

# 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から —

山田 みき・岡本 祐子

(2006年10月5日受理)

Self-acceptance of contemporary adolescence

— from the aspect of sense of self-acceptance based on self and on others —

Miki Yamada and Yuko Okamoto

The purposes of the present study were to construct a new self-acceptance scale which consist items regarding self-acceptance based on self and on others, and to consider it's validity. New self-acceptance items, Acceptance by others scale, Self-esteem scale and Social anxiety scale were administered to 244 university students.

The main results were the following : ① Both self-acceptance based on self scale and self-acceptance based on others scale consisted of three factors: orientation, interpersonal personality and physical attraction. ② The new self-acceptance scale's construct validity was confirmed by Confirmatory Factor Analysis; and relationships between The new self-acceptance scale and the self-esteem scale, and the new self-acceptance scale social anxiety scale were proved. ③ Degree of influences of self-acceptance based on self and on others upon self-esteem and social anxiety were different. This suggested that self-acceptance based on self and on others were different.

Key words: self-acceptance, adolescence, others

キーワード：自己受容，青年，他者

## 1. 問題および目的

### (1) 自己受容概念

自己受容とは Rogers(1942 友田訳 1966)によって提唱された概念であり，“セラピーの向かう方向であり，結果でもある”とされている(Rogers, 1953 伊東訳 1966)。また，Rogers の創始した来談者中心療法においては，カウンセリングにおける重要な様相とされる洞察の要素の一つに，自己の受容が挙げられている。このように，自己受容の概念は，自己実現傾向を前提として十分に機能する人間を目指すセラピーの中で，非常に重要なものとして位置づけられている。

また，治療場面に限らず，人が健康に生きていくためには，自己を受容することは大切なことである。自己受容に関する先行研究においても，一般青年や成人

を対象とした，自己受容の程度や質に関する研究も数多く見られる。

このような中で，多くの研究者によって自己受容の定義がなされてきた。例えば，Maslow(1961小口訳 1987)は，自己実現した人間の特徴として自己受容していることを挙げており，Allport(1961 今田訳 1968)は，成熟したパーソナリティの基準として自己受容を挙げている。日本においても，国分(1979)が自己受容を“ありのままの自分を許すこと”と定義しており，あるがまま，ありのままを受け入れることとして示されている。他にも，自己受容を自己評価における満足程度の度と捉えるものや(宮沢, 1978)，自己認識と自己感情の両面から捉えようとするもの(伊藤, 1991)，自己認知を自己受容の前提条件とし，感情レベルで捉えようとするもの(沢崎, 1993)，自己受容を諸概念の複

合体であると捉えようとするもの(板津, 1994)など、研究者によって様々な定義や捉え方がなされている。

## (2) 自己受容の測定

自己受容の概念自体が未だ様々な捉えられ方をしているために、測定法についてもこれまでに様々な試みがなされ、いくつかの尺度が作成されている。それぞれの研究者がどのように自己受容を定義するかによって、その測定法はわずかに異なっているが、どの尺度についても妥当性と信頼性が確かめられており、どれも広く捉えた自己受容を測定するには適していると考えられる。最近の自己受容尺度作成の試みとして、板津(1989)や伊藤(1991)、沢崎(1993)が挙げられる。

板津(1989)は、Rogersの定義を採用し、自己受容を“自分自身に対する肯定的な態度”として、心理学や精神医学に知見がある9人に意見を求め、76項目の尺度を作成した。この尺度を用いた調査の結果、“積極的に生きる姿勢”、“対人場面における自己受容性”、“自己の置かれている立場の受容性”、“自信・自己信頼性”、“情緒安定度”、および“自分自身にこだわりを持たない態度”の6つの因子が抽出されている。

伊藤(1991)は、自己受容を“ありのままの自分をゆがめることなく認識し、自分自身として受け入れ、好きになること”と定義した上で、自己受容を評価と感覚の2次元から測定しようと試みた。これは、対人認知研究における、自己受容と正の相関関係を持つ他者受容を評価と感覚の2次元から検討することの意義を踏まえている。具体的な項目は、高校2年生女子によって書かれた“私について”という作文から収集され、生き方、性格、家庭、学校、身体能力の5領域に分類されている。回答は、同じ内容の項目に対して、“良い-悪い”(評価次元)と“好き-嫌い”(感覚次元)の両方に行く。さらに伊藤(1992)は、中学生、高校生、大学生を対象に調査を行い、作成した自己受容尺度とY-G性格検査の関連から、青年期における自己受容の発達の变化について考察している。その結果、自己受容は男女とも高校から大学への移行期に大きく変化すること、Y-G性格検査によって測定された性格特性と自己受容度には関連があることが示された。このことから、青年期における自己受容には、自己の性格の受容が大きな位置を占めていると考えられる。

沢崎(1993)は、“身体的自己”、“精神的自己”、“社会的自己”、“役割的自己”、“全体的自己”の5領域を設定し、37項目を選定した。この尺度の特徴として、自己認知を問わないこと、選択肢の表現を否定的な自己認知の際にも応えやすくしたことが挙げられる。これらは、否定的な評価を下した側面であっても受容している場合もあり、それを含めた自己受容を測定しよ

うという筆者の意図によるものである。沢崎も伊藤と同様に、受容における知的レベルと感情レベルを想定している。しかし、沢崎は知的レベルでの自己認知は自己受容の前提条件と考え、この2つは概念的には区別するべきだとしている。

## (3) 自己受容の2つの側面

自己受容を考える上で、筆者は受容する内容に2種類を想定することが妥当であると考え。一つは、能力や外見など個人の持つ属性に対する自分自身の判断による受容であり、既存の自己受容尺度において、測定の対象とされてきたものである。この側面を、自己の視点からの自己受容に関する認識とし、以下本論文では略称として、“自己による自己受容”という表現を用いる。もう一つは、他者の視点を想定した時の自己受容の自己認識、つまり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。他者に受け入れられる体験が安心感を生み、それが自己の受容につながると考えられる。Elson(1987 伊藤訳 1990)によれば、Kohutは、“別の人間に受け入れられ、理解されることにより、より大きな自己受容の安定へと再び突き進むことができ”ると述べている。以下、本論文では略称として、“他者を通しての自己受容”という表現を用いる。

Erikson(1950 仁科訳 1977/1980)によれば、乳児期の心理社会的課題である基本的信頼感とは、自分自身に対する信頼感と、養育者などの自分を取り巻く環境への信頼感の2つがあるとされている。自分自身に対する信頼感とは、自分は母親をはじめとする重要な他者に受け入れられる存在である、という意味の信頼感も含んでいる。この他者に受け入れられる体験から培われるという点において、自己受容にも共通する部分があると考えられる。

この二つの内容の自己受容は、受容するに至る過程に違いがあると考えられる。前者の受容は自分と他者を比較する(客観的自己評価)ことや自分自身について振り返ってみる(自己認知)ことを前提としている。一方、後者は他者との関わりの中で感じられる被受容感から、自分は他者に受け入れられるに値するという感覚を持つことでなされる。これまでに作成されている自己受容尺度においては、この区別がなされていない。受容している内容として対人関係が含まれてはいるが、他の個人の持つ属性についての受容と区別なく問われている。

このような、関係性の視点を含めた自己概念の理解という発想は、自己受容のみならず他の概念においても散見される。例えば、昨今のアイデンティティ研究においては、岡本(2002)が、成人のアイデンティティ

を“個”と“関係性”の両面から捉えることの必要性を述べ、アイデンティティという自己感覚を作り上げる際に、他者の存在が大きな比重を占めることを示唆している。

#### (4) 本研究における自己受容の定義、および研究の目的

本研究では、多くの先行研究でなされた定義を参考に、自己受容を、“あるがままの自分を受け入れ、自分を好きまたはその状態に満足しているという感覚”と定義する。ここでは、沢崎(1993)と同様の立場に立ち、客観的な評価や自己認知は、自己受容の前提にあると考える。つまり、自己受容とは、自分の持つ様々な面を良いか悪いかと客観的に評価することではなく、認知や評価を前提として、好きか嫌い、または受け入れられるか受け入れられないかと感覚的に評価することと考える。たとえ否定的な客観的評価をしていたとしても、嫌いではないという感覚をもつこともあり、どのような側面であれ、捉え方や考え方によって、その人にとってのその側面の持つ意味が異なると考えられるからである。

これらのことより、特に回答方法については、客観的な他者との比較によるような自己評価のニュアンスを含まない点において沢崎(1993)を参考にする。しかし、項目収集では板津(1989)、沢崎(1993)、伊藤(1991)の3者による尺度を参考にし、共通する項目を抜き出すこととする。

また、伊藤(1991)と沢崎(1993)は、項目の合計得点を用いることによって、全体的な自己受容のみを問題にしているが、板津(1989)においては、因子分析によって自己受容を構成する因子を抽出し、そのバランスを数量化したPB値(自己受容尺度合計得点と下位尺度得点との回帰式で求められる、下位尺度期待得点と実際の得点のズレの総和)を算出して、尺度得点とPB値を組み合わせた自己受容性評価を行っている。伊藤(1991)や沢崎(1993)のように自己受容の尺度合計得点を用いて、自己受容を全体的な自己受容として捉えることも一つの見識ではあるが、伊藤(1992)も示すように、大学生の自己受容には性格の受容が特に重要な位置を占めていると考えられ、本研究では、因子分析的手法を用いることとする。そして、大学生の自己受容が性格を含め、どのような因子から構成されるのかを明らかにする。

本研究では、上記のように自己受容を定義し、自己受容を自己による自己受容と他者を通しての自己受容の2側面から捉えた上で、客観的評価を問わない自己受容を測定する尺度を作成することを目的とする。

調査の対象は、多くが青年期にあると考えられる大学生とし、尺度の内容は、沢崎(1993)や伊藤(1992)の

知見から性格領域を含め、さらに因子構造の検討のために性格以外の複数の領域を加えることとする。自己受容と関連する要因として、先行研究を参考に、自己受容の規定因として受容してくれる他者の存在を、自己受容が影響を及ぼすものとして社会的不安と自尊心を取り上げ、それらとの関係を検討することによって自己受容尺度の妥当性を確認することとする。

## 2. 方法

### (1) 調査対象者

A県の大学生341名を対象に、以下の内容からなる質問紙調査を実施した。この内281部を回収し、欠損値を除いた244名を分析対象とした(男性103名、女性141名、平均年齢19.85歳)。有効回答率は86.8%であった。

### (2) 質問紙の構成

#### 1. 自己受容項目群

a) 自己による自己受容 先行研究(板津, 1989; 伊藤, 1991; 沢崎, 1993)の尺度項目を比較し、身体的能力(2項目)、外見(2項目)、性格(8項目)、状態(3項目)の4領域からなる計15項目を採用した。評定は、“それでまったく良い、そのままかまわない”から“それではまったくいやだ、気に入らない”までの5件法で行った。

b) 他者を通しての自己受容 自己による自己受容と同様の内容に対して、“‘今のあなた自身のこと’についてあなたの友人はどう思っていると思いますか”という問いをした。評定は、自己による自己受容と同様の5件法で行った。

#### 2. 受容してくれる他者の存在尺度

大出・澤田(1988)の作成した尺度を採用した。これは、Rogersの無条件の肯定的配慮の態度概念を参考に、15項目から構成されており、他者を特定せず、受容してくれる人の存在の有無を問うている。評定は“そう思う”から“そう思わない”までの5件法で行った。なお、受容してくれる他者の存在は、自分を受容してくれている他者がいるかどうかを意味する。これに対して他者を通しての自己受容とは、自分は他者に受け入れられるに値する自分であるという安心感や信頼感から培われる自己受容の側面であり、実際に他者に受け入れられているかどうかではなく、他者に受け入れられた、または受け入れられなかったという経験から、自分自身を受容できるようになっているかどうかということの意味する。

#### 3. 自尊心尺度

Rosenberg(1965)によって作成された10項目を採用

した。なお評定は、山本・松井・山成(1982)に基づき、“あてはまる”から“あてはまらない”までの4件法で行った。

4. 社会的不安尺度

Fenigstein, Scheier, & Buss(1975)によって作成された自己意識尺度の中の、社会的不安意識を測定する6項目を採用した。評定は、“非常に良くあてはまる”から“全くあてはまらない”までの5件法で行った。この尺度は、Leary(1983 生和訳 1990)によって、社会的不安を測定する尺度として妥当であることが示されている。

(3) 手続き

調査は、授業場面で集団的調査として実施した。調査時期は2003年6月～12月であった。

3. 結果および考察

(1) 自己受容項目群の因子分析

自己による自己受容項目群、他者を通しての自己受容項目群について、項目ごとに受容度が高い方が高得点になるように得点化を行った。分析では、統計解析プログラム SPSS 11.5による探索的因子分析を行い、仮説的因子構造を得、その後 Amos 5による確認的因子分析によって、作成時の仮説的因子構造との比較を行い、より適切な因子構造を検討した。なお、他の尺度に関しては、先行研究に習い合計得点を算出し、それを尺度得点とした。なお、社会的不安尺度に関して

は、得点が低いほど不安が低いと解釈される。

1. 自己による自己受容項目群

得点化を行ったデータに基づいて、主因子法によって4因子を抽出し、Promax 回転を行った。因子負荷量が.50以上の項目を、各因子を構成する項目とし、第1因子“志向性”、第2因子“対人性格”、第3因子“身体魅力”、第4因子“状態”と命名した (Table 1)。なお、男女別に同様の手続きをとって因子分析を行ったところ、いずれも同様の因子構造が得られ、因子構造の安定性が確認された。

この結果に基づいて、確認的因子分析を行った結果、適合度指標は、 $\chi^2(42) = 207.98$ , GFI = .89, AGFI = .83, RMSEA = .13であった。また、全てのパス係数が有意であり、尺度の因子妥当性が確認された。以下、この因子構造をモデル①とする。次に、当初想定していた仮説的因子構造に基づき、同様に分析を行った。その結果、適合度指標は、 $\chi^2(105) = 751.16$ , GFI = .70, AGFI = .66, RMSEA = .16であった。以下、この因子構造をモデル②とする。モデル①とモデル②の AIC 値は、順に255.98, 781.16であり、モデル①の方がより適切なモデルであることが示された。

上述のモデル①の因子構造を、より説明力のあるものにするため、引き続き分析を進めた。パス係数の低い項目を削除し、最終的に Figure 1に示す因子構造を得た。適合度指標は、 $\chi^2(6) = 88$ , GFI = .99, AGFI = .99, RMSEA = .00と十分な値を示した。探索的因子分析と因子構造が異なるという結果になったが、モデル①よりもより説明力があること、因子的妥当性が高いことなどの理由により、本研究では Figure 1を採用することとした。第1因子は“考え方”と“生き方”の2項目から構成され、“志向性”因子と命名した ( $\alpha = .75$ )。第2因子は“明るさ”と“協調性・社交性”の2項目から構成され、“対人性格”因子と命名した ( $\alpha = .75$ )。第3因子は“性的能力(魅力)”と“顔立ち”の2項目から構成され、“身体魅力”因子と命名した ( $\alpha = .75$ )。

探索的因子分析では4因子構造であったが、確認的因子分析の結果、“状態”因子を除いた3因子構造が示された。“状態”因子が除かれた理由として、青年期、特に大学生においては、経済状況や知的能力・知識などの自分の状態については、他の領域と比べて他者との違いを感じたり、それを意識する場面が少ないこ

Table 1 自己による自己受容項目群の探索的因子分析の結果

項目内容	F1	F2	F3	F4	共通性
志向性 優しさ	.81	-.04	-.03	-.03	.60
( $\alpha = .75$ ) 考え方	.67	-.05	.07	-.03	.45
生き方	.50	.12	.14	.00	.43
対人性格 積極性	-.28	.86	.17	-.05	.63
( $\alpha = .79$ ) 明るさ	.21	.71	-.12	-.01	.64
協調性・社交性	.20	.66	-.06	-.06	.56
身体魅力 性的能力(魅力)	.24	.03	.70	-.14	.65
( $\alpha = .73$ ) 体つき	-.17	.01	.66	.19	.49
顔立ち	.21	.02	.56	.03	.48
状態 経済状況	-.03	-.03	.06	.63	.41
( $\alpha = .61$ ) 知的能力・教養	.07	-.09	.13	.58	.40
まじめさ	.43	-.07	-.00	.19	.22
情緒安定度	.24	.20	.00	.14	.20
運動能力・身体能力	-.04	.32	.17	.21	.27
健康状態	.16	.22	-.19	.40	.28
二乗和	4.19	1.06	.80	.65	
寄与率	27.93	7.09	5.30	4.32	
因子間相関	F1	.58	.41	.23	
	F2		.41	.32	
	F3			.36	

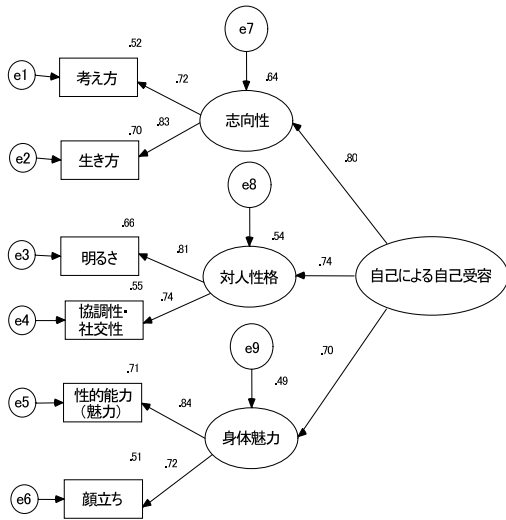


Figure 1. 自己による自己受容尺度の確認的因子分析の結果

とが推測される。

大学生という限られた集団の中では、これらの“状態”の差が、社会全体の中での差と比べると小さく、また意識する機会も少ないと考えられる。

2. 他者を通しての自己受容項目群

得点化を行ったデータに基づいて、主因子法によって4因子を抽出し、Promax回転を行った。因子負荷量が.50以上の項目を、各因子を構成する項目とし、第1因子“あなたの対人性格”、第2因子“あなたの身体魅力”、第3因子“あなたの知的側面”、第4因子“あなたの志向性”と命名した (Table 2)。なお、男

女別に同様の手続きをとって因子分析を行ったところ、いずれも同様の因子構造が得られ、因子構造の安定性が確認された。

この結果に基づいて、確認的因子分析を行った結果、適合度指標は、 $\chi^2(33) = 147.57$ ,  $GFI = .91$ ,  $AGFI = .85$ ,  $RMSEA = .12$ であった。また、全てのパス係数が有意であり、尺度の因子妥当性が確認された。この因子構造をモデル③とする。次に、作成時に想定した仮説的因子構造に基づき同様に分析を行った結果、適合度指標は、 $\chi^2(105) = 1308.74$ ,  $GFI = .27$ ,  $AGFI = .17$ ,  $RMSEA = .21$ であった。以下、この因子構造をモデル④とする。モデル③とモデル④のAIC値は、順に191.57, 1338.74であり、モデル③の方がより適切なモデルであることが示された。

上述のモデル③の因子構造を、より説明力のあるものにするため、引き続き分析を進めた。パス係数の低い項目を削除して、最終的にFigure 2に示す因子構造を得た。適合度指標は、 $\chi^2(6) = 1.96$ ,  $df = 6$ ,  $GFI = .99$ ,  $AGFI = .99$ ,  $RMSEA = .00$ と十分な値を示した。探索的因子分析と因子構造が異なるという結果になったが、モデル③よりもより説明力があること、因子的妥当性が高いことなどの理由により、本研究ではFigure 2を採用することとした。第1因子は、“あなたの明るさ”と“あなたの協調性・社交性”の2項目から構成され、“あなたの対人性格”因子と命名した ( $\alpha = .82$ )。第2因子は“あなたの顔立ち”と“あなたの性的能力(魅力)”の2項目から構成され、“あなたの身体魅力”因子と命名した ( $\alpha = .83$ )。第3因子は“あなたの考え方”と“あなたの生き方”の2項目から構成され、“あなたの志向性”因子と命名した ( $\alpha = .79$ )。

Table 2 他者を通しての自己受容項目群の探索的因子分析の結果

項目内容	F1	F2	F3	F4	共通性
あなたの あなたの明るさ	<b>.84</b>	-.04	-.03	.06	.69
対人性格 あなたの協調性・社交性	<b>.81</b>	-.01	.07	-.04	.68
( $\alpha = .82$ ) あなたの積極性	<b>.73</b>	.09	-.12	-.01	.49
あなたの あなたの顔立ち	.04	<b>.88</b>	-.02	-.01	.78
身体魅力 あなたの性的能力(魅力)	.11	<b>.81</b>	-.16	.04	.66
( $\alpha = .81$ ) あなたの体つき	-.14	<b>.60</b>	.33	-.07	.50
あなたの 知的側面 あなたのまじめさ	.14	-.11	<b>.65</b>	-.09	.43
( $\alpha = .52$ ) あなたの知的能力・教養	-.05	.13	<b>.56</b>	.07	.48
あなたの 志向性 あなたの考え方	-.04	-.01	-.03	<b>.98</b>	.87
( $\alpha = .80$ ) あなたの生き方	.05	.02	.08	<b>.63</b>	.52
あなたの情緒安定度	.44	.00	.23	-.09	.32
あなたの運動能力・身体能力	.27	.05	.21	.02	.23
あなたの健康状態	.09	-.11	.42	.09	.23
あなたの経済状態	-.10	.10	.40	.01	.16
あなたの優しさ	.29	.07	.37	.13	.51
二乗和	5.09	1.10	.73	.57	
寄与率	33.96	7.30	4.85	3.77	
因子間相関	F1		.63	.57	
	F2	.46	.49	.50	
	F3			.48	

自己による自己受容項目群と同様に、探索的因子分析では4因子構造であったが、確認的因子分析の結果、“知的側面”因子を除いた3因子構造が示された。この3因子構造は、自己による自己受容項目群の結果と全く同じであった。これは、自己による自己受容と他者を通しての自己受容とは、受容に至る過程において違いがあり、結果としての自己受容の領域は同じ、つまり同方向の性質をもつことを示すと考えられる。ここで、“知的側面”因子が除かれた理由として、調査対象者がまだ学生の身であり、この側面は、これからさらに培っていくべき領域であることから、逆に受容していることは現在の状態で満足している、つまり向上心が無いと捉えることもできることが考えられる。よって、これは他者を通しての自己受容項目群において見られたことではあるが、知的

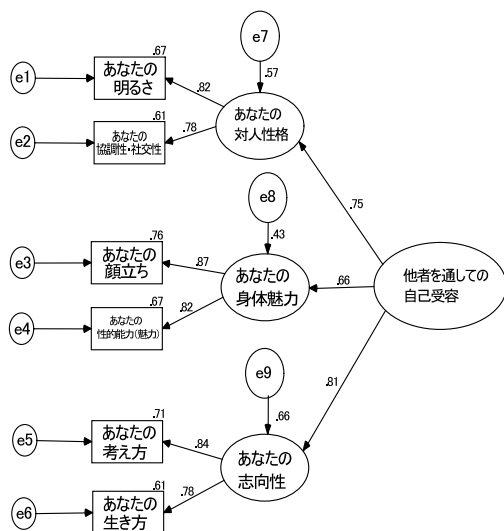


Figure2. 他者を通しての自己受容尺度の確認的因子分析の結果

側面を受容していることが、一概に全体的な自己受容につながっているのかどうかという点については疑問が残る。

以上の因子分析の結果、大学生における自己受容は、“志向性”、“対人性格”、“身体魅力”の3領域から成り立つことが示された。“志向性”と“対人性格”に関しては、自分の内的な性質であり、この自己の内的な特徴の受容が、青年期の自己受容の中核であると考えられる。これは、先行研究とも一致する結果であり、本尺度の妥当性を支持する結果といえる。青年期においては、自分の生き方や考え方への関心が高まり、自分の“志向性”を受容することが、全体的な自己受容につながると考えられる。“対人性格”については、青年期における内的な特徴の受容の中でもさらに、対人関係における特徴(明るさや協調性・社交性など)の受容が重要な位置を占めていることが示された。家族以外の他者との複雑な人間関係を築き始める青年期において、人との関わりの中で表れる自分の内的な特徴への関心が高まっていると予測される。

## (2) 自己受容とそれを取り巻く諸概念との関連

### 1. 自己受容と受容してくれる他者の存在

確認的因子分析によって得られた因子構造をもとに、自己による自己受容尺度、他者を通しての自己受容尺度と受容してくれる他者の存在尺度の合計得点との相関係数を算出した。自己による自己受容では低い相関 ( $r=.20, p<.01$ ) が、他者を通しての自己受容でも低い相関 ( $r=.17, p<.01$ ) が認められた。また、自己受容と自尊感情が類似した概念であるという知見が

あることから、偏相関係数を算出したが、上述とほぼ同様の結果であった(自己による自己受容  $r=.16, p<.05$ , 他者を通しての自己受容  $r=.16, p<.01$ )。尺度作成時に想定していた、受容してくれる他者の存在尺度と他者を通しての自己受容尺度との関連が、強くはないが支持されたといえる。しかし、相対的には自己による自己受容の方が他者を通しての自己受容よりも受容してくれる他者の存在との相関が高いという結果であった。このことから、自己による自己受容に至る過程の中でも、受容してくれる他者の存在が大きな意味を持っていると考えられる。この点に関しては、受容に至る過程の測定ができる尺度の作成など、今後検討する必要がある。因子ごとの相関では、自己による自己受容においても他者を通しての自己受容においても、“(あなたの)対人性格”因子において、最も高い有意な相関係数が得られた(自己による自己受容  $r=.22$ , 他者を通しての自己受容  $r=.22$ )。この因子は、3つの因子の中でも特に対人関係の中で吟味される領域であることから、このような結果が導き出されたことは妥当であると考えられる。

### 2. 自己受容と自尊感情

次に、自己による自己受容尺度、他者を通しての自己受容尺度と自尊感情尺度との相関係数を算出した。自己による自己受容では低い相関 ( $r=.30, p<.01$ ) が、他者を通しての自己受容でも低い相関 ( $r=.21, p<.01$ ) が認められた。受容してくれる他者の存在尺度と同様、有意ではあるが低い相関関係を持つという結果に留まった。因子ごとの相関を見ると、それぞれの自己受容尺度内の3因子においてはほぼ同程度の1%水準で有意な相関係数が示されており(自己による自己受容  $r=.20\sim.25$ , 他者を通しての自己受容  $r=.12\sim.20$ )、自己受容を構成すると考えられる2つの領域において、自尊感情との関連にはあまり差がないと考えられる。

### 3. 自己受容と社会的不安

次に、自己による自己受容尺度、他者を通しての自己受容尺度と社会的不安尺度との相関係数を算出した。自己による自己受容では低い相関 ( $r=-.35, p<.01$ ) が、他者を通しての自己受容でも低い相関 ( $r=-.27, p<.01$ ) が認められた。また、自己受容と自尊感情が類似した概念であるという知見があることから、偏相関係数も算出したが、上述と同様の結果であった(自己による自己受容  $r=-.27, p<.01$ , 他者を通しての自己受容  $r=-.22, p<.01$ )。受容してくれる他者の存在尺度、自尊感情尺度と同様に、有意ではあるが低い相関関係が認められるに留まった。因子ごとの相関を見ると、受容してくれる他者の存在尺度と同様に“(あなたの)対人性格”の因子において、最も高い有意な

相関係数が得られた（自己による自己受容  $r = -.35$ 、他者を通しての自己受容  $r = -.35$ ）。対人性格が、社会的不安という他者との関わりの中で感じる不安と相対的に高い相関関係を持つことは、妥当であると考えられる。

以上の相関分析の結果より、作成した尺度の一応の妥当性が検証されたといえる。しかし、全て有意ではあったものの係数自体はやや低く、尺度の再吟味の必要性も示唆される結果となった。

### (3) 自己による自己受容と他者を通しての自己受容との相違

#### 1. 自己受容と受容してくれる他者の存在

2つの自己受容尺度について、受容してくれる他者の存在のもつ影響の大きさを検討するために共分散構造分析を行い、自己による自己受容と他者を通しての自己受容との相違について考察した。ここで、共分散構造分析を用いた理由として、自己受容を3つの因子の合計得点（観測変数）としてではなく、潜在変数として用いるという意図がある。板津(1989)にもあるように、自己受容尺度の合計得点だけではなく、自己受容を構成する因子間のバランスも考慮に入れるべきであり、本研究でも、自己による自己受容と他者を通しての自己受容を潜在変数として扱うことによって、自己受容が各側面を足し合わせたものではないことを示した。なお、受容してくれる他者の存在尺度に関しては、大出・澤田(1988)では、合計得点を算出し分析を行っているため、本研究でも、それを踏襲して合計得点を観測変数として用いた。

まず、自己による自己受容と受容してくれる他者の存在について分析を行った。適合度指標は、 $\chi^2(11) = 8.44$ 、GFI = .99、AGFI = .96、RMSEA = