点から見ると、自尊感情の揺れ幅が小さく、安定的であるということが精神的健康や適応の指標となると考えられている。

自尊感情が揺れ動くものであるということが早期から指摘されていながらも、自尊感情を高低の次元で検討した研究と比べると、自尊感情の変動性を想定した研究が充実しているとは未だ言い難い状況ではあるが、これまでに行われてきた研究を概観すると、その関心は大きく分けて2点あるようだ。1点目は自尊感情の変動性とその変動をもたらす日常の中の出来事経験との関係、2点目は自尊感情の変動性と自己概念の関係である。まず、自尊感情の変動性と日常の中での出来事経験の関係については、中間・小塩(2007)が自尊感情の変動性の大きい者は肯定的な出来事をより肯定的に、否定的な出来事はより否定的にとらえ、出来事が自分に与える影響をより大きくとらえていることを報告し、また、出来事の肯定性評価がその日の感情に影響を及ぼし、その日の感情がその日の自尊感情に影響を及ぼすというモデルを示した。そして、阿部(2009)は自尊感情の高さ(高・低)と変動性(安定・不安定)を組み合わせる4群とし、4群それぞれの出来事経験の特徴を示している。もう一方の自尊感情の変動性と自己概念の関係については、小塩(2001)は自尊感情の短期的な揺れは自己概念の不安定さによって生じるとし、また、原田(2008)は個人が有している自己概念の延べ数や領域数によって自尊感情の揺れの程度に差があ

ることを明らかにしている。

本研究においても、自尊感情の高低の次元だけでなく、自尊感情の変動性についても併せて検討を行っていくこととする。そこで本研究において焦点とするのは、自尊感情の高さおよび変動性と自己受容、被受容感、被拒絶感との関係についてである。

自尊感情と自己受容はどちらも「自己」にまつわる概念であるが、これらの概念は各研究者によって定義づけが異なることもあり、その意義や用いられ方に混乱が生じているのも事実である(沢崎, 1984)。そこで、本研究では自尊感情を「自己の価値と能力の感覚、感情(遠藤, 2007)」, 自己受容を「自分自身を歪めることなく認知した上で、その事柄が望ましいものでも、望ましくないものでも自分自身のこととしてありのままに受け入れることができること(櫻井, 2013)」, と定義し、両者を明確に区別して関係性の検討を行っていくこととする。自尊感情と自己受容の概念を区別した上で両者の関係性を検討した研究としては、川崎・小玉(2010)が、自己が望ましい特徴を有しているかどうかに関わらずに、自己に対して受容的・肯定的認知(自己受容)を持てることが自尊感情を支えているということを報告しており、自己受容と自尊感情の関係性について言及している。

一方、被受容感とは、他者から自分は受けいれられていると感じることを指す。この被受容感と自尊感情に関しては、近年注目されているソシオメーター理論によって両者の関係性が示されている。ソシオメーター理論では、自分自身が他者から社会的に受容・拒絶されていることを警告するメーターとして自尊感情を捉えており、自分が周囲から受容されている場合には自尊感情が安定し、そうでない場合には自尊感情が下がることで対人関係や社会的状況のリスクを知らせると考えられている(杉山・坂本, 2006)。ソシオメーター理論に基づいて考えるとき、自尊感情と被受容感だけでなく、他者から拒絶されている感覚についても併せて検討すべきであると考えられる。そこで、本研究においても被受容感と併せて被拒絶感も要因として検討していくこととする。

このように、自尊感情の高さと自己受容、被受容感、被拒絶感はその関係性が示唆されているが、自尊感情の変動性に関しては未だ検討がなされていないものと考えられる。そこで本研究では、特性的な自尊感情の高さと、短いタイムスパンの中で見る自尊感情の変動性という自尊感情の2つの側面から自己受容、被受容感、被拒絶感との関係を検討していくことを目的とする。

方法

1. 調査手続き

本研究では、質問紙調査と携帯電話のメール機能を用いて回答を求める調査を併せて実施した。はじめに質問紙調査を実施して1回のみ測定する尺度の測定を行い、その後状態的な自尊感情を継続して測定するために携帯電話でのメール調査を実施した。

