

大学生の本来感に関する多面的研究

松尾 亮佑

(山 愛美ゼミ)

問題

本来感 (Sense of Authenticity) とは、「本当の自分」や「自分らしさ」を表す概念である。「自分らしさ」という概念を説明するときに、遠藤 (1981) は、エリクソンの「自己の独自性・斉一性・帰属性」という統合の感覚、そしてそれらの感覚が他者に抱かれているその個人についての感覚と合致している感覚を指している」と述べているが、小玉 (2005) は自我同一性と区別して、authenticity の概念を、「個人の「自分らしさ」の感覚そのものに直接的に焦点を当てているという点で異なる」とし、本来感を「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」と定義している。

伊藤・小玉 (2005) は、人間が心理的に最良の状態 で機能していることを意味する well-being を促進させる要因として本来感を挙げている。伊藤・小玉 (2005) は、無条件の肯定的配慮の経験は本来感を促進させるものであると同時に、自律性や不安、人格の成長や他者とのあたたかい関係性の感覚という内発的な向上心と深く関わっている可能性を示唆している。また、本来感は不安を低減させ、自己決定している感覚、新しい経験に対して開かれた感覚、他者とのあたたかい関係を築いている感覚を促進させる適応的性質を持つと指摘している。ここでいう無条件の肯定的配慮とは、特定の条件や基準にはとらわれない他者からの受容のことを指している。

一方、本来感を低減させる要因として過剰適応が挙げられる。過剰適応とは、対人関係や社会集団において、他者の期待に過剰に応えようとするあまりに、自分らしくある感覚を失ってしまっている状態のことを指す。益子 (2010) は、他者によく思われようと努力する傾向や、自己主張を抑制する傾向は、本来感の低下に影響すると指摘している。また、益子 (2008) は、過剰な外的適応行動

の背景に見捨てられ不安があることを指摘し、山田 (2010) は、過剰適応者は、他者と親密な関係を築くことの恐れや、過剰適応行動を体験している自分自身に対する空虚感や異質感を持ち、他者から承認されようと努力するほど抑うつ感が増大すると指摘している。ただし、益子 (2010) は、過剰な外的適応行動は、立場が対等でない相手に対して適応を強いられる場合、特に生じやすいと指摘し、このような場合においては、自分の気持ちと折り合いをつけて行動することは心理的な問題に陥らない1つのスキルとして機能しようと述べている。加えて、益子 (2010) は、自分の気持ちに注意を向ける傾向が自分らしくある感覚を促進することを指摘している。

過剰な外的適応行動を続けることで、自身の気持ちを抑圧し相手の意向に合わせるが多くなり、自分の気持ちと折り合いがつけられない状態が長く続くと、相手の考えを自分自身が考えたことのように思ってしまうがちになるのではないかと考えられる。このことから、他者からの影響を受けることを表す被影響性が、過剰な外的適応行動と関係があると考えられる。他人から受ける影響が大きいほど、周囲の意見に左右されることが多くなり、自分らしさが薄れると考えられるため、本来感と被影響性に関連があると考えられる。

また、湯川 (2002) は、普段、自分自身の存在理由や存在価値が適切な形で満たされている (充実感や満足感を抱いている) 場合は、あえて自己の存在自体について意識する (問い直す) ことは少ないだろうと指摘している。このことから、過剰な外的適応行動傾向にある人や他者からの影響を強く受ける傾向にあり、自分らしさをあまり感じられていない人は、自分の存在価値に疑問を持ち、空虚感や虚無感を感じる事が予想され、本来感が低減すると考えられるため、本来感と自己存在感の関係も検討する。

一方で、本来感を高める要因として、楽観性が挙げられる。多くの楽観性に関する研究においては、「将来、肯定的な結果が生じる事を期待する傾向」とされている。自己存在感の希薄さにより生じる空虚感や虚無感といった悲観的な影響を及ぼすものと対照的に、楽観性は心的状態に精神的余裕を喚起させる効果が期待できると考えられ、自分らしくある感覚をも向上させられると予想される。したがって、本来感と楽観性の関係も検討する。

目的と仮説

以上、本研究では、本来感を「自分自身の意思や気持ちに基づき素直に生きていること」と定義し、4つの仮説を立てる。第1に、益子(2010)の調査結果に倣い、過剰な外的適応行動と本来感の間に因果関係が存在する。第2に、本来感と被影響性の間に負の相関がある。第3に、自己存在感の希薄さと本来感の間に負の相関がある。第4に、楽観性と本来感の間に正の相関がある。過剰な外的適応行動傾向、被影響性、自己存在感の希薄さ、楽観性と現在の大学生の本来感との関係について検討することを本研究の目的とする。

方法

調査時期および手続き 2014年11月下旬～12月上旬であった。

調査協力者 京都学園大学の大学生、近畿県内では大阪府のA大学、B大学、C大学、兵庫県ではD大学、E大学、東海地方では愛知県のF大学、G大学、H大学、I大学、J大学、K大学、岐阜県のL大学、M大学、N大学、関東地方では神奈川県O大学、北海道地方ではP大学の大学生、273名に質問紙調査を実施した。そのうち、248名の京都学園大学生には紙の質問紙を配布し、25名の地方の大学生には、調査実施者の友人に協力を申込み、Web調査を実施した。不適切な回答の仕方をしているものや欠損値があるデータ、データ数が少なすぎたために留学生10名を除いた242名を分析の対象とした(有効回答率88.6%)。内訳は、男性162名(平均年齢20.11歳)、女性80名(平均年齢20.36歳)であった。

手続き 無記名の個別記入式の質問紙で、大学内の講義時間中に約15分かけて実施された。また、Web調査を行うにあたり、Google Driveを用いて紙の質問紙と同様のものをWeb上で作成した。尚、同じ人が2度回答出来ないように、Googleアカウントを所有している人のみ回答を許可し、一度しか回答出来ない仕様にした。

調査内容 質問紙は、年齢・性別・学年・学部学科・留学生であるかないか欄を設けた表紙と、伊藤・小玉(2005)の本来感尺度、益子(2010)の過剰な外的適応行動尺度、鈴木・木野・出口・遠山・出口・伊田・大谷・谷口・野田(2000)の多次元共感性尺度から第3因子の被影響性のみを使用、湯川(2002)の自己存在感の希薄さ尺度(DSSS)から対自的次元のみを使用、安藤・中西・小平・江崎・原田・川井・小川・崎濱(2000)の多面的楽観性測定尺度(MOAI)から第1因子「楽観的な能力認知」、第2因子「割り切りやすさ」を使用した、全5尺度を含むA4用紙5枚で構成された。本研究で分析した尺度の内容は、以下の通りである。

本来感尺度 伊藤・小玉(2005)の本来感尺度を用いた。「いつも自分らしくいられる」などの、1因子7項目からなり、信頼性、妥当性は確認されている。原版に準拠し、(1.あてはまらない～5.あてはまる)の5件法で回答を求めた。本研究のデータにおける α 係数は.82であった。

過剰な外的適応行動尺度 益子(2010)が、石津(2006)の中学生を対象として作成した過剰適応尺度から、内的適応を測定していると思われる項目を除いて再構成した、青年期用の過剰な外的適応行動尺度を用いた。「よく思われたい欲求」因子10項目、「自己抑制」因子6項目、「他者配慮」因子4項目の、3因子計20項目からなり、信頼性・妥当性は確認されている。原版に準拠し、(1.あてはまらない～5.あてはまる)の5件法で回答を求めた。本研究では、「よく思われたい欲求」因子から7項目、「自己抑制」因子から5項目、「他者配慮」因子4項目から抽出した過剰な外的適応行動尺度を用いた。本研究のデータにおける α

係数は順に、.83, .83, .71であった。

多次元共感性尺度 鈴木他(2000)の多次元共感性尺度から第3因子の被影響性のみを用いた。多次元共感性尺度は、「他者試行的情緒反応」15項目を第1因子、「他者心理の理解力」11項目を第2因子、「被影響性」9項目を第3因子、「自己指向的情緒反応」11項目を第4因子、「対人的情緒に対する態度」3項目を第5因子、「想像性」5項目を第6因子とする6因子85項目から構成される情緒的側面と認知的側面を多次元的に見る尺度である。信頼性、妥当性は確認されている。本研究では、「まわりの人がそうだとすれば、自分もそうだと思えてくる」などの第3因子「被影響性」のみを用いた。原版に準拠し、(1.全くあてはまらない～5.非常によくあてはまる)の5件法で回答を求めた。本研究では、先行研究で多次元共感性尺度(MES)に行われた主成分法による因子分析結果から、第3因子内で因子負荷量の絶対値が.40以下であった「人の意見をいつの間にか自分が考えたことのように思ってしまうがちだ」「人の意見を聞いているとき、それが自分の意見と同じであると思うことが多い」の2項目を採取し、過剰な外的適応行動による本来感の低減から、自身の本来の意見が損なわれる可能性が考えられるため、自身の持つ意見が他者からの影響を強く受けたものであるかを査定するために、上記2項目を加えたものを本研究の被影響尺度とした。その結果、本研究では先行研究から採取した7項目を全尺度項目としている。本研究のデータにおける α 係数は.718であった。

自己存在感の希薄さ尺度 湯川(2002)の自己存在感の希薄さ尺度(Diminished Sense of Self-existence Scale : DSSS)を用いた。「対自的次元」因子13項目、「対他的次元」因子11項目、「対時間的次元」因子13項目からなり、信頼性・妥当性は確認されている。原版に準拠し、(1.全くあてはまらない～5.非常によくあてはまる)の5件法で回答を求めた。本研究では、個人が自分に対して感じる自己存在感を測定するため、「対自的次元」因子7項目のみを使用した。本研究のデータにおける α 係数は.84であった。

多面的楽観性測定尺度 安藤他(2000)の多面的楽観性測定尺度(MOAI)を用いた。「楽観的な能力認知」因子10項目、「割り切りやすさ」因子7項目、「外在要因への期待」因子5項目、「運の強さへの信念」因子6項目、「楽天的楽観」因子4項目、「楽観的展望」因子4項目から構成される6因子構造、全36項目の尺度で、信頼性・妥当性は確認されている。原版に準拠し、(1.全くそう思わない～5.非常にそう思う)の5件法で回答を求めた。本研究では、楽観的な態度をとることは本来感にどのような影響を与えるかを調査するため、問題や課題に直面したときに自己の対処能力を過大にもしくは楽観的に評価する傾向を表す「楽観的な能力認知」因子5項目と自分が失敗してもあまり気にしない傾向や、物事にあまり執着しない傾向を表す「割り切りやすさ」因子5項目を採取して、2因子構造の尺度を用いて調査した。本研究のデータにおける α 係数は順に.86, .84であった。

