

女子大生の自己受容および本来感と 周囲の他者からの被受容感の関連

The Relations between the Self-acceptance and the Sense of Authenticity and the Sense of Acceptance from Close Ones in Woman University Students

原 澤 奈 美

Nami HARASAWA

(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前期1年)

要 約

本研究は自己受容および本来感の被受容感との関連、また、自己受容と本来感の関連を検討することを目的とした。女子大生 216 名の被受容感と自己受容、本来感を質問紙で調査した。被受容感と自己受容は周囲の他者からの被受容感を検討するため対象場面別（家族、友人、先生）に測定し、参加者を全面的の高群、プライベート重視群、全面的低群、全面的中群の 4 群に分けた。結果、全面的の高群と全面的の中群は全面的低群より自己受容が高く、全面的の高群はプライベート重視群と全面的低群より本来感が高いことが示された。また、家族による受容は全面的の高群の自己受容を高め、全面的低群の自己受容と本来感を高めること、プライベート重視群の望ましくない自己にとられる傾向を高めるという特徴が示された。他者による受容がある程度、もしくは高く感じる場合は特に自己受容と本来感の正の相関が強い傾向も示された。

[Abstract]

This study examined relationships between self-acceptance, authenticity, and acceptance among close others. Participants were 216 female undergraduate students; they completed scales measuring self-acceptance, authenticity, and acceptance from close others (e.g., family, friends, teachers). Participants were divided into the following groups: 1) high sense of acceptance, 2) emphasizing private relationships, 3) low sense of acceptance, and 4) moderate sense of acceptance. Key results were as follows. Self-acceptance and authenticity were significantly greater in group 1 than in group 3. Acceptance from family members was positively correlated with self-acceptance in group 1, tendency to focus on one's undesirable attributes in group 2, and self-acceptance and authenticity in group 3. Self-acceptance and authenticity were strongly correlated in all groups except group 3.

1. 問題と目的

自己受容についてはこれまでに多くの実証的研究がなされており、臨床心理学においても重要な概念の一つとされている。概して自己受容とは「ありのままの自分を受け入れること」と定義されてきた(沢崎,1984)。また、沢崎(1993)によれば、自己受容という考え方ははじめて公にしたのは Rogers, C.R. である。Rogers の来談者中心療法においては、カウンセリングの過程における終結の段階でクライアントは自分をありのままに受け入れる能力を発達させているとしてお

り、カウンセリングにおける重要な局面の一つとして自己受容が挙げられている(Rogers,1942末武・保坂・諸富訳,2005)。

また、岡本・山田(2006)は自己受容を考える上で、2種類の受容を想定し、一つは自己による受容、もう一つは他者に受容されていると感じることによって達成される自己の受容であると述べた。他者による受容と自己による受容の関係を示す研究は多くないが、川崎・小玉(2010)は上田(1996)の自己受容の概念的枠組みに基づき、自己認知を具体的評価と自己および他者による受容の程度に区別して測定し、自己愛および自尊心との関連を検討した。その中で、他者による受容が自己による受容に対して有意な正の影響を与えるというパス係数を示した。

以上のことから、他者による受容と自己による受容には関連があると考えられる。そこで、本研究では他者に受容されていると感じることが自己受容を高めるという関係について検討することを第1の目的とする。

また、他者に受容されていると感じることについては被受容感という概念がある。被受容感についても多くの実証的研究がなされているが、なかでも被受容感と本来感との関連を示唆する研究がある。伊藤・小玉(2005)によると本来感は「自分自身に感じる自分の中核的な本当らしさの感覚の程度」と定義される。この定義をもとに、石原(2013)は被受容感と本来感の関連性を検討し、その人のありのままを受容してもらっていると認識することが本来感の形成にとって重要であると述べた。また、石原(2013)はこの研究で受容されていると感じる他者を対象別にして被受容感を測定しており、大学生は家族、特に親から受容されているという被受容感が本来感の形成に関連するとした。さらに、James&Mary (1984)は、親は子どもがどんな失敗をしても愛し、受容することを無条件の愛の例に挙げ、無条件の愛が自己受容の基礎となるとしている(James&Mary,1984安塚訳,1986)。これらの見解から、家族による受容は他の対象による受容よりも自己受容および本来感を高めることが考えられる。

以上のことから、自己受容と本来感それぞれに被受容感との関連が示唆される。そこで、本研究では自己受容とともに、本来感についても被受容感との関連を検討し、さらにどのような対象と一緒にいるときに受容されていると感じることが自己受容と本来感に影響するのかを検討することを第2の目的とする。

また、先に述べた伊藤・小玉(2005)の本来感の定義から、本来感と自分自身をありのままに受け入れる自己受容の感覚は異なる感覚であると考えられるが、自己受容の「ありのままの自分」と本来感の「自分自身の中核的な本当らしさ」という点から自己受容と本来感の間にも何らかの関連があるのではないかと考え、この関連についてもみていく。

以上の目的を検討するに際し、4つの仮説を立てた。

仮説Ⅰ：「他者による受容を多くの場面で高く感じるほうが多くの場面で低く感じるよりも、自己受容が高い」

仮説Ⅱ：「他者による受容を多くの場面で高く感じるほうが多くの場面で低く感じるよりも、本来感が高い」

仮説Ⅲ：「家族による受容は他の対象による受容よりも自己受容を高める」

仮説Ⅳ：「家族による受容は他の対象による受容よりも本来感を高める」

仮説V：「自己受容と本来感には相関がみられる」

また、青年期は人からどう思われているのかが非常に気になったり、他者の視線を必要以上に気にする傾向がある(西垣,2009)。金子(2000)は、青年期は自己への関心が高まる時期とし、一般青年に見られる被害妄想的な思考である自己関係づけの傾向は高校生に比べて大学生のほうが高く、特に女子に高い傾向があることを示した。

このような研究をうけて、他者の視線を必要以上に気にする傾向、また自己への関心が高まる青年期においても特に自己関係づけの高い傾向のある女子大生においては、他者による受容や自己による受容、本当の自分らしくいられると言う感覚が精神的健康に関わると推察し、本研究の調査対象を女子大学生とする。

2. 定義

(1) 被受容感

本研究ではどのような対象と一緒にいるときに受容されていると感じることが自己受容と本来感に影響するのかを検討するため、石原(2013)が用いた対象場面別の被受容感を測定する尺度を採用する。石原(2013)は杉山(2002)の「自分を支えてくれる他者の存在を感じ、自分は他者から一定の理解やあたたかさ、承認を持って大切に扱われ、支えられているという認識と情緒」という被受容感の定義を用いたため、本研究においてもこの定義を被受容感の定義とする。

(2) 自己受容

沢崎(1984)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、その上で受容の程度を問う必要があるとした。その提言を満たすべく櫻井(2013)が述べた「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」を自己受容の定義とする。

(3) 本来感

その人のありのままを受容してもらっていると認識することが本来感の形成にとって重要であるとして被受容感と本来感の関連を示唆した石原(2013)が用いた伊藤・小玉(2005)の「自分自身に感じる自分の中核的な本当らしさの感覚の程度」を本来感の定義とする。