(1) 調査1：質問紙調査

以下の内容で構成される質問紙を配布し回答を求めた。

a. フェイスシート

フェイスシートには「大学生の自己に対する意識についての調査」というタイトルをつけ、対象者の年齢、所属学科、学年を記入する欄を設けた。本調査で必要となる人口統計的変数は対象者の年齢のみであったが、質問紙の配布・回収を行う便宜上、所属学科と学年の回答を求めた。

b. 自尊感情尺度

自尊感情の測定には、Rosenberg (1965) が作成し、山本・松井・山成 (1982) が邦訳した自尊感情尺度 10 項目を用いた。本尺度は自尊感情に関する研究で多く使用されており (近藤, 2010)、先行研究の結果との比較を考慮し本尺度を採用するに至った。本尺度は一般的には 1 次元性の尺度として使用されている。この調査 1 の質問紙での自尊感情の測定は、特性的な“普段の”自尊感情のレベルを測定することを目的としているため、「次の特徴のおのおのについて、“普段のあなた自身に”どの程度あてはまりますか」と教示した。回答は「あてはまらない」を 1, 「ややあてはまらない」を 2, 「どちらともいえない」を 3, 「ややあてはまる」を 4, 「あてはまる」を 5 とし、5 件法で行った。

c. 自己受容尺度

自己受容の測定には、櫻井 (2013) が作成した自己受容尺度 21 項目を用いた。自己受容尺度としていくつかの尺度が開発されているが、その測定方法は自己をいくつかの領域にわけて (例えば性格、身体能力など) 受容しているか否かを問うものが多い (伊藤, 1991; 沢崎, 1993)。本研究では自己を全体として捉えたときの受容の程度を測定することを目的としているため、自己を領域にわけずに全体として考える本尺度を採用することとした。本尺度は「全体としての自己の受容」「望ましい自己の受容」「現状満足」の 3 因子で構成されている。「以下の項目は、普段のあなたにどのくらいあてはまりますか」と教示し、回答は「まったくあてはまらない」を 1, 「あまりあてはまらない」を 2, 「どちらでもない」を 3, 「ややあてはまる」を 4, 「とてもあてはまる」を 5 とし、5 件法で行った。

d. 被受容感・被拒絶感尺度

他者からの受容感および拒絶感の測定には、杉山・坂本 (2006) が作成した被受容感・被拒絶感尺度 16 項目を用いた。本尺度は、自分は他者に大切にされているという認識や情緒である「被受容感 (8 項目)」と、他者に疎まれている、ないがしろにされているという認識や情緒である「被拒絶感 (8 項目)」で構成されている。他者からの受容感、被受容感を測定する尺度は現在多くの尺度が開発されているとは言えないが、いくつか存在する尺度の中でも本尺度では、被受容感に併せて被拒絶感も測定が可能であることから、本研究において採用するに至った。本尺度では、全般的な対人関係要因を検討するため、「他者」を特定の人物に限定していない。「次の文章について、普段のあなた自身にどの程度あてはまりますか」と教示し、回答は「全くあてはまらない」を 1, 「ややあてはまらない」を 2, 「どちらともいえない」を 3, 「ややあてはまる」を 4, 「よくあてはまる」を 5 とし、5 件法で行っ

た。

e. メール調査の依頼

質問紙の最後には、メール調査の協力依頼の文章を記載した。メール調査の実施方法についての説明の後に、対象者が名前（ニックネーム）と携帯電話のメールアドレスを記入する欄を設けた。対象者の名前はデータ照合の際のみに使用した。さらに、今回記入してもらったメールアドレスは本調査のみに使用し、外部に漏れることのないよう厳重に注意して取り扱う旨を記載した。

(2) 調査2：メール調査

自尊感情の変動性を測定するために、調査1の質問紙調査を実施した翌日から7日間、質問紙に記入のあったメールアドレスに質問内容をメールで送信し、対象者もメールにて調査者に回答を送信するという調査を実施した。調査者はメール調査の期間中毎日17:00～19:00頃に、対象者に質問内容を記載したメールを送った。対象者は調査者からのメールの受信を確認した後、携帯電話の「引用返信」の機能を使うか、もしくは受信したメールの内容をコピーするなどして、質問内容を調査者宛のメール本文に貼り付け、そこに質問の回答を記載して返信した。回答メールの送信はその日の就寝前に行うこととし、翌朝6:00までにはメールを送信するよう指示した。

a. 質問内容

メール調査における質問の内容は、Rosenberg (1965) が作成し、山本・松井・山成 (1982) が邦訳した自尊感情尺度10項目であった。これは調査1の質問紙調査で自尊感情の測定を行った尺度と同じものであるが、メール調査では“その日”の自尊感情の高さを測定するため、「次の特徴のおのおのについて“今日(○月×日)のあなた自身に”どの程度あてはまりますか」と教示した。回答方法は質問紙調査と同じく5件法で行った。質問内容は7日間の調査期間中、毎日同じものを対象者にメールで送信した。

2. 調査期間

調査1調査2ともに2011年9月下旬から10月下旬にかけて実施した。

3. 調査対象者

A女子大学に在学中の女子大学生、大学院生を調査の対象とした。

調査1では、301名に質問紙への回答を依頼し、そのうち296名から回答を得た（回収率98.3%）。質問紙を回収した296名のうち、質問紙にメールアドレスの記載があったのは236名（質問紙配布人数の78.4%）であり、その236名が調査2の対象者となった。

調査2では、236名に調査依頼をし、7日間連続で回答を得られたのは100名だった。7日間分の全データが得られなかった者は分析から除外することとし、調査1、調査2の全データが揃っている100名を本研究の分析対象とした。

分析の対象となった100名の平均年齢は20.13歳 (SD=1.84), 年齢の範囲は18～25歳であった。

結果

1. 調査1：質問紙調査のデータの処理

(1) 自尊感情尺度の検討

自尊感情尺度10項目に対して主因子法による因子分析を行った。固有値の変化から1因子構造が妥当であると考えられたため、再度1因子を仮定した主因子法による因子分析を行った。1因子を仮定したため回転は行わなかった。その結果、No.8「もっと自分自身を尊敬できるようになりたい(逆転項目)」は因子負荷量が.40未満で十分な値を示さなかったことから、No.8を削除して再度主因子法による因子分析を行った。最終的に解釈可能な9項目1因子が得られた。Table. 1に自尊感情尺度の因子分析結果と項目内容を示す。なお、1因子で9項目の全分散を説明する割合は51.38%であった。

因子分析の結果から、自尊感情尺度は1因子構造であることが確認された。さらに、尺度の内的整合性を検討するために、Cronbachの α 係数を算出した。その結果、自尊感情尺度9項目では $\alpha = .878$ となった。したがって尺度の内的整合性には問題がないと判断した。

Table. 1 自尊感情尺度 因子分析結果

質問項目	I
10. 何かにつけて、自分は役に立たない人間だと思う。※	.792
6. 自分に対して肯定的である。	.779
7. だいたいにおいて、自分に満足している。	.727
1. 少なくとも人並みには、価値のある人間である。	.690
9. 自分は全くだめな人間だと思うことがある。※	.672
5. 自分には自慢できるところがあまりない。※	.662
3. 敗北者だと思うことがよくある。※	.611
2. 色々な良い素質をもっている。	.594
4. 物事を人並みには、うまくやれる。	.502

※は逆転項目

(2) 自己受容尺度の検討

自己受容尺度21項目に対して、主因子法による因子分析を行ったところ、固有値の変化から3因子構造が妥当であると考えられた。また、この因子分析によって得られる因子は自己受容の下位概念であるため、因子間の相関を仮定するpromax回転を用いることが妥当と考えられた。そこで、再度3因子を仮定した主因子法・promax回転による因子分析を行った。その結果、No.3「これまでの人生をやり直したい(逆転項目)」, No.13「『今とは違う人生だったらなあ』と思う(逆転項目)」, No.19「過去の自分が気に入らない(逆転項目)」は、因子負荷量が.40未満で十分な値を示さなかったことから、これら3項目を除外して再度主因子法・promax回転による因子分析を行ったところ、最終的に解釈可能な18項目3因子が得られた。Table. 2に自己受容尺度の因子分析結果と項目内容を示す。なお、回転前の3因子で18項目の全分散を説明する

Table. 2 自己受容尺度 因子分析結果

質問項目	I	II	III
11. 自分の素敵なところを素直に良いと思える。	.816	-.024	.216
21. 物事を成し遂げたとき、自分の努力を認めることができる。	.774	-.019	.080
14. 自分が周囲から高く評価されたとき、半信半疑になる。※	.771	-.130	-.097
18. 自分の優れている部分を受けいれている。	.721	.048	.033
12. 物事がうまくいったとき、自分自身を自然に認めることができる。	.706	.108	-.016
7. 他者から好意を持たれたとき、しっかりとしない。※	.705	-.096	-.266
4. 自分の長所を素直に認めることができる。	.577	.183	.008
9. 現在の自分を受けいれている。	.047	.942	-.193
8. 良いところも悪いところも含めてこれが自分だと思える。	-.145	.891	-.036
15. ありのままの自分でよい。	-.086	.681	.068
1. 自分自身を受けいれている。	.189	.649	-.127
16. 全体として自分のことが受けいれられない。※	.144	.588	.036
17. 自分の弱いところも自分の一部として認めることができる。	-.009	.559	.239
10. 人は人、自分は自分だと思える。	-.080	.482	.219
6. 自分の短所がそれほど気にならない。	.053	-.039	.664
5. だめな自分は変えたいと思う。※	-.112	-.124	.630
2. 自分の欠点や弱点はできることなら捨て去ってしまいたい。※	-.098	.126	.589
20. 自分の不完全な部分にあまりとらわれない。	.137	.169	.480
因子間相関	I	II	III
I	—	.530	.285
II		—	.559
III			—

※は逆転項目

割合は 59.55% だった。

因子分析の結果から、各因子は以下のように解釈した。第1因子は「自分の素敵なところを素直に良いと思える」「物事を成し遂げたとき、自分の努力を認めることができる」など自分自身の望ましいところを受けいれることができるか否かを尋ねた項目に高い負荷量を示していたため、「望ましい自己の受容因子」と命名した。第2因子は「現在の自分を受けいれている」「良いところも悪いところも含めてこれが自分だと思える」など自分自身を全体として捉えたときの受容に関する項目に高い負荷量を示していたことから、「全体としての自己の受容因子」と命名した。第3因子は「自分の短所がそれほど気にならない」「だめな自分は変えたいと思う（逆転項目）」など自分自身の望ましくないところにあまり執着しないというような内容の項目に高い負荷量を示していたことから、「望ましくない自己にとらわれない因子」と命名した。自己受容尺度の因子分析の結果、3因子構造であることは櫻井（2013）と同じ結果となったが、各因子に含まれる項目が異なったため因子の解釈が異なる結果となった。

そして、尺度および下位尺度の内的整合性を検討するために、Cronbach の α 係数を算出した。その結果、自己受容尺度 18 項目では $\alpha = .891$ となり、各下位尺度では「望ましい自己の受容」は $\alpha = .881$ 、「全体としての自己の受容」は $\alpha = .871$ 、「望ましくない自己にとらわれない」は $\alpha = .701$ となった。いずれも内的整合性には問題がないと判断した。

(3) 被受容感・被拒絶感尺度

被受容感・被拒絶感尺度 16 項目に対して、主因子法による因子分析を行ったところ、固有値の変化から 2 因子構造が妥当であると考えられた。また、被受容感・被拒絶感尺度は、受容感と拒絶感という二つの相反する概念を含んだ尺度であることから、因子間の相関を仮定しない Varimax 回転を用いることが妥当であると考えられた。そこで、再度 2 因子を仮定した主因子法・Varimax 回転による因子分析を行った。その結果、No.1「私は理解されている」、No.7「だれか私に優しくしてくれる人がある」、No.9「私は人並みには大切にされている」、No.13「私が行くと喜ばれる場がある」、No.16「私は信頼されている」は、因子負荷量が .40 未満で十分な値を示さなかったことから、これら 5 項目を除外して再度主因子法・Varimax 回転による因子分析を行った。最終的に解釈可能な 11 項 2 因子が得られた。Table. 3 に被受容感・被拒絶感尺度の因子分析結果と項目内容を示す。なお、回転前の 2 因子で 11 項目の全分散を説明する割合は 58.81% であった。

Table. 3 被受容感・被拒絶感尺度 因子分析結果

質問項目	I	II
5. とかく無視されることが多い。	.809	-.185
14. だいたいの方は私につらくあたるだろう。	.682	-.310
12. 私は、普段人から背を向けられている。	.680	-.201
6. 私は、よく批判される。	.655	-.165
8. 私は、よく人からないがしろにされる。	.630	-.267
3. 少しでもうまくいかないとき、私は見捨てられるだろう。	.624	-.124
4. 他人は私に愛想をつかすかもしれない。	.589	-.230
2. 私は悪く思われがちだ。	.564	-.309
11. 私はたいてい受け容れられている。	-.158	.965
10. 私はたいていの場で認められている。	-.251	.691
15. たいていの方は私に快く応えてくれる。	-.385	.408

因子分析の結果から、各因子は以下のように解釈した。第 1 因子は「とかく無視されることが多い」「だいたいの方は私につらくあたるだろう」など他者から拒絶されていると感じることに関する項目に高い負荷量を示していたため、「被拒絶感因子」と命名した。第 2 因子は「私はたいてい受け容れられている」「私はたいていの場で認められている」など他者から受けいれられていると感じることに関する項目に高い負荷量を示していたため、「被受容感因子」と命名した。因子分析の結果、5 項目を分析から除外することになったが、因子の構成はオリジナル尺度と一致するものとなった。

そして、尺度および下位尺度の内的整合性を検討するために、Cronbach の α 係数を算出した。その結果、被受容感・被拒絶感尺度 11 項目では $\alpha = .654$ とやや低い値であったが、各下位尺度では「被拒絶感」は $\alpha = .873$ 、「被受容感」は $\alpha = .754$ となった。本研究では、以降の分析において「被拒絶感」と「被受容感」の下位尺度ごとに見ていくため、内的整合性には問題がないと判断した。