結果

1. 因子分析による尺度分析

本来感尺度の探索的因子分析 伊藤・小玉(2005)の本来感尺度7項目に対して因子分析(主因子法)を行い、回転はプロマックス回転を用いた。固有値が順に.33, .88, .82と減衰しており、その減衰率から先行研究同様1因子構造が妥当であると判断された。しかし、「4.他人と自分を比べて落ち込むことが多い」(逆転項目)の共通性が.13と低く、因子負荷量が.29と低い値であったことから、本研究では削除し、1因子6項目からなる本来感尺度を構成した。本研究でも先行研究同様に1因子構造であったので、因子名は変更せず、「本来感尺度」とする。各項目と尺度得点についての記述統計量、因子を1に指定して行った6項目の因子分析(主因子法)で得られた因子負荷量と寄与率を表1に示した。

表1 本来感因子の因子項目及び記述統計

番号	項目内容	平均	SD	負荷量
1	いつも自分らしくいられる	3.5	1.02	0.82
6	これが自分だ、と実感できるものがある	3.45	1.12	0.78
3	人前でもありのままの自分が出せる	3.09	1.07	0.68
2	いつでも振るがない「自分」をもっている	3.25	1.1	0.64
7	いつも自分を見失わないでいられる	3.05	1.07	0.64
5	自分のやりたいことをやることができる	3.48	0.99	0.43
合計		19.82	6.37	
				寄与率=44.24

過剰な外的適応行動尺度の探索的因子分析 益子(2010)の過剰な外的適応行動尺度に対して「よく思われたい欲求」因子から7項目、「自己制御」因子から5項目、「他者配慮」因子から4項目をそれぞれ採取し、因子分析(主因子法)を行い、回転はプロマックス回転を用いた。固有値が順に、4.4,2.9,1.6,1.0と減衰しており、その減衰率から先行研究同様に3因子構造が妥当であると判断された。本研究では、第1因子、第2因子は先行研究と同様の項目から構成されていたため、順に「よく思われたい欲求」「自己抑制」とする。第3因子は、先行研究では「よく思われたい欲求」因子に含まれていた「21.自分の価値がなくなってしまうのではないかと心配になり、がむしゃらに頑張る」項目が新たに加わった。「20.辛いことがあっても我慢する」「23.「自分さえ我慢すればいい」と思うことが多い」などの項目の因子負荷量が高くなっていた。項目内容から、この因子は他者のために自己犠牲を伴う傾向を持ち、相手のために何かしなければ自身の価値がなくなるという不安が根底にあることを表していると考えられた。そこで、「自己犠牲」因子と命名した。

被影響性尺度の探索的因子分析 鈴木他(2000)の多次元共感性尺度に対して、第3因子の「被影響性」因子から7項目を採取し、因子分析(主因子法)を行い、回転はプロマックス回転を用いた。固有値が順に、2.7,1.2,0.81と減衰しており、その減衰率から1因子か2因子構造が妥当であると判断されたが、先行研究に倣い、1因子構造とした。本研究では、「25.物事を自分一人で決めるのが苦手だ」の項目の共通性が、.15と低く、因子負荷量が、.28と低い値を表しているため、この項目を削除した6項目からなる被影響性尺度を構成した。

自己存在感の希薄さ尺度の探索的因子分析 湯

川(2002)の自己存在感の希薄さ尺度(Diminished Sense of Self-existence Scale : DSSS)に対して、「対自的次元」因子から10項目を採取し、因子分析(主因子法)を行い、回転はプロマックス回転を用いた。固有値が順に、4.1,1.3,0.89と減衰しており、その減衰率から1因子か2因子構造が妥当であると判断されたが、先行研究に倣い、1因子構造とした。本研究でも、先行研究同様に「対自的次元」因子とした。

多面的楽観性測定尺度の探索的因子分析 安藤他(2000)の多面的楽観性測定尺度(MOAI)に対して、「楽観的な能力認知」因子から5項目、「割り切りやすさ」因子から5項目を採取し、因子分析(主因子法)を行い、回転はプロマックス回転を用いた。固有値が、4.3,2.1,0.84と減衰しており、その減衰率から2因子構造が妥当であると判断された。先行研究同様に、本研究では、第1因子は「割り切りやすさ」、第2因子は「楽観的な能力認知」とした。

2. 各変数の関連

各変数の平均、標準偏差および性差 本研究では、質問紙調査において、性別・年齢・学年・学部学科・留学生か否か、を問うたが、学部学科は、各学部のデータがばらついており、また、学年においては、性別と学年を独立変数に、各尺度を従属変数にして分散分析を行った結果、交互作用が得られなかったため、性別のみを調査対象とした。男女差の検討を行うために、本来感尺度と過剰な外的適応行動、被影響性、自己存在感の希薄さ、楽観性の各尺度得点について t 検定を行った。その結果、本来感尺度は、「 $t(240)=2.308, p < .05$ 」で、女性よりも男性の方が有意に高い得点を示していた。過剰な外的適応行動尺度「 $t(240)=2.610, p < .05$ 」、自己存在感の希薄さ尺度「 $t(240)=2.505, p < .05$ 」については、男性よりも女性の方が有意に高い得点を示していた。各変数の記述統計量を表2に示した。