3. 方法

(1) 調査対象者

本調査では、大学1年生から4年生までの女子大学生を調査の対象とし、248名に質問紙を配布し、223名から質問紙を回収した(回収率89.9%)。回収したデータのうち、回答が不十分である7名のデータを分析の対象から除外し、最終的に216名のデータを分析に用いた。分析の対象となった216名の平均年齢は19.54歳(SD=3.19)であり、年齢の範囲は18歳から63歳であった。回収したデータのうち一般の大学生の年齢より高かったものは1名(63歳)のみであり、本調査の

分析にあたって影響はないと判断し、調査の対象に含めた。

(2) 調査時期

2015年10月上旬から11月上旬にかけて質問紙調査を実施した。

(3) 質問紙の構成

本調査における質問紙は、フェイスシートおよび被受容感尺度、自己受容尺度、本来感尺度の3つの尺度で構成された。

a. フェイスシート

フェイスシートには、「大学生の意識調査」というタイトルをつけ、対象者の所属学部、所属学科、学年、年齢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、質問紙の配布および回収を行なう便宜上、所属学部と学科、学年の回答を求めた。

b. 被受容感尺度

被受容感の測定には、平岩(1996)により作成された「安心感」尺度の下位尺度である「受容」尺度を石原(2013)が修正した9項目の尺度を用いた。本尺度は「家族と一緒にいるとき(以下、「家族対象場面」)」、「友人と一緒にいるとき(以下、「友人対象場面」)」、「先生と一緒にいるとき(以下、「先生対象場面」)」、「恋人と一緒にいるとき(以下、「恋人対象場面」)」のように一緒にいる対象を分けた場面設定をし、その際に被受容感を感じる程度の強さについて回答を求め、各対象場面の被受容感を測定できるように作成されている。本研究においては、各対象場面での被受容感を測定することを目的とするため、本尺度を採用した。なお、回答する際に対象を想定する基準を設けるため、友人対象場面は「最も親しい友人と一緒にいるとき」、先生対象場面は「現在最も関わりの多い先生」と筆者が修正し教示した。恋人対象場面については「恋人がいる人のみお答えください」と教示し、恋人がいる人の回答を求めた。回答は「以下の項目について、(各対象)と一緒にいるときのあなたはどのように思いますか」と教示し、5件法(1.全くそう思わない、2.あまりそう思わない、3.少しそう思う、4.まあそう思う、5.そう思う)で求めた。

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のうち櫻井(2014)が「全体としての自己の受容」「望ましい自己の受容」「望ましくない自己の受容」の3因子構造の解釈が可能とした18項目を用いた。本尺度を作成した櫻井(2013)は、先に述べた沢崎(1984)の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、その上で受容の程度を問う必要があるという提言を満たすべく、認知した事柄が望ましいものである場合とそうでない場合の受容の性質の差異を考慮し、本尺度を作成した。また、自己受容尺度としては多くの尺度が開発されているが、自己を領域(例えば性格や身体能力など)に分けて受容の程度を測定するのではなく、自己を全体として捉えたときの受容の程度を測定する本尺度を採用した。回答は「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、5件法(1.まったくあてはまらない、2.あてはまらない、3.どちらでもない、4.ややあてはまる、5.とてもあてはまる)で求めた。

d. 本来感尺度

本来感の測定には伊藤・小玉(2005)により作成された尺度を石原(2013)がより回答しやすい形に修正した6項目の尺度を用いた。本研究では、本来感においても前述の自己受容同様、自己を全体として捉えたときの本来感を測定することを考え、個人が自分らしくあると感じている全般的な感覚を測定する本尺度を採用した。回答は「以下の項目について、普段のあなたはどのように思いますか」と教示し、5件法(1.全くそう思わない、2.あまりそう思わない、3.少しそう思う、4.まあそう思う、5.そう思う)で求めた。

4. 結果

(1) 尺度の構造および信頼性の検討

はじめに、各尺度の因子構造を捉えるために因子分析を行なった。さらに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 係数の算出を行なった。

a. 被受容感尺度の検討

対象場面別の被受容感尺度9項目に対して主因子法による因子分析を行なった。すべての対象場面において固有値の変化から1因子構造が妥当であると考えられ、再度1因子を仮定した主因子法による因子分析を行なった。1因子を仮定したため回転は行わなかった。最終的にすべての対象場面において9項目の1因子が得られた。これは石原(2013)が示した因子構造と一致する。Table.1に対象場面別の被受容感尺度の因子分析結果と項目内容を示した。

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、家族対象場面9項目では $\alpha = .958$ 、友人対象場面9項目では $\alpha = .939$ 、先生対象場面9項目では $\alpha = .967$ 、恋人対象場面9項目では $\alpha = .972$ となり、すべての対象場面において尺度の内的整合性に問題がないと判断した。

Table.1 対象場面別被受容感尺度の因子分析結果(主因子法)

対象場面	質問項目	I
家族	2. 気持ちが満たされている	.899
	4. 心地の良い感じがする	.877
	5. 穏やかな気持ちである	.874
	1. 幸せだと感じる	.853
	8. 受けいれられていると感じる	.846
	3. 胸が暖かい感じがする	.834
	6. 大切にされていると感じる	.829
	9. 守られているという感じがする	.828
	7. 理解されていると感じる	.791

	2. 気持ちが満たされている	.869
	5. 穏やかな気持ちである	.829
	8. 受けいれられていると感じる	.828
	1. 幸せだと感じる	.827
友人	3. 胸が暖かい感じがする	.810
	4. 心地の良い感じがする	.808
	6. 大切にされていると感じる	.805
	7. 理解されていると感じる	.801
	9. 守られているという感じがする	.678
	2. 気持ちが満たされている	.869
	5. 穏やかな気持ちである	.829
	8. 受けいれられていると感じる	.828
	7. 理解されていると感じる	.827
先生	6. 大切にされていると感じる	.810
	4. 心地の良い感じがする	.808
	9. 守られているという感じがする	.805
	3. 胸が暖かい感じがする	.801
	1. 幸せだと感じる	.678
	4. 心地の良い感じがする	.949
	3. 胸が暖かい感じがする	.945
	2. 気持ちが満たされている	.924
	5. 穏やかな気持ちである	.910
恋人	1. 幸せだと感じる	.900
	6. 大切にされていると感じる	.882
	7. 理解されていると感じる	.873
	9. 守られているという感じがする	.846
	8. 受けいれられていると感じる	.815

b. 自己受容尺度の検討

自己受容尺度18項目に対して主因子法による因子分析を行なったところ、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。これは櫻井(2014)が示した因子構造と一致する。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であると考えられる。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なった。その結果No.6「他者から好意を持たれたとき、しっかりとしない。」は因子負荷量が.40未満で十分な値を示さなかった。このことからこの1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なったところ、最終的に解釈可能な17項目の3因子が得られた。Table.2に自己受容尺度の因子分析の結果と項目内容を示した。

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入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」とした。自己受容尺度の因子分析の結果、因子構造と各因子に含まれる項目が櫻井(2014)と同じ結果となったため、各因子の命名も櫻井(2014)が命名した名前を採用した。

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17項目では、 $\alpha = .858$ となり、下位尺度では「望ましい自己の受容」は $\alpha = .859$ 、「全体としての自己の受容」は $\alpha = .839$ 、「望ましくない自己にとらわれない」は $\alpha = .623$ となった。尺度および下位尺度の内的整合性には問題がないと判断した。

また、以上のことから、本尺度の因子分析の結果は櫻井(2014)の本尺度の因子分析の結果に続いて安定した結果が得られたといえる。

Table.2 自己受容尺度の因子分析結果(主因子法, promax 回転)

質問項目	I	II	III	
4. 自分の優れている部分を受けいれている。	.848	-.062	.077	
1. 自分の素敵なところを素直に良いと言える。	.803	.003	.054	
7. 自分の長所を素直に認めることができる。	.767	.071	.046	
2. 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。	.741	.015	-.195	
5. 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。	.731	.036	-.033	
3. 自分が周囲から高く評価されたとき、半信半疑になる。※	.496	-.155	.052	
9. 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。※	-.037	.851	-.148	
11. 自分自身を受けいれている。	.164	.747	.034	
13. 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。	-.120	.671	-.044	
8. 現在の自分を受けいれている。	.077	.652	.098	
10. ありのままの自分でよい。	.036	.638	-.073	
14. 人は人、自分は自分だと思える。	-.237	.510	.184	
12. 全体として自分のことが受けいれられない。※	.137	.453	.124	
16. だめな自分は変えたいと思う。※	.038	-.285	.637	
15. 自分の短所はそれほど気にならない。	-.057	.138	.536	
17. 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。※	.051	.079	.527	
18. 自分の不完全な部分にあまりとらわれない。	-.005	.233	.420	
	因子相関	I	II	III
	I	—	.553	.193
	II		—	.312
	III			—

注) ※は逆転項目

c. 本来感尺度の検討

本来感尺度6項目に対して主因子法による因子分析を行なった。固有値の変化から1因子構造が妥当であると考えられ、再度1因子を仮定した主因子法による因子分析を行なった。1因子を仮定したため回転は行わなかった。最終的に9項目の1因子が得られた。これは石原(2013)が示した因子構造と一致する。Table.3に本来感尺度の因子分析結果と項目内容を示した。

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、本来感尺度6項目では $\alpha = .849$ となり、尺度の内的整合性に問題がないと判断した。

Table.3 本来感尺度の因子分析結果（主因子法）

質問項目	I
3. 私は大体の場面で自分らしくいられる	.879
4. 私は大体の場面で自分のやりたいことをやることができる	.778
2. 人前でもありのままの自分を出せる	.711
5. 私は自分を見失わないでいられる	.660
1. 私は「自分」というものを持っていると思う	.594
6. これが自分だ、と実感できるものがある	.563

(2) 尺度得点および下位尺度得点

各尺度に含まれる項目得点の平均値を算出し、標準化したものを尺度得点とした。同じく自己受容尺度の下位尺度に含まれる項目得点の平均値を算出し、標準化したものを下位尺度得点とした。各尺度得点および下位尺度得点は得点が高いほど被受容感、自己受容、本来感の程度が高いことを示す。Table.4に各尺度得点および下位尺度得点の平均値、標準偏差、最大値、最小値を示した。

Table.4 各尺度の平均値・標準偏差・最大値・最小値

	平均値	標準偏差	最大値	最小値
自己受容	3.24	0.54	4.71	1.35
望ましい自己の受容	3.40	0.77	5	1.17
全体としての受容	3.67	0.68	5	1.43
望ましくない自己にとらわれない	2.24	0.67	4	1
被受容感				
家族	4.02	0.88	5	1
友人	4.26	0.72	5	2
先生	2.93	1.02	5	1
恋人	4.26	1.04	5	1
本来感	3.11	0.8	5	1

(3) 対象場面別にみた被受容感の群分け

調査対象者を各対象場面における被受容感の感じ方によって群分けするため、ward法によるクラスタ分析(小塩,2014)を行なった。各対象場面における項目得点の平均値を算出し標準化したものを場面別得点とした。なお、恋人対象場面については恋人がいる人のみ回答を求めたため、対象者が68名と少なく、恋人対象場面は除外してクラスタ分析を行なった。4つのクラスタが得られ、全面的高群には57名、プライベート重視群には61名、全面的低群には40名、全面的中群には48名の調査対象者が含まれていた。

次に、4つのクラスタの特徴を検討するために、得られた4つのクラスタを独立変数、対象場面別の被受容感を従属変数とした一元配置分散分析を行なった。一元配置分散分析の結果をTable.5、4つのクラスタの対象場面別の被受容感尺度得点の平均値をグラフ化したものをFigure.1に示した。

Table.5 4つのクラスタでの対象場面別の被受容感尺度得点の比較

	群	平均値	SD	F 値	有意水準	多重比較
家族	1	.7172207	.47563166	67.133	***	1 > 2 > 3 1 > 4 > 3
	2	.1404134	.77283218			
	3	-1.3268762	.88188535			
	4	.1026088	.69820945			
被受容感 友人	1	.8794086	.19937049	205.114	***	1 > 2 > 4 > 3
	2	.5414923	.44651124			
	3	-1.3578712	.77331782			
	4	-.6333217	.53312314			
先生	1	.9489171	.64965488	86.625	***	1 > 4 > 2 1 > 4 > 3
	2	-.7963108	.71610372			
	3	-.6464375	.67100877			
	4	.4238371	.61355366			

*p < .05, **p < .01, ***p < .001

注) F 値の自由度は、級間は3であるが、級内は202である。

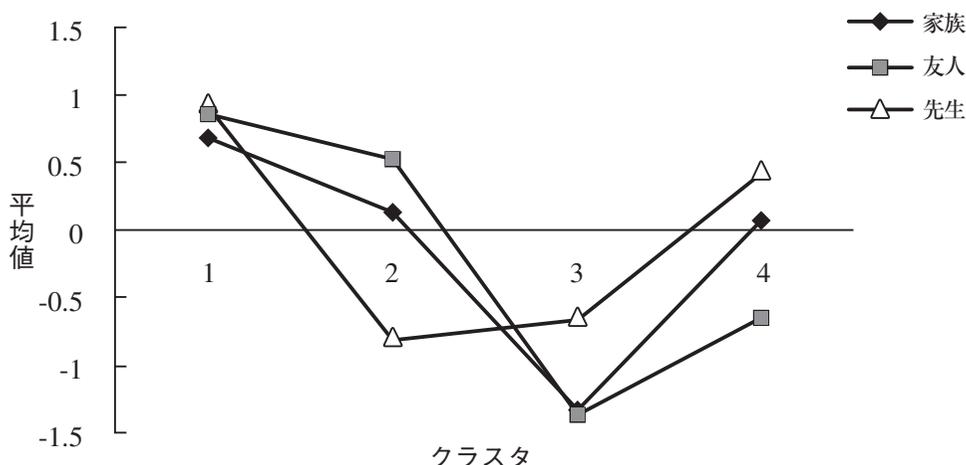


Figure.1 4群の対象場面別 被受容感尺度特典平均値

Table.5のとおり，すべての対象場面の被受容感において群間に0.1%水準で有意な差が見られた(「家族対象場面」: $F(3,202) = 67.133, p < .001$, 「友人対象場面」: $F(3,202) = 205.114, p < .001$, 「先生対象場面」: $F(3,202) = 86.625, p < .001$)。また，TukeyのHSD法による多重比較(5%水準)を行なったところ，「家族対象場面」では，第1クラスター>第2クラスター>第3クラスターおよび第1クラスター>第4クラスター>第3クラスターとなり，「友人対象場面」では，第1クラスター>第2クラスター>第4クラスター>第3クラスター，「先生対象場面」では，第1クラスター>全体的中群>第2クラスターおよび第1クラスター>第4クラスター>第3クラスターとなった。得られた4つのクラスターの特徴をまとめると，第1クラスターはすべての対象場面における被受容感が高い，第2クラスターは家族対象場面と友人対象場面の被受容感が中程度で先生場面の被受容感は低い，第3クラスターがすべての対象場面における被受容感が低い，第4クラスターはすべての対象場面における被受容感が中程度である，ということが明らかになった。以上に述べた被受容感の特徴から第1クラスターを被受容感が全体で高い「全体的高群」，第2クラスターを先生との関係という公的な関係よりも家族や友人といった私的な関係において被受容感を感じている「プライベート重視群」，第3クラスターは被受容感が全体で低い「全体的低群」，第4クラスターは被受容感が全体で中程度の「全体的中群」とした。