(4) 尺度得点および下位尺度得点の算出

調査1で使用した3つの尺度それぞれにおいて、項目得点の合計値を尺度得点として算出した。同じく、各下位尺度に含まれる項目得点の合計値を下位尺度得点として算出した。いずれの尺度得点、下位尺度得点も得点が高いほど、その事柄の程度が高いことを示す。なお、調査1で測定した自尊感情尺度得点は、「普段のあなた自身に」どの程度あてはまりますか」と教示して測定を行ったものであり、これを「普段」その人が持っている「特性的な自尊感情のレベル」として考える。

2. 調査2：メール調査のデータの処理

調査2では7日間に渡って毎日1回、自尊感情尺度の測定を行ったため、計7回分の自尊感情データがある。まず、第1日目から第7日目までそれぞれの日の自尊感情尺度得点を算出した。前述した通り、調査1で測定した自尊感情尺度において因子分析を行った結果、No.8は分析から除外して計9項目で尺度得点を算出することになったため、調査2のデータの処理においてもNo.8は分析から除外し、計9項目の項目得点の合計値を尺度得点として算出した。そして、自尊感情の変動性得点を算出した。測定を行った7日間で自尊感情が揺れ動いた程度を、得点にどのくらいのばらつきがあったかという側面から指標化したものが自尊感情の変動性である。先行研究（小塩, 2001；中間・小塩, 2007；阿部, 2009）に従い、個人内における7日間の自尊感情尺度得点の標準偏差を算出し、自尊感情の変動性得点とした（M=2.18, SD=1.47；最小値0.00, 最大値7.17）。自尊感情の変動性得点は、得点が高いほど変動の程度が大きいことを示す。

3. 自尊感情の各側面と自己受容・被拒絶感・被受容感・客観性の関係

(1) 自尊感情のレベル

特性的な自尊感情のレベルによって、自己受容・被拒絶感・被受容感の程度に差があるのかを検討するために、自尊感情のレベルを中央値で高群・低群に分類し、対応のないt検定を行った。高群・低群それぞれの点数の範囲および該当人数、t検定の結果をTable. 4に示す。

Table. 4 自尊感情のレベル高群・低群での比較

	群	平均値	SD	t値	有意水準	比較
自己受容	低 (N=53 32点～66点)	52.77	7.28	9.46	***	高>低
	高 (N=44 50点～83点)	67.48	8.02			
望ましい自己の受容	低 (N=53 10点～32点)	21.74	5.05	7.15	***	高>低
	高 (N=44 17点～35点)	28.11	3.76			
全体としての自己の受容	低 (N=53 13点～34点)	23.17	4.07	6.82	***	高>低
	高 (N=44 19点～35点)	28.89	4.16			
望ましくない自己にとらわれない	低 (N=53 4点～14点)	7.87	2.25	4.79	***	高>低
	高 (N=44 4点～17点)	10.40	2.97			
被拒絶感	低 (N=53 11点～29点)	19.57	4.44	6.12	***	低>高
	高 (N=44 8点～25点)	14.20	4.19			
被受容感	低 (N=53 5点～14点)	10.26	1.72	5.36	***	高>低
	高 (N=44 9点～15点)	12.05	1.51			

*** p<.001

Table. 4 から明らかなように、自己受容 ($t(95) = 9.46, p < .001$)、自己受容の下位尺度である望ましい自己の受容 ($t(94) = 7.15, p < .001$)、全体としての自己の受容 ($t(95) = 6.82, p < .001$)、望ましくない自己にとらわれない ($t(96) = 4.79, p < .001$)、被受容感 ($t(95) = 5.36, p < .001$) について、自尊感情レベル低群より高群の方が有意に高い得点を示していた。また、被拒絶感 ($t(96) = 6.12, p < .001$) については、自尊感情レベル低群が高群より有意に高い得点を示していた。したがって、自尊感情レベル高群は低群と比較して自己受容、被受容感が高く、被拒絶感が低いという結果となった。

(2) 自尊感情の変動性

続いて、自尊感情の変動性によって、自己受容・被拒絶感・被受容感の程度に差があるのかを検討するために、自尊感情の変動性を中央値で高群・低群に分類し、対応のない t 検定を行った。しかし、自己受容、自己受容の各下位尺度、被拒絶感、被受容感のいずれについても、自尊感情の変動性高群と低群で有意な差が見られなかった。

そこで、自尊感情の変動性高群・低群の分類方法を変更し、得点の上位 25% を高群、下位 25% を低群として分類を行い、同じく対応のない t 検定を行った。しかし、この場合も自己受容、自己受容の各下位尺度、被拒絶感、被受容感のいずれについても、自尊感情の変動性高群・低群で有意な差が見られなかった。

自尊感情の変動性高群・低群では自己受容・被拒絶感・被受容感に有意な差が見られなかったことから、次に自尊感情の変動性に加えて自尊感情のレベルについても考慮すべく、阿部 (2009) に従い、自尊感情のレベル (High or Low) と自尊感情の変動性 (Stable or Unstable) の組み合わせから 4 群に分類した。各群は、HS 群 (高レベル・低変動性)、HU 群 (高レベル・高変動性)、LS 群 (低レベル・低変動性)、LU 群 (低レベル・高変動性) とした。分類した 4 群間で自己受容・被拒絶感・被受容感の得点に差があるのかを検討するために、分類した 4 群を独立変数、自己受容・被拒絶感・被受容感を従属変数とした一元配置の分散分析を行った。Table. 5 に一元配置の分散分析の結果を示す。

Table. 5 の通り、自己受容 ($F(3,92) = 32.01, p < .001$)、自己受容の下位尺度である望ましい自己の受容 ($F(3,93) = 16.46, p < .001$)、全体としての自己の受容 ($F(3,92) = 17.37, p < .001$)、望ましくない自己にとらわれない ($F(3,93) = 7.28, p < .001$)、被拒絶感 ($F(3,93) = 12.68, p < .001$)、被受容感 ($F(3,92) = 9.27, p < .001$) について、4 群の得点差は 0.1% 水準で有意であった。さらに、Tukey の HSD 法による多重比較 (5% 水準) を行ったところ、自己受容、自己受容各下位尺度、被受容感の得点は、HS 群 > LS 群、LU 群、HU 群 > LS 群、LU 群となった。また、被拒絶感得点は、LS 群、LU 群 > HS 群、LS 群、LU 群 > HU 群となった。つまり、自尊感情のレベルが高く変動の少ない HS 群は、レベルが低く変動の少ない LS 群、レベルが低く変動の多い LU 群と比較して自己受容、被受容感が高く、被拒絶感が低いということが明らかになった。また、自尊感情のレベルが高く変動の多い HU 群は、レベルが低く変動の少ない LS 群、レベルが低く変動の多い LU 群と比較して自己受容、被受容感が高く、被拒絶感が低いということが明らかになった。

Table. 5 自尊感情のレベル高低と自尊感情の変動性高低の組み合わせ
HS群・HU群・LS群・LU群での比較

	群	範囲	平均値	SD	F 値	有意水準	比較
自己受容	HS 群 (N=21)	50 点～ 82 点	67.67	8.60	32.01	***	HS 群 > LS 群
	HU 群 (N=22)	56 点～ 81 点	66.59	6.99			HS 群 > LU 群
	LS 群 (N=27)	42 点～ 66 点	55.07	6.09			HU 群 > LS 群
	LU 群 (N=26)	32 点～ 64 点	50.38	7.74			HU 群 > LU 群
望ましい自己の受容	HS 群 (N=22)	22 点～ 35 点	28.64	3.77	16.46	***	HS 群 > LS 群
	HU 群 (N=22)	17 点～ 35 点	27.27	3.48			HS 群 > LU 群
	LS 群 (N=27)	14 点～ 30 点	22.48	4.59			HU 群 > LS 群
	LU 群 (N=26)	10 点～ 32 点	20.96	5.47			HU 群 > LU 群
全体としての自己の受容	HS 群 (N=21)	19 点～ 35 点	28.62	4.46	17.37	***	HS 群 > LS 群
	HU 群 (N=22)	22 点～ 35 点	28.86	3.82			HS 群 > LU 群
	LS 群 (N=27)	19 点～ 34 点	24.48	3.11			HU 群 > LS 群
	LU 群 (N=26)	13 点～ 31 点	21.81	4.54			HU 群 > LU 群
望ましくない自己にとらわれない	HS 群 (N=22)	6 点～ 17 点	10.23	2.99	7.28	***	HS 群 > LS 群
	HU 群 (N=22)	4 点～ 17 点	10.45	3.04			HS 群 > LU 群
	LS 群 (N=27)	4 点～ 13 点	8.11	2.15			HU 群 > LS 群
	LU 群 (N=26)	4 点～ 14 点	7.62	2.37			HU 群 > LU 群
被拒絶感	HS 群 (N=22)	8 点～ 20 点	13.32	3.55	12.68	***	HS 群 < LS 群
	HU 群 (N=22)	8 点～ 25 点	15.27	4.61			HS 群 < LU 群
	LS 群 (N=27)	11 点～ 27 点	19.59	4.10			HU 群 < LS 群
	LU 群 (N=26)	12 点～ 29 点	19.54	4.85			HU 群 < LU 群
被受容感	HS 群 (N=21)	9 点～ 15 点	12.24	1.45	9.27	***	HS 群 > LS 群
	HU 群 (N=22)	5 点～ 14 点	11.82	1.59			HS 群 > LU 群
	LS 群 (N=27)	8 点～ 13 点	10.26	1.89			HU 群 > LS 群
	LU 群 (N=26)	5 点～ 15 点	10.27	1.56			HU 群 > LU 群