相関関係 過剰な外的適応行動と被影響性、自己存在感の希薄さ、楽観性、本来感との関連を検討するため、ピアソンの積率相関係数を算出した。

大学生の本来感に関する多面的研究

各尺度間の相関関係を表3に示した。結果、過剰な外的適応行動と自己存在感の希薄さ、被影響性と自己存在感の希薄さとの間に、有意な、弱い正の相関が示された。本来感と楽観性、過剰な外的適応行動と被影響性との間に、有意な、中程度の正の相関が示された。被影響性と楽観性との間に、有意な弱い負の相関が示された。本来感と被影響性、本来感と自己存在感の希薄さ、自己存在感の希薄さと楽観性との間に、有意な、中程度の負の相関が示された。この結果は、仮説2「本来感と被影響性との間に負の相関関係がある」、仮説3「自己存在感が希薄であるほど、本来感は低下する」といった負の相関関係が得られる」、仮説4「楽観性と本来感の間に正の相関がある」を支持することとなった。

また、男女別に相関関係を求めた結果、男性で

は、本来感と過剰な外的適応行動、過剰な外的適応行動と自己存在感の希薄さとの間に、有意な、弱い負の相関があるのに、女性では有意な相関が得られなかった。一方で、女性では、過剰な外的適応行動と楽観性との間に、有意な、弱い負の相関があるのに、男性では有意な相関が得られなかった。他方、本来感と楽観性、過剰な外的適応行動と被影響性との間に、男性では有意な、中程度の正の相関が示され、女性では有意な、弱い正の相関が示された。

本来感と被影響性との間に、男性では有意な、中程度の負の相関が示され、女性では、弱い負の相関が示された。被影響性と自己存在感の希薄さとの間には、男女とも有意な、弱い正の相関が示された。被影響性と楽観性との間には、男女とも有意な、弱い負の相関が示された。

表2 各変数の記述統計量とt検定の結果

	男性(N=162)		女性(N=80)		全体(N=242)		t値
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	
本来感	20.30*	4.53	18.86*	4.64	19.83	4.61	0.02*
過剰な外的適応行動全体	53.38*	9.43	56.28*	7.37	54.34	8.89	0.01*
よく思われない欲求	21.94	4.72	22.71	3.96	22.20	4.49	
自己抑制	14.77	4.48	16.10	3.97	15.21	4.36	
自己犠牲	16.67	3.77	17.46	3.25	16.93	3.62	
被影響性	20.09	3.40	20.74	3.10	20.31	3.31	0.29
自己存在感の希薄さ	30.78*	6.91	33.21*	7.46	31.59	7.17	0.01*
多面的楽観性測定	30.91	6.99	30.16	6.94	30.66	6.97	0.44
楽観的な能力認知	17.07	3.87	17.43	3.75	17.19	3.83	
割り切りやすさ	13.83	4.60	12.74	4.59	13.47	4.62	

本来感と自己存在感の希薄さ、自己存在感の希薄さと楽観性との間に、男女とも有意な、中程度の負の相関が示された。

ただし、「本来感」と「自己存在感の希薄さ」との間には、男性では、 $r = -.65$ 、女性では、 $r = -.69$ と女性の方が強い相関関係を持つと考えられる。また、「自己存在感の希薄さ」と「楽観性」の間には、

男性では、 $r = -.44$ 、女性では、 $r = -.64$ と同じ中程度の負の相関関係が示されていても、相関関係の値が離れているため、女性の方が強い相関関係を持つと考えられる。

重回帰分析 仮説1より、「過剰な外的適応行動傾向が高ければ、本来感が低下する」を検証する

ために、益子(2010)に倣い、回帰分析を行った。本研究では、過剰な外的適応行動と被影響性、自己存在感の希薄さ、楽観性を独立変数、本来感を従属変数にして重回帰分析を行った。修正済決定係数は、.49となり、あまりあてはまらない回帰式となった。またP値は「被影響性」と「自己存在感の希薄さ」が1%有意で説明力のある変数と言えるが、それ以外は有意でないと判断された。ただし、標準化係数は被影響性が、-.18とかなり小さい影響力であり、自己存在感の希薄さが、-.57と中程度の影響力があったため、十分な影響力がないと判断された。したがって、本研究では仮説1は支持されず、各変数における本来感への因果関係は認められないと判断された。

考察

1. 本来感と過剰な外的適応行動の関係 仮説1を検証するために、過剰な外的適応行動が本来感におよぼす影響を調べた重回帰分析の結果、2変数間には因果関係は認められなかった。しかし本研究では、本来感と過剰な外的適応行動との間に、男性にのみ有意な、弱い負の相関を示していた。このことから、男性は、過剰に他者に対してよく思われようと努力する傾向や、自己主張を抑制す

る傾向、相手のために何かしなければ自身の価値がなくなってしまうという不安から、自己犠牲に走る傾向にあるほど、自分らしくいられているという感覚が失われていくことを示している。また、自分らしくある感覚を高く感じているほど、過剰な外的適応行動傾向が減ることを示していると考えられる。山田(2010)は、過剰適応者は社会的スキルが高いと言われているが、過剰適応者自身の主観においては、社会に適応できていない心理的葛藤を有していると指摘している。このことから、本研究では、大学生男性のうち、過剰適応傾向にある人物は、外的適応力は高いが、本人はうまく適応できていないと感じていると考えられる。また、岡田(2007)は、自己閉鎖的な者は不適応傾向が強いと述べ、山田(2010)は、自分の気持ちを素直に表現していて、無理をせずに社会生活を送るマイペースな人物は、過剰適応をしておらず、社会適応能力が高いと述べている。これは、性格傾向により過剰適応傾向と社会適応能力に違いがあることを示している。よって、今後の研究では性格傾向による過剰適応傾向と社会適応能力、本来感との関係を検討する必要があるだろう。

一方、過剰適応者は見捨てられ不安を持っていることが明らかになっており(益子 2008)、佐々木

表3 各変数間の相関係数

		男性(N=162)				
	本来感	過剰な外的適応行動	被影響性	自己存在感の希薄さ	楽観性	
本来感	1	-0.37 **	-0.44 **	-0.65 **	0.42 **	
過剰な外的適応行動	-0.37 **	1	0.42 **	0.31 **	-0.17 *	
被影響性	-0.44 **	0.42 **	1	0.29 **	-0.26 **	
自己存在感の希薄さ	-0.65 **	0.31 **	0.29 **	1	-0.44 **	
楽観性	0.42 **	-0.17 *	-0.26 **	-0.44 **	1	
		女性(N=80)				
	本来感	過剰な外的適応行動	被影響性	自己存在感の希薄さ	楽観性	
本来感	1	-0.08	-0.3 **	-0.69 **	0.39 **	
過剰な外的適応行動	-0.08	1	0.36 **	0.16	-0.22	
被影響性	-0.3 **	0.36 **	1	0.33 **	-0.22 *	
自己存在感の希薄さ	-0.69 **	0.16	0.33 **	1	-0.64 **	
楽観性	0.39 **	-0.22	-0.22 *	-0.64 **	1	
		全体(N=242)				
	本来感	過剰な外的適応行動	被影響性	自己存在感の希薄さ	楽観性	
本来感	1	-0.3 **	-0.4 **	-0.67 **	0.41 **	
過剰な外的適応行動	-0.3 **	1	0.4 **	0.28 **	-0.19 **	
被影響性	-0.4 **	0.4 **	1	0.31 **	-0.25 **	
自己存在感の希薄さ	-0.67 **	0.28 **	0.31 **	1	-0.51 **	
楽観性	0.41 **	-0.19 **	-0.25 **	-0.51 **	1	

(1998)は、見捨てられ抑うつを対人関係において体験される自己そのものの喪失感であると述べている。自己そのものの喪失感という感覚は、「自分がいない、不安定な状態」と捉えられており、自己存在感が希薄化していると考えられる。これにより、山田(2010)は、他者から承認されようと努力するほど抑うつ感が増大すると提唱している。本研究では、過剰な外的適応行動と自己存在感の希薄さの間に弱い負の相関が見られたことから、過剰適応傾向にある現在の大学生男性は、自分というものを感じられず、精神的に不安定な状態にあると考えられる。他方、大学生女性は、男性よりも過剰な外的適応行動傾向にあるとしても、自分らしくある感覚を薄れさせることなく、自分というものを失わずに精神的にも安定していると考えられる。

2. 本来感と被影響性との関係 本来感と被影響性との相関関係を調べた結果、有意な、中程度の負の相関が示された。また、性差を調べた結果、男性が中程度の負の相関、女性が弱い負の相関を示していたことから、女性より男性の方が本来感と被影響性の間に生じる影響力が高いと言える。これは、他人から受ける影響が強い傾向にあることで、自身の持つ本来の意見が他人からもたらされる影響によって変わりやすく、自分らしくある感覚を低減させていると考えられる。一方で、自分らしくある感覚を高く感じているほど、他人から受ける影響により自分らしさを損なう程度が低減されることを示していると考えられる。また、黒山・下田(2010)は、抑うつや不安感情、不機嫌、怒り感情といったストレス反応と被影響性との間に有意な弱い正の相関があることを示している。このことから、他者から受ける影響が強いほど、抑うつ傾向になり、怒りやすくなると考えられる。

3. 本来感と自己存在感の希薄さとの関係 自己存在感と本来感との関係については、中程度の負の相関が見られた。つまり、自己の存在感について否定的な認識を持っていると、自分らしくある感覚が低減することが分かった。また、性差を調べた結果、女性の方が男性よりも強い相関を示していたため、女性の方が自己の存在を希薄に感じ

ているほど、自分らしくある感覚が低減すると言える。表2の記述統計量では、男性よりも女性の方が自己存在感の希薄さの平均値が高いことから、現在の大学生女性は、男性よりも自身の存在に対して空虚感を感じやすい傾向にあると言える。湯川(2002)は、存在理由や存在価値が希薄だと感じているほど、他者に対する否定的見方や猜疑心を抱きやすいと述べている。また、杉原・天貝(1996)は、他者への信頼感は、男性よりも女性の方が高いと述べており、湯川(2002)は、女性についてのみ、自己の肯定的な存在感覚を持っていない状態に対人的なかかわりをもつとき、他者の言動や自分への評価を敵意的に認知するために、防衛的に反駁する形で怒りを喚起しやすくなると指摘している。更に湯川(2002)は、女性は他者への信頼感が高いことに比例して、存在価値の獲得を他者の言動や評価に依存している部分大きいと述べている。このことから、女性は、男性よりも自己存在を希薄に感じやすく、普段他者に対して男性よりも信頼感が強い女性であっても、自己存在が希薄である時は、他者に対して猜疑心を抱きやすくなり、自己防衛的となるため、怒りを喚起しやすくなると考えられ、自分らしくある感覚が希薄になっていくと言える。

4. 本来感と楽観性との関係性 本来感と楽観性との相関関係を調べた結果、有意な、中程度の正の相関が示された。また、性差を調べた結果、男性は、中程度の正の相関、女性は、弱い正の相関が示されたが、相関係数を見ると、そこまで差はないと考えられるため、男女差はあまりないと判断できる。これは、問題が生じて、失敗やどうにもならないことに悩み続けるのではなく、どうにかなるなどと楽観的に考える傾向にあるほど、自分らしくある感覚が保たれることを示している。一方で、自分らしくある感覚が高いほど、楽観的な態度をとる傾向にあることを示しているだろう。

5. 各変数間の性差における関係

(1) 男子大学生についての考察 本来感は女性より男性の方が平均値が高い事から、大学生の男性は、女性に比べて自分らしくある感覚を高く持ち

合わせている傾向にあることが分かる。しかし、過剰な外的適応行動と自己存在感の希薄さについては、男性よりも女性の方が平均値が高く、男性は女性に比べて、他人に対してよく思われたいと思う傾向が低く、自身の意見を抑圧することや、見捨てられ不安的な、相手に嫌われたくない一心で自己犠牲を払うといったことは少ないようである。加えて、男性は女性よりも、自分自身に対する否定的な評価が少なく、自分が何者であるか、という問いに悩みにくいと考えられる。

男性は、全体の相関関係とはほぼ同様の結果を示しているが、過剰な外的適応行動と楽観性においては、男性では有意な相関が示されなかったのに対し、女性では、有意な、弱い負の相関が示された。男性は、本来感に対して、過剰な外的適応行動との間に弱い負の相関、被影響性との間に中程度の負の相関、自己存在感の希薄さとの間に中程度の負の相関、楽観性との間に中程度の正の相関が示された。過剰な外的適応行動に対して、被影響性との間に中程度の正の相関、自己存在感の希薄さとの間に弱い負の相関、楽観性との間には有意な相関が得られなかったことが示された。被影響性に対して、自己存在感の希薄さとの間に弱い正の相関、楽観性との間に弱い負の相関が示された。自己存在感の希薄さに対して、楽観性との間に中程度の負の相関が示された。

このことから、人からよく思われたいと過剰に努力したり、そのために自身の意見を抑圧し、自己犠牲を働く傾向が高いほど、自分らしくある感覚が低減すると考えられる。また、過剰な外的適応行動傾向にあることで、自己存在感の希薄さも増幅し、本来感を低減させる結果となることを示している。過剰な外的適応行動傾向にあることで、他人から受ける影響がより強くなり、より自分らしくある感覚が低減することが考えられる。本来感が低減することで、悲観的な態度をとることも考えられる。

(2) 女性大学生についての考察 本来感は女性よりも男性の方が平均値が高いことから、大学生において、男性の方が女性よりも自分らしくある感覚を持っていることが分かる。また、過剰な外的適応行動と自己存在感の希薄さについては、女性

の方が男性より平均値が高く、女性の方が男性よりも、他人に対して過剰に良く思われたいと思う傾向にあり、自身の意見を抑圧し、相手のために何かしなければ自分が嫌われてしまうのではないかと、という不安から自己犠牲も厭わない付き合い方をする傾向にあることを示している。加えて、女性の方が男性より、自身に対して否定的な評価をする傾向にあり、自分は何者か、という自己同一性拡散に陥りやすい傾向にあると考えられる。ただし、上記の本来感と過剰な外的適応行動との相関関係において、女性に有意な相関関係が見られなかったことから、女性が、過剰な外的適応行動をしているからといって、本来感が低減するわけではない、ということが言える。また、過剰な外的適応行動と自己存在感の希薄さの間に、女性は有意な相関関係が見られなかったことから、女性は過剰な外的適応行動傾向が高かったとしても、自己評価が否定的になることや自己存在感が揺らぐことは少ないと言えるだろう。しかし、本来感と自己存在感の希薄さの間に、男女とも中程度の負の相関が示されたが、女性の方が男性よりも相関係数が高く、ほぼ強い相関があると考えられるため、何らかの外的な要因により、自己肯定感が低減し、自己存在感が揺らぐことがあれば、自分らしくある感覚を著しく低減することになると言える。尚、自己存在感の希薄さと楽観性との間には、男女共に中程度の負の相関が示されているが、女性の方が男性よりも高い相関係数を示しているため、女性の方が、自己存在感が希薄になると、自信がなくなり、思いつめる傾向になると考えられる。また、女性には過剰な外的適応行動と被影響性に、弱い正の相関、被影響性と自己存在感の希薄さの間に弱い正の相関、本来感と被影響性との間に弱い負の相関があることから、直接的に過剰な外的適応行動が本来感に影響を及ぼすことは少ないが、過剰な外的適応行動傾向が高い事で、他人から受ける影響が増加する。その他人から受ける影響が増加するほど、自分の本来持つ意見や考えが失われていき、自己存在感が揺らぎ、自分らしくある感覚を低減させることになると考えられる。

まとめ

以上、本研究では、本来感に対する過剰な外的適応行動と被影響性、自己存在感の希薄さ、楽観性の関連を検討し、本来感と各変数間で相互に、過剰な外的適応行動と本来感、被影響性と本来感、自己存在感の希薄さと本来感との間に負の関連を持っている一方で、楽観性と本来感との間に正の関連を持っていることが示された。このことから、過剰適応的で周囲の人間から発せられる情報に影響を強く受けやすく、自己の存在に関して否定的な傾向をもつ人の本来感を維持させるためには、目の前の問題や自らの力ではどうすることも出来ないような事象に対して、ある程度仕方がない、どうしようもないと割り切り、折り合いをつけることの出来る楽観性をもつことが望ましいと考察された。また、楽観的な態度をとることで、自己存在感の希薄さや、過剰適応行動により生じる空虚感や抑うつを低減することが出来ると考えられる。

男女では各変数と本来感との間に生じる影響が異なることが観測された。男性はほぼ上記の考察と同様であるが、女性においては、過剰適応的な人であっても、本来感が低減するとは限らないようである。ただ、女性は男性よりも自己評価が低い傾向にあり、何らかの外的な要因によって自己の存在に自信が持てなくなった時は、男性よりも自分らしくある感覚が墮げになると考えられる。

本研究では、現在の大学生男女の本来感と過剰な外的適応行動、被影響性、自己存在感の希薄さ、楽観性との関係を明らかにすることと、本来感を維持する要素を見つけられた。しかし、自分らしくある感覚をあまり持っていないと感じる人であっても、精神的健康を損なうとは言い切れないため、今後の課題は、個々の性格傾向を特性論的、類型論的な観点から、どのような性格傾向を持つ人には本来感が必要であると言えるか、本人にとって外的・内的に適応的であるかを調べていく必要があるだろう。そのために、質問紙調査と並行して、投映法を用いるテストバッテリーを組んだ研究が望ましいだろう。その人の客観的・主観的な面を同時に見ることが出来るため、本来感が大学生に与える影響を、より複合的に解釈するこ

とができると考えられる。

謝辞

本論文作成にあたり、ご協力して頂いた京都学園大学人間文化学部山愛美教授、行廣隆次准教授、Web調査構想に協力して頂いた浜田大史様、並びに、調査の実施にご協力頂いた京都学園大学の先生方、そして調査にご協力頂いた京都学園大学の学生及び他大学の学生の方々に深く感謝致します。

文献

- 遠藤辰雄(編) 1981 アイデンティティの心理学 ナカニシヤ出版 Pp.12-25.
- 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 教育心理学研究,53,74-85.
- 益子洋人 2008 青年期の対人関係における過剰適応傾向と、性格特性、見捨てられ不安、承認欲求との関連 カウンセリング研究,41(2),151-160
- 益子洋人 2010 大学生の過剰な外的適応行動と内省傾向が本来感におよぼす影響 学校メンタルヘルス,Vol.13,No.1:19-26.
- 湯川進太郎 2002 自己存在感と攻撃性—自己存在感の希薄さ尺度の信頼性と妥当性の検討— カウンセリング研究,35,219-228.
- 安藤史高,中西良文,小平英志,江崎真理,原田一郎,川井加奈子,小川一美,崎濱秀行 多面的楽観性測定尺度の作成 2000 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要,心理発達科学,47,237-245.
- 鈴木有美・木野和代・山口智子・遠山孝司・出口拓彦・伊田勝憲・大谷福子・谷口ゆき・野田勝子 2000 多次元共感性尺度作成の試み 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要,心理発達科学,47,269-279.
- 石津憲一郎 2006 過剰適応尺度作成の試み—信頼性と妥当性の検討— 日本カウンセリング学会第39回大会発表論文集,137.
- 斉藤学 2001 「自分のために生きていける」ということ 大和書房
- 山田有希子 2010 青年期における過剰適応と見

- 捨てられ抑うつとの関連 九州大学心理学研究,11,165-175
- 岡田努 2007 大学生における友人関係の類型と,適応及び自己の諸側面の発達に関連について パーソナリティ研究,15(2),135-148
- 佐々木裕子 1998 「見捨てられ抑うつ」尺度の再検討 福岡教育大学紀要,(4),163-168
- 杉原一昭,天貝由美子 1996 特性的および類型的観点からみた信頼感の発達 筑波大学心理学研究,18,129-133
- 黒山竜太,下田芳幸 2010 大学生のストレス反応に影響を与える諸要因の検討—共感性,先延ばし傾向,対人ストレスコーピングの視点から— 長崎国際大学論叢,10,1

大学生の自己意識に関する調査のお願い

現在、卒業研究の調査で最近の大学生の自己意識について関心を持ち、調査を進めています。本調査では、大学生が自分に対してどのように感じているのかを調査することを目的としています。回答の内容は研究以外の目的に使用することは決してありません。また、調査は無記名です。研究終了後に回答用紙はシュレッダーにかけて破棄させていただきます。内容が外部に漏れることは絶対ありません。どうぞありのままを率直にお答えいただきますようお願い致します。尚、調査への協力は任意の上でお願いしています。回答が終わりましたら、回答欄に記入漏れがないか、もう一度ご確認下さい。それでは本調査にご協力お願い致します。

所属： _____ 学部 _____ 学科

年齢： _____ 歳 学年： _____

性別：（ 男 ・ 女 ） 留学生である（ はい ・ いいえ ）

「1.あてはまらない～5.あてはまる」のうち、あなたが最も該当すると感じる番号に○をつけてください。尚、できる限り中間の「どちらでもない」を避け、自分が思った回答に素直に解答してください。

	あては まら ない	あ ま り あ て は ま ら ない	ど ち ら で も な い	ま あ ま あ て は ま る	あ て は ま る
1 いつも自分らしくいられる	1	2	3	4	5
2 いつでも揺るがない「自分」をもっている	1	2	3	4	5
3 人前でもありのままの自分が出せる	1	2	3	4	5
4 他人と自分を比べて落ち込むことが多い	1	2	3	4	5
5 自分のやりたいことをやることができる	1	2	3	4	5
6 これが自分だ、と実感できるものがある	1	2	3	4	5
7 いつも自分を見失わないでいられる	1	2	3	4	5