(4) 4つのクラスターでの自己受容と本来感の比較

4つのクラスター間で自己受容尺度得点に差があるのかを検討するために，4つのクラスターを独立変数，自己受容尺度得点を従属変数として一元配置分散分析を行なった。Table.6に一元配置分散分析の結果，Figure.2に4つのクラスターそれぞれの自己受容尺度得点の平均値をグラフ化したものを示した。4つのクラスターの得点差は1%水準で有意であった($F(3,193) = 3.923, p < .01$)。さらに，TukeyのHSD法による多重比較を行なったところ，自己受容尺度得点は全体的高群>全体的低群および全体的中群>全体的低群となった。したがって，全体的低群と比較して，全体的高群と全体的中群は自己受容が高いということが示された。

Table.6 4つのクラスタでの自己受容尺度得点の比較

	群	平均値	SD	F 値	有意水準	多重比較
自己受容尺度得点	1	.2273828	1.09144809	3.923	**	1 > 3
	2	-.0247554	1.04296183			4 > 3
	3	-.4494108	1.02110407			
	4	.1315521	.75076363			

*p < .05, **p < .01, ***p < .001

注) F 値の自由度は、級間は3であるが、級内は193である。

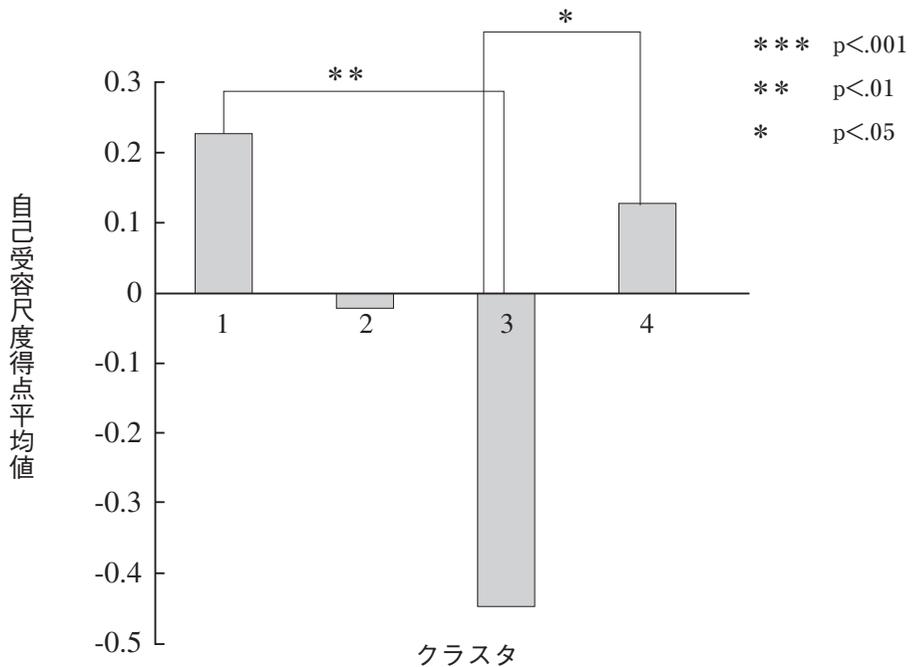


Figure.2 4群の自己受容尺度得点平均値

4つのクラスタ間での自己受容尺度得点の比較では全面的高群と全面的中群の間やプライベート重視群と他のクラスタの間に有意な差が認められなかったことから、次に、4つのクラスタ間での自己受容下位尺度得点に差があるのかを検討するために、4つのクラスタを独立変数、自己受容下位尺度得点を従属変数として一元配置分散分析を行なった。Table.7に一元配置分散分析の結果を示した。4つのクラスタの得点に有意な差が認められたのは自己受容下位尺度における「望ましい自己の受容」のみであり、0.1%水準で有意であった(F(3.193)=6.129, p<.001)。TukeyのHSD法による多重比較を行なったところ、「望ましい自己の受容」得点は、全面的の高群>全面的の低群および全面的の中群>全面的の低群となった。4つのクラスタそれぞれの「望ましい自己の受容」得点の平均値をグラフ化したものをFigure.3に示した。

したがって、全面的の低群と比較して、全面的の高群と全面的の中群は自己受容の下位概念である「望ましい自己の受容」が高いということが示された。

Table.7 4つのクラスタでの自己受容下位尺度得点の比較

	群	平均値	SD	F 値	有意水準	多重比較
望ましい 自己の受容	1	.3348973	1.06956116	6.129	***	1 > 3
	2	-.0405206	.93891257			4 > 3
	3	-.5298472	1.08515686			
	4	.0760138	.78642772			
全体としての 自己の受容	1	.1344929	1.06198983	2.059		
	2	.0958817	1.08466043			
	3	-.3288854	.96389675			
	4	.0977621	.79186541			
望ましくない 自己にとらわれない	1	-.0230875	1.01061689	.954		
	2	-.1752699	1.04738512			
	3	-.0369617	.87940314			
	4	.1553602	.97650577			