*** p<.001

考察

1. 尺度の因子構造について

本研究にて自己受容尺度の因子分析を行った結果、3 因子が抽出され、「望ましい自己の受容因子」「全体としての自己の受容因子」「望ましくない自己にとらわれない因子」と命名した。櫻井 (2013) で同尺度を因子分析した際は、同じく 3 因子構造であったが、「全体としての自己の受容因子」「望ましい自己の受容因子」「現状満足因子」となっている。本研究では、「望ましい自己の受容因子」「全体としての受容因子」はほぼ同じ項目構成で抽出されたが、「現状満足因子」は抽出されず代わりに「望ましくない自己にとらわれない因子」が新たに見出された。櫻井 (2013) がこの自己受容尺度を作成した際には、実証的研究において自己受容の測定を可能とするためには、自己に対して正確で客観的な認知が成立していることを確認し、その上で認知され

た内容を受けいられるか否かを問う必要があるという沢崎（1984）の提言を受け、自己の望ましい側面、自己の望ましくない側面、全体としての自己、という3つの自己をそれぞれ受容できているか否かということ想定して尺度を作成している。よって、本研究での因子分析の結果は、尺度作成時に想定していた通りの因子構造となったと言える。この結果からは、自己受容の構成要素として全体としての自己を受けいれること、自己の望ましい部分を受けいれること、自己の望ましくない部分にとらわれないことの3点が挙げられ、自分自身の望ましい部分つまり自身で“良い”と評価できる自己を受けいれることと、自分自身の望ましくない部分つまり自身で“良いとは言えない”と評価する自己を受けいれることは分かれて存在するものと考えられる。しかし、櫻井（2013）、本研究ともに調査対象者は女子大学生（大学院生）としているが、尺度の因子分析結果は安定していない。したがって今後も尺度の検討を重ねていく必要があるだろう。

一方、自尊感情尺度、被受容感・被拒絶感尺度に関しては、いくつか採用基準に満たない項目を除外することとなったが、先行研究通りの因子構造となった。

2. 自尊感情の高さおよび変動性と自己受容、被受容感、被拒絶感の関係性について

特性的な自尊感情のレベルの高群・低群で、自己受容、被受容感、被拒絶感の程度を比較した。Table. 4のとおり、自尊感情レベル高群は低群と比較して自己受容、被受容感が高く、被拒絶感が低いということ明らかとなった。つまり言いかえると、自尊感情レベル低群は自己受容、被受容感が低く、被拒絶感が高いということである。しかし、自尊感情の変動性の高群・低群で自己受容、被受容感、被拒絶感の程度を比較したところ、有意な差は見出されなかった。つまり、自尊感情の変動性の高・低では、自己受容、被受容感、被拒絶感の程度に違いが見出されなかったということである。以上のように、本研究においては、特性的な自尊感情の高さのみで有意差が見られ、自尊感情の変動性では有意差が見られず、特性的な自尊感情の高さと自己受容、被受容感、被拒絶感の関係性のみが示唆された。さらに、自尊感情のレベル（High or Low）と自尊感情の変動性（Stable or Unstable）の組み合わせから4群に分類し、自己受容、被受容感、被拒絶感の程度を比較したところ、Table. 5のとおり、自尊感情のレベルが高く変動の少ないHS群は、レベルが低く変動の少ないLS群、レベルが低く変動の多いLU群と比較して自己受容、被受容感が高く、被拒絶感が低いということが明らかになった。また、自尊感情のレベルが高く変動の多いHU群は、レベルが低く変動の少ないLS群、レベルが低く変動の多いLU群と比較して自己受容、被受容感が高く、被拒絶感が低いということが明らかになった。また、これは自尊感情のレベルが低く変動の少ないLS群、レベルが低く変動の多いLU群は、レベルが高く変動の少ないHS群、自尊感情のレベルが高く変動の多いHU群と比べて被拒絶感が高いということでもある。この自尊感情のレベルと自尊感情の変動性の組み合わせによる分類での比較に関しても、自尊感情の変動性がStableであるか、Unstableであるかに関わらず自尊感情のレベルが高い群は、自尊感情のレベルの低い群と比較して自己受容、被受容感が高く、被拒絶感が低いということが示された。この結果は、前述した特性的な自尊感情の高さのみで自己受容、被受容感、被拒絶感との関係性が示唆されたことと一致するものである。

本研究の結果より、特性的な自尊感情のレベルが高い者は低い者と比較して自己受容、被受容

感が高く、被拒絶感が低いということが示され、特性的に高い自尊感情を持つことと自分自身そして他者から自分は受け入れられていると感じることの関係性が示唆されたと言える。これは、川崎・小玉（2010）の結果を支持するものであった。一方で、自尊感情の変動性と自己受容、被受容感、被拒絶感との関係については見出されず、本研究の結果からは、短期的なタイムスパンでの自尊感情の揺れ動きの程度は他者からの受容の程度とは直接的には関係していないことが考えられた。

しかし、特性的な自尊感情のレベルと短期的なタイムスパンでの自尊感情の変動性がどのような関係性あい、どのような位置づけになっているかという点については今回明らかになっていない。他者からの受容と直接的な関係性を持つ特性的な自尊感情の高さと、自尊感情の変動性がどのような関係性を持っているのかという点については今後さらなる検討が必要であると考えられる。

付記

本論文の作成にあたり、貴重なご助言とご指導をいただきました日本女子大学人間社会学部心理学科飯長喜一郎教授に深く感謝申し上げます。また、調査の実施にあたって、貴重な授業のお時間をいただきました先生方、7日間に渡る調査にご協力くださいました学生の皆様に心より御礼申し上げます。

【文献】

- 阿部美帆. (2009). 自尊感情の高さおよび変動性の2側面と出来事経験との関連. 日本パーソナリティ心理学会第18回大会発表論文集, 118-119.
- 阿部美帆・今野裕之. (2007). 状態自尊感情尺度の開発. パーソナリティ研究, 16, 36-46.
- 遠藤辰雄. (2007). セルフエスティーム研究の視座. 遠藤辰雄・井上祥治・蘭千壽 (編). セルフエスティームの心理学 自己価値の探究. ナカニシヤ出版 pp.8-25.
- 遠藤由美. (1999). 「自尊感情」を関係性からとらえ直す. 実験社会心理学研究, 39, 150-167.
- 原田宗忠. (2008). 青年期における自尊感情の揺れと自己概念との関係. 教育心理学研究, 56, 330-340.
- 伊藤美奈子. (1991). 自己受容尺度作成と青年期自己受容の発達的变化—2次元から見た自己受容発達プロセス—. 発達心理学研究, 2, 70-77.
- 川崎直樹・小玉正博. (2010). 自己に対する受容的認知のあり方から見た自己愛と自尊心の相違性. 心理学研究, 80, 527-532.
- Kernis, M.H., Grannemann, B. D., & Barclay, L. C. (1989). Stability and level of self-esteem as predictors of anger arousal and hostility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 1013-1022.
- Kernis, M. H., Grannemann, B. D., & Mathis, L. C. (1991). Stability of self-esteem as a moderator of the relation between level of self-esteem and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 80-84.
- 近藤卓. (2010). 自尊感情と共有体験の心理学—理論・測定・実践. 金子書房.
- 中間玲子・小塩真司. (2007). 自尊感情の変動性における日常の出来事と自己の問題. 福島大学研究年報, 3, 1-10.
- 小塩真司. (2001). 自己愛傾向が自己像の不安定性, 自尊感情のレベルおよび変動性に及ぼす影響. 性格心理学研究, 10, 35-44.

- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ : Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (1986). Self-concept from middle childhood through adolescence. In J. Suls & A. G. Greenwald (Eds.), *Psychological perspectives on the self*, Vol.3. Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum, pp.107-135.
- 櫻井英未. (2013). 女子大学生の自己受容および他者受容と精神的健康の関係. 日本女子大学大学院人間社会研究科紀要, 19, 125-142.
- 沢崎達夫. (1984). 自己受容に関する文献的研究 (1) —その概念と測定法について—. 教育相談研究, 22, 59-67.
- 沢崎達夫. (1993). 自己受容に関する研究 (1) —新しい自己受容測定尺度の青年期における信頼性と妥当性の検討—. カウンセリング研究, 26, 29-37.
- 杉山崇・坂本真士. (2006). 抑うつと対人関係要因の研究：被受容感・被拒絶感尺度の作成と抑うつ的自己認知過程の検討. 健康心理学研究, 19, 1-10.
- 館有紀子・宇野善康. (2000). 日本版状態セルフエスティーム尺度の検討. 日本社会心理学会第41回大会発表論文集, 206-207.
- 山本真理子・松井豊・山成由紀子. (1982). 認知された自己の諸側面の構造. 教育心理学研究, 30, 64-68.