大学生の本来感に関する多面的研究

「1.あてはまらない～5.あてはまる」のうち、あなたが最も該当すると感じる番号に○をつけてください。尚、できる限り中間の「どちらでもない」を避け、自分が思った回答に素直に解答してください。

	あては まら ない	あ ま り あ て は ま ら ない	ど ち ら で も な い	ま あ ま あ て は ま る	あ て は ま る
8 人から気に入られたいと思う	1	2	3	4	5
9 自分をよく見せたいと思う	1	2	3	4	5
10 思っていることを口に出せない	1	2	3	4	5
11 人から「能力が低い」と思われないように頑張る	1	2	3	4	5
12 人から認めてもらいたいと思う	1	2	3	4	5
13 人からほめてもらえることを考えて行動する	1	2	3	4	5
14 相手に嫌われないように行動する	1	2	3	4	5
15 心に思っていることを人に伝えない	1	2	3	4	5

「1.あてはまらない～5.あてはまる」のうち、あなたが最も該当すると感じる番号に○をつけてください。尚、できる限り中間の「どちらでもない」を避け、自分が思った回答に素直に解答してください。

	あてはまらない	あまりあてはまらない	どちらでもない	まあまああてはまる	あてはまる
16 自分自身が思っていることは、外に出せない	1	2	3	4	5
17 相手と違うことを思っている、それを相手に伝えない	1	2	3	4	5
18 やりたくないことでも無理をしてやることが多い	1	2	3	4	5
19 自分の意見を通そうとしない	1	2	3	4	5
20 辛いことがあっても我慢する	1	2	3	4	5
21 自分の価値がなくなってしまうのではないかと心配になり、がむしゃらに頑張る	1	2	3	4	5
22 自分が少し困っても、相手のために何かしてあげることが多い	1	2	3	4	5
23 「自分さえ我慢すればいい」と思うことが多い	1	2	3	4	5

大学生の本来感に関する多面的研究

「1.全くあてはまらない～5.非常によくあてはまる」のうち、あなたが最も該当すると感じる番号に○をつけてください。尚、できる限り中間の「どちらでもない」を避け、自分が思った回答に素直に解答してください。

	全 く あ て は ま ら な い	あ て は ま ら な い	ど ち ら で も な い	あ て は ま る	非 常 に よ く あ て は ま る
24 周りの人がそうだといえば、自分もそうだと思えてくる	1	2	3	4	5
25 物事を自分一人で決めるのが苦手だ	1	2	3	4	5
26 他人の感情に流されてしまうことはない	1	2	3	4	5
27 自分の信念や意見は、友人の意見によって左右されることはない	1	2	3	4	5
28 人の意見をいつの間にか自分が考えたことのように思ってしまうがちだ	1	2	3	4	5
29 自分の感情は周囲の人の影響を受けやすい	1	2	3	4	5
30 人の意見を聞いているとき、それが自分の意見であると思うことが多い	1	2	3	4	5

「1.全くあてはまらない～5.非常によくあてはまる」のうち、あなたが最も該当すると感じる番号に○をつけてください。尚、できる限り中間の「どちらでもない」を避け、自分が思った回答に素直に解答してください。

	全く 当ては まらな い	あて はまら ない	ど ち ら で も な い	あ て は ま る	非 常 に よ く あ て は ま る
31 自分に対して肯定的である	1	2	3	4	5
32 自分が嫌になることが多い	1	2	3	4	5
33 劣等感に悩まされてばかりいる	1	2	3	4	5
34 自分が何者であるかわからない	1	2	3	4	5
35 自分は価値のある人間だと思う	1	2	3	4	5
36 はっきりと自分自身というものをつかんでいる	1	2	3	4	5
37 十分に自分のことを信頼できる	1	2	3	4	5
38 自分の信念にもとづいて生きている	1	2	3	4	5
39 自分には、自慢できるところがあまりない	1	2	3	4	5
40 本当は何がしたいのかよくわからない	1	2	3	4	5

大学生の本来感に関する多面的研究

「1.全くそう思わない～5.非常にそう思う」のうち、あなたが最も該当すると感じる番号に○をつけてください。尚、できる限り中間の「どちらでもない」を避け、自分が思った回答に素直に解答してください。

	全く そう 思わ ない	そ う 思 わ な い	ど ち ら と も い え な い	そ う 思 う	非 常 に そ う 思 う
41 どんな問題にでもそれなりに対処できると思う	1	2	3	4	5
42 困難な課題を課されても、なんとかなると思う	1	2	3	4	5
43 何か困難な出来事が起きても、切り抜けることができると思う	1	2	3	4	5
44 たとえそれほど自信がないことでも、結果的になんとかなると思う	1	2	3	4	5
45 何か失敗をしても、最後にはうまくやることができると思う	1	2	3	4	5
46 何事もあれこれ悩まない	1	2	3	4	5
47 困ったことが起きても、悩んでも仕方がないと思うのであまり気にしない	1	2	3	4	5
48 何か物事に失敗しても、しかたなかったと思いあまり悩まない	1	2	3	4	5
49 失敗しても、それにこだわらない	1	2	3	4	5
50 自分ではどうしようもないと思うことは、あまり深く考えない	1	2	3	4	5

回答お疲れ様でした。本調査にご協力頂きありがとうございました。

後日となりますが本調査の結果をお知りになりたい方は、2015年1月17日～1月31日までの期間中に調査結果を悠心館1階事務室でご覧になれるように手配致します。閲覧の際には事務の方にお問い合わせください。

京都学園大学人間文化学部心理学科専攻 松尾亮佑