*p < .05, **p < .01, ***p < .001

注) F 値の自由度は、級間は3であるが、級内は193である。

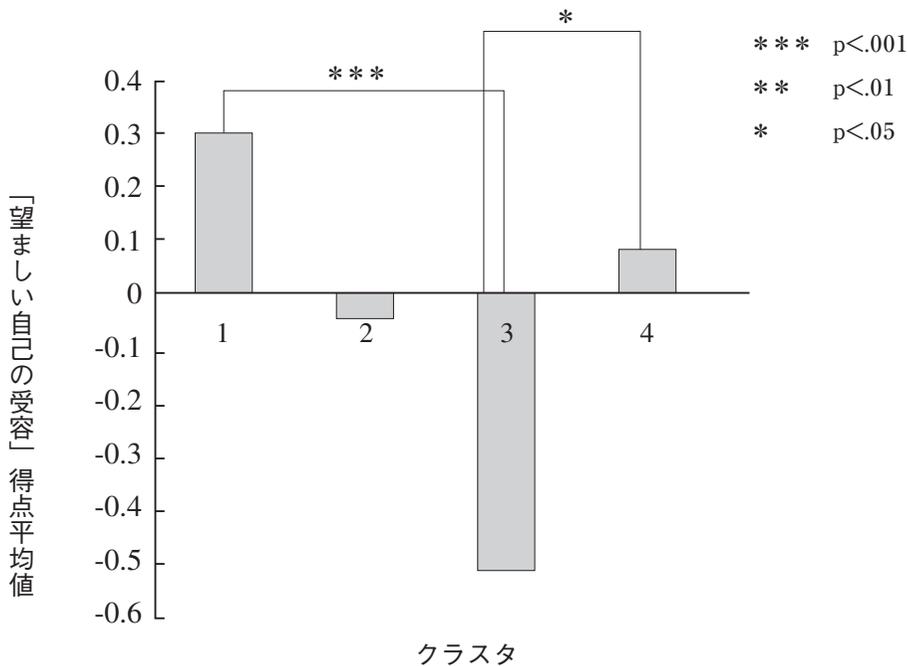


Figure.3 4群の「望ましい自己の受容」得点平均値

次に、4つのクラスタ間で本来感尺度得点に差があるのかを検査するために、4つのクラスタを独立変数、本来感尺度得点を従属変数として一元配置分散分析を行なった。Table.8に一元配置分散分析の結果、Figure.4に4つのクラスタそれぞれの本来感尺度得点の平均値をグラフ化したものを示した。4つのクラスタの得点差は1%水準で有意であった(F (3.193) =6.314,p<.001)。さらに、TukeyのHSD法による多重比較を行なったところ、本来感尺度得点は全面的高群>プライベート重視群および全面的高群>全面的低群となった。したがって、全面的高群はプライベート重視群と全面的低群と比較して本来感が高いということが示された。

Table.8 4つのクラスタでの本来感尺度得点の比較

	群	平均値	SD	F 値	有意水準	多重比較
本来感尺度得点	1	.3974388	1.14783054	6.314	***	1 > 2
	2	-.1369243	.98127958			1 > 3
	3	-.4486436	.78251364			
	4	-.0258911	.82198752			

*p < .05, **p < .01, ***p < .001

注) F 値の自由度は、級間は3であるが、級内は193である。

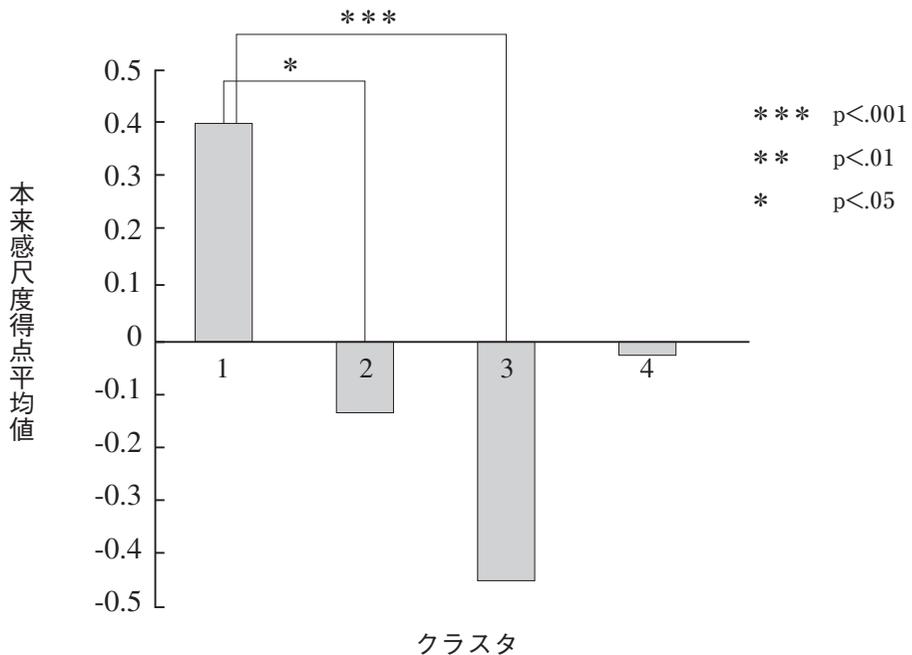


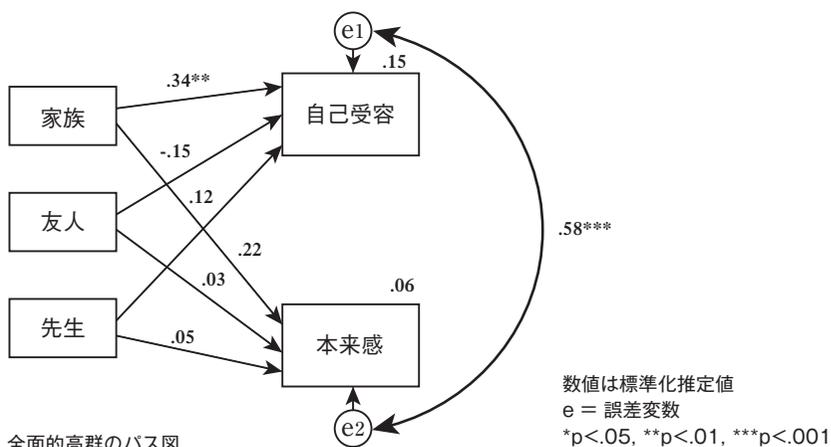
Figure.4 4群の本来感尺度得点平均値

(5) 因果関係の検討

対象場面別の被受容感尺度得点と自己受容尺度得点および本来感尺度得点の因果関係を検討するために、各対象場面の被受容感を独立変数、自己受容を従属変数とした重回帰分析と各対象場面の被受容感を独立変数、本来感を従属変数とした重回帰分析をクラスター別に行なった。重回帰分析の結果と、Amos 22.0を用いて多母集団(4つのクラスター)の同時分析(小塩,2015)を行なった結果をクラスター別にパス図にまとめ、Figure5～8に示した。

結果から、全面的高群では家族対象場面での被受容感から自己受容へのパスが有意(1%水準)であり、自己受容の誤差変数と本来感の誤差変数の相関係数が有意($r=.58, p<.001$)であった。プライベート重視群では自己受容の誤差変数と本来感の誤差変数の相関係数が有意($r=.788, p<.001$)であった。全面的低群では家族対象場面での被受容感から自己受容へのパスが5%水準で有意であり、家族対象場面での被受容感から本来感へのパスが0.1%水準で有意であった。全面的中群では友人対象場面での被受容感から自己受容へのパスが5%水準で有意であり、自己受容の誤差変数と本来感の誤差変数の相関係数が有意($r=.447, p<.01$)であった。なお、パラメータ間の差の検定を行なったところ、家族対象場面での被受容感から自己受容へのパスと家族対象場面での被受容感から本来感へのパスについてプライベート重視群と全面的低群のパス係数が有意に異なっており、全面的低群においてプライベート重視群よりも強い正の影響が認められた。

したがって、全面的高群と全面的低群では家族対象場面での被受容感が自己受容に正の影響を与えることが示された。また、全面的低群では家族対象場面での被受容感が本来感へ正の影響を与えることが明らかとなった。さらに、全面的低群以外の群で自己受容と本来感に正の相関が認められた。なお、家族対象場面での被受容感から自己受容に与える影響と家族対象場面での被受容感から本来感に与える影響についてはプライベート重視群と全面的低群で与える影響に有意な差が認められ、全面的低群においてプライベート重視群よりも強い正の影響が示された。



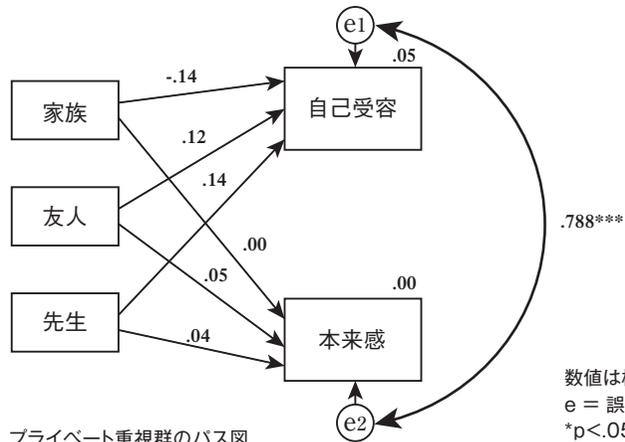


Figure.6 プライベート重視群のパス図

数値は標準化推定値
e = 誤差変数
*p<.05, **p<.01, ***p<.001

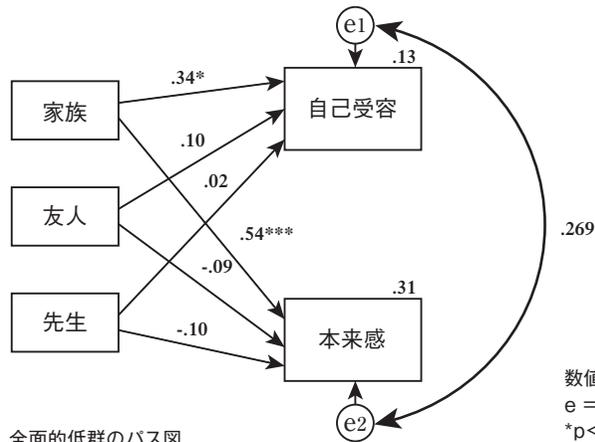


Figure.7 全面的低群のパス図

数値は標準化推定値
e = 誤差変数
*p<.05, **p<.01, ***p<.001

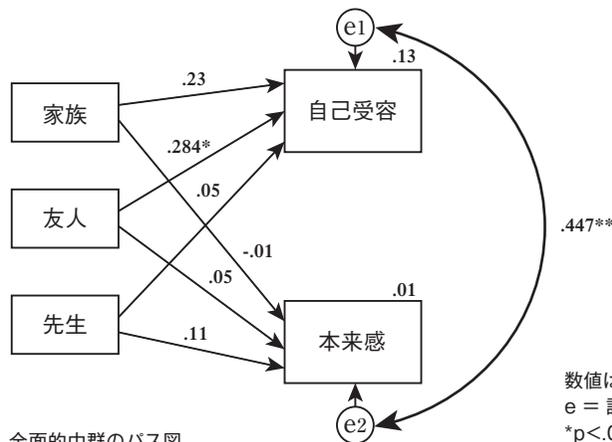


Figure.8 全面的中群のパス図

数値は標準化推定値
e = 誤差変数
*p<.05, **p<.01, ***p<.001

4つのクラスタについての対象場面別の被受容感尺度得点と自己受容尺度得点および本来感尺度得点の因果関係の検討では、プライベート重視群について被受容感から自己受容と本来感への有意なパス係数が認められなかったことから、次に、対象場面別の被受容感尺度得点と自己受容下位尺度得点および本来感尺度得点の因果関係を検討するためにクラスタ別で重回帰分析を行

なった。各対象場面の被受容感を独立変数、「望ましい自己の受容」を従属変数とした重回帰分析の結果を Table.9に、各対象場面の被受容感を独立変数、「全体としての自己の受容」を従属変数とした重回帰分析の結果を Table.10に、各対象場面の被受容感を独立変数、「望ましくない自己にとらわれない」を従属変数とした重回帰分析の結果を Table.11に、自己受容下位尺度3つを独立変数、本来感を従属変数とした重回帰分析の結果を Table.12に示した。また、自己受容下位尺度と本来感尺度の相関係数を Table.13に示した。

まず、対象場面別の被受容感尺度と自己受容下位尺度については、Table.10から全面的高群と全面的低群において家族対象場面での被受容感から「全体としての自己の受容」に対する標準偏回帰係数(β)が有意(全面的高群: $\beta = .352, p < .05$, 全面的低群: $\beta = .396, p < .05$)であった。また、Table.11からプライベート重視群において家族対象場面での被受容感から「望ましくない自己にとらわれない」に対する負の標準偏回帰係数が有意($\beta = -.365, p < .01$)であり、回帰式全体も5%水準で有意であった。

次に、自己受容下位尺度と本来感尺度については、Table.12から全面的高群とプライベート重視群において「望ましい自己の受容」と「全体としての自己の受容」から本来感に対する標準偏回帰係数が有意(「望ましい自己の受容」全面的高群: $\beta = .374, p < .01$, プライベート重視群: $\beta = .419, p < .001$, 「全体としての自己の受容」全面的高群: $\beta = .320, p < .05$, プライベート重視群: $\beta = .440, p < .001$)であり、回帰式全体も0.1%水準で有意であった。全面的低群と全面的中群においては「全体としての自己の受容」から本来感に対する標準偏回帰係数が有意(全面的低群: $\beta = .489, p < .01$, 全面的中群: $\beta = .501, p < .001$)であり、回帰式全体も全面的低群は5%水準で、全面的中群は0.1%水準で有意であった。

また、自己受容下位尺度と本来感の相関係数については、Table.13から「望ましい自己の受容」と本来感は全面的高群、プライベート重視群、全面的中群において有意な正の相関(全面的高群: $r = .544, p < .001$, プライベート重視群: $r = .662, p < .001$, 全面的中群: $r = .291, p < .05$)が認められた。「全体としての自己の受容」と本来感は4つすべてのクラスタにおいて有意な正の相関(全面的高群: $r = .523, p < .001$, プライベート重視群: $r = .682, p < .001$, 全面的低群: $r = .492, p < .001$, 全面的中群: $r = .510, p < .001$)が認められた。「望ましくない自己にとらわれない」と本来感は全面的高群とプライベート重視群において有意な正の相関(全面的高群: $r = .237, p < .05$, プライベート重視群: $r = .362, p < .01$)が認められた。4つすべてのクラスタにおいて0.1%水準で有意な正の相関が認められた「全体としての自己の受容」に本来感との最も強い相関($.492 \leq r \leq .682$)がみられた。また、全面的高群とプライベート重視群については自己受容下位尺度すべてにおいて本来感と有意な正の相関(全面的高群: $.237 \leq r \leq .544$, プライベート重視群: $.362 \leq r \leq .682$)が認められた。Figure.5とFigure.6で示したパス図から、全面的高群とプライベート重視群において自己受容の誤差変数と本来感の誤差変数に有意な正の相関(全面的高群: $r = .58$, プライベート重視群: $r = .788$ ともに $p < .001$)が認められることから被受容感「全面的高群」と「プライベート重視群」に自己受容と本来感の最も強い相関がみられることが明らかになった。

以上のことから、対象場面別の被受容感尺度得点と自己受容下位尺度得点および本来感尺度得点の因果関係の検討では、プライベート重視群においてはTable.11から家族対象場面での被受容感から「望ましくない自己にとらわれない」へ負の影響を与えることと、Table.12から「望ましい

自己の受容」と「全体としての自己の受容」から本来感へ正の影響を与えること、Table.13から自己受容と本来感の相関が大きいことが示された。全面的高群と全面的低群においてはTable.10から家族対象場面での被受容感から「全体としての自己の受容」へ正の影響を与えることが示された。また、全てのクラスタにおいてはTable.12から「全体としての自己受容」から本来感に対する正の影響およびTable.13から「全体としての自己受容」と本来感の正の相関が示された。

Table.9 「望ましい自己の受容」因子を従属変数としたクラスタ別の重回帰分析結果

クラスタ	全面的高群	プライベート重視群	全面的低群	全面的中群
	β	β	β	β
独立変数				
被受容感：家族	.197	-.067	.171	.163
友人	-.027	.198	.219	.303
先生	.158	.070	.207	-.246
R ²	.038	.061	.099	.109

従属変数：自己受容「望ましい自己の受容」因子

*p < .05,**p < .01,***p < .001

Table.10 「全体としての自己の受容」因子を従属変数としたクラスタ別の重回帰分析結果

クラスタ	全面的高群	プライベート重視群	全面的低群	全面的中群
	β	β	β	β
独立変数				
被受容感：家族	.352 *	-.005	.396 *	.187
友人	-.148	-.038	-.024	.145
先生	.158	.243	-.211	.173
R ²	.110	.057	.208*	.063

従属変数：自己受容「全体としての自己の受容」因子

*p < .05,**p < .01,***p < .001

Table.11 「望ましくない自己にとらわれない」因子を従属変数としたクラスタ別の重回帰分析結果

クラスタ	全面的高群	プライベート重視群	全面的低群	全面的中群
	β	β	β	β
独立変数				
被受容感：家族	.273	-.365 **	.232	.127
友人	-.229	.172	-.001	.110
先生	-.122	-.078	.062	.170
R ²	.156 *	.169 *	.056	.047

従属変数：自己受容「望ましくない自己にとらわれない」因子

*p < .05,**p < .01,***p < .001

Table.12 本来感を従属変数、自己受容下位尺度を独立変数としたクラスタ別の重回帰分析結果

クラスタ	全面的高群	プライベート 重視群	全面的低群	全面的中群
	β	β	β	β
独立変数				
望ましい自己の受容	.374 **	.419 ***	-.067	.165
全体としての自己の受容	.320 *	.440 ***	.489**	.501***
望ましくない自己にとらわれない	.019	.097	.084	-.150
R ²	.375 ***	.613 ***	.248 *	.307***

従属変数：本来感

*p < .05,**p < .01,***p < .001

Table.13 自己受容下位尺度と本来感尺度の相互相関

クラスタ	全面的高群	プライベート 重視群	本来感	
			全面的低群	全面的中群
望ましい自己の受容	.544 ***	.662 ***	.166	.291*
全体としての自己の受容	.523 ***	.682 ***	.492***	.510***
望ましくない自己にとらわれない	.237 *	.362 **	.229	-.021

*p < .05,**p < .01,***p < .001

(6) 恋人対象場面の被受容感が自己受容と本来感へ与える影響の検討

恋人対象場面の被受容感については恋人がいる人のみ回答を求めたため、対象者が68名と少なく、恋人対象場面は除外してクラスタ分析を行なった。ここで恋人対象場面の被受容感が自己受容と本来感へ与える影響を検討するために、回答を得られた68名のデータのうち他の尺度において欠損値のあるデータを除いた63名のデータを用いて単回帰分析を行った。単回帰分析の結果をTable.14に示した。

恋人対象場面の被受容感から自己受容尺度および自己受容下位尺度と本来感に対する標準編回帰係数(β)のうち自己受容下位尺度の「望ましい自己の受容」に対する標準編回帰係数のみが有意($\beta = .274, p < .05$)であり、回帰式全体も5%水準で有意性であった。このことから、恋人による受容を感じる事が望ましい自己の受容へ有意に影響を与えることが示された。

Table.14 恋人対象場面の被受容感を独立変数、自己受容尺度因子、自己受容下位尺度因子、本来感を従属変数とした単回帰分析結果

従属変数	自己受容	「望ましい自己の受容」	「全体としての自己の受容」	「望ましくない自己にとらわれない」	本来感
	β	β	β	β	β
独立変数					
被受容 恋人	.166	.274 *	.098	-.077	.133
R ²	.028	.075 *	.010	.006	.013

*p < .05,**p < .01,***p < .001

5. 考察

(1) 他者による受容と自己による受容の関連

4つのクラスターの自己受容を比較するために行った一元配置分散分析の結果(Table.6)から、他者による受容を多くの場面で高くあるいはある程度感じているほうが低く感じているよりも自己受容が高い、つまり他者による受容を多くの場面で高く感じるほうが低く感じるよりも自己による受容の高い傾向が示唆された。川崎・小玉(2010)が示した他者による受容から自己による受容へ正の影響を与えるというパス係数の結果を支持する結果が得られたと考えられる。よって、Table.6により、仮説Ⅰの「他者による受容を多くの場面で高く感じるほうが多くの場面で低く感じるよりも、自己受容が高い」が支持された。

(2) 他者による受容と本来感の関連

4つのクラスターの本来感を比較するために行った一元配置分散分析の結果(Table.8)から、他者による受容を多くの場面で高く感じているほうが、ある程度もしくは低く感じるよりも本来感が高い、つまり他者による受容を多くの場面で高く感じるほうが低く感じるよりも本来感の高い傾向が示唆された。このことから石原(2013)の「その人のありのままを受容してもらっていると認識することが本来感の形成にとって重要である」という見解を支持する結果が示されたと言える。よって、Table.8により、仮説Ⅱの「他者による受容を多くの場面で高く感じるほうが多くの場面で低く感じるよりも、本来感が高い」が支持された。

(3) 家族による受容の影響について

対象場面別の被受容感と自己受容および本来感の因果関係を検討するために行ったクラスター別での重回帰分析の結果のパス図(Figure.5～8)から、自己受容に対しては、対象にかかわらず他者による受容を全体的に高く、もしくは低く感じているというように被受容感が極端な場合に、家族による受容が友人や先生による受容よりも自己受容に正の影響を与えることが示唆された。また、対象場面別の被受容感と自己受容下位尺度得点および本来感の因果関係を検討するために行ったクラスター別での重回帰分析の結果(Table.9～13)から、自己受容の下位概念である「全体としての自己の受容」に対して特に影響することがわかった。

本来感に対しては、対象にかかわらず他者による受容を低く感じている場合に、家族による受容が友人や先生による受容よりも本来感に正の影響を与えるといえる。また、家族や友人など私的な関係からある程度の受容を感じている場合よりも、他者による受容が対象にかかわらず全体的に低いほうが自己受容と本来感への正の影響が有意に強かった。つまり、他者による受容を低く感じている場合に、家族による受容が特に本来感に対して影響を与えるということがいえる。

以上のことから石原(2013)の「大学生は親から受容されているという被受容感が本来感の形成に特に関連する」という結果を支持する結果が得られたといえる。また、自己受容についても家族による受容が特に関連するということが示唆された。よって、Figure.5～8のパス図により、仮説Ⅲの「家族による受容は他の対象による受容よりも自己受容を高める」と仮説Ⅳの「家族による受容は他の対象による受容よりも本来感を高める」が支持された。ただし、本研究においては被受容感の感じ方が対象に関わらず極端な場合においてのみ、以上のような家族による受容と自

己受容および本来感の関連が考えられる。

(4) 自己受容と本来感の関連について

対象場面別の被受容感と自己受容および本来感の因果関係を検討するために行ったクラスタ別での重回帰分析の結果のパス図(Figure.5～8)から、全面的高群と全面的中群およびプライベート重視群は全面的低群よりも自己受容と本来感の強い正の相関がみられることが示唆された。また、対象場面別の被受容感と自己受容下位尺度得点および本来感の因果関係を検討するために行ったクラスタ別での重回帰分析の結果(Table.9～13)から、特にプライベート重視群と全面的高群において自己受容下位尺度と本来感の相関が最も強いことが示唆された。また、「望ましい自己の受容」と「全体としての自己の受容」から本来感に対する正の影響が大きいと考えられた。さらに、すべてのクラスタにおいて「全体としての自己の受容」と本来感の相関が認められた。

このことから、Figure.5～8とTable.13により、仮説Vの「自己受容と本来感には相関がみられる」については全面的高群と全面的中群およびプライベート重視群は特に自己受容と本来感の正の相関が強いと考えられ、他者による受容によって自己を受け入れる感覚とありのままの自分でいられるという感覚の関連が生まれやすいということが考えられる。

(5) プライベート重視群の特徴

対象場面別の被受容感と自己受容下位尺度得点および本来感の因果関係を検討するため行ったクラスタ別での重回帰分析の結果(Table.9～13)のうち、Table.11のプライベート重視群の結果から、プライベート重視群は家族による受容が自己受容下位概念のうち「望ましくない自己にとらわれない」へ負の影響を与えるという結果が示唆された。

調査対象である大学生は成人期への移行の段階にあると考えられる。James&Mary (1984)はその段階における若者はたくさんの可能性の中から自分の人生にとって欲しい物や場所、人を選び出し、その選択が現実的なときに自己受容が示されるとした。また、成人としての独立を迎えるその時期には親と子の関係に大きな変化があり、親は若者に大人の権利を与える準備をし、子は大人としての責任を受ける準備をする必要があるとした。

本研究において家族や友人など私的な関係による受容を重視するプライベート重視群は、つまり、対象場面別の被受容感のバランスが他のクラスタに比べると、私的關係に偏っている群である。この偏りは親から十分に独立していないことによるものであり、そのことが望ましくない自己にとられる傾向を高め、家族による受容が「望ましくない自己にとらわれない」という面での自己受容に負の影響を与えるという結果が得られたと考えられるのではないだろうか。James&Mary (1984)が述べたように自分の欲しい物を現実的に選択することで自己受容が示されるとするならば、親から十分に独立していない場合は自分で欲しい物を選択することが達成されず、自分で選択できないことが望ましくない自己となる。そのために家族による受容を感じることを望ましくない自己にとられる傾向を高める可能性があるのではないかと考える。

(6) まとめと今後の課題

本研究では、他者の視線を必要以上に気にする傾向、また自己への関心が高まる青年期におい

でも特に自己関係づけの高い傾向のある女子大生においては、他者による受容や自己による受容、本当の自分らしくいられると言う感覚が精神的健康に関わると推察し、調査対象を女子大学生として研究を行なった。本研究の意義としては、女子大生における被受容感と自己受容および本来感の関連を被受容感の感じ方のタイプ別に検討を行なったことによって、自己受容や本来感を高めるためには多くの対象場面で他者による受容を感じるということが重要になるということを示唆するに至った点にあると考える。

本研究においては被受容感を4つのクラスタに分けたことによって各クラスタの対象者が少ないということもあり、対象者が多い場合に同じ結果が得られるかどうかは明らかでない。今回は先述のような考察を加えたが、今後は調査対象者を増やし、特にプライベート重視群のような対象場面による被受容感に偏りがみられる群における被受容感と自己受容および本来感の関連についてさらに検討していく必要がある。また、恋人対象場面の被受容感が自己受容と本来感へ与える影響を検討するために行った単回帰分析の結果(Table.14)から、恋人による受容が望ましい自己の受容を高める傾向が本研究で示唆されたが、これについても調査対象者を増やし、恋人による受容と自己受容および本来感の関連についてさらなる検討を行なう必要があると考える。

6. 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青木みのり教授に深く感謝申し上げます。また、調査の実施にあたり貴重な授業のお時間をいただきました先生方、学生の皆様に心より御礼申し上げます。

【引用・参考文献】

- 平岩祥子(1996)。「安心感」と自我機能の関わりについて」 学習院大学修士論文(未公開)。
- 石原由美(2013)。「思春期・青年期における周囲の他者からの被受容感と自己の「本来感」の関連」九州大学心理学研究,14,117-124.
- 伊藤正哉・小玉正博(2005)。「自分らしくある感覚(本来感)と自尊感情がwell-beingに及ぼす影響の検討」教育心理学研,53,74-85.
- James,K.&Mary,K.(1984). *WHOLE-LIFE PARENTING, The Continuum Publishing Company*.
(ジェームズ,K.,メアリー,K. 安塚俊行(訳)(1986).『親子関係の心理学』勁草書房)
- 金子一文(2000)。「青年期心性としての自己関係づけ」教育心理学研究,48,473-480.
- 川崎直樹・小玉正博(2010)。「自己に対する受容的認知の在り方から見た自己愛と自尊心の相違性」心理学研究,80(6),527-532.
- 西垣悦代(編)(2009)。「発達・社会からみる人間関係—現代に生きる青年のために—」株式会社北大路書房
- 岡本祐子・山田みき(2006)。「現代青年の自己受容—自己による自己受容と他者を通しての自己受容の観点—」広島大学大学院教育研究科紀要,55,339-348.
- 小塩真司(2014)。「SPSSとAmosによる心理・調査データ解析—因子分析・共分散構造分析まで— 第2版」東京図書株式会社
- 小塩真司(2015)。「研究事例で学ぶSPSSとAmosによる心理・調査データ解析 第2版」東京図書株式会社
- Rogers,C.R.(1942). *Counseling and Psychotherapy: Newer Concepts in Practice*, Houghton Mifflin Company.
(ロジャーズ, 末武康弘・保坂亨・諸富祥彦(訳)(2005).『ロジャーズ主要著作集1 カウンセリングと心理療法—実践のための新しい概念—』岩崎学術出版社)

- 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.
- 櫻井英未(2014)。「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—」日本女子大学人間社会学研究科紀要,20,129-142.
- 沢崎達夫(1984)。「自己受容に関する文献的研究(1) —その研究の測定法について—」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,26,37.
- 杉山崇(2002)。「抑うつにおける「被受容感」の効果とそのモデル化の研究」心理臨床学研究,19(6),589-597.
- 上田琢哉(1996)。「自己受容概念の再検討—自己評価の低い人の“上手なあきらめ”として—」心理学研究,67(4),327-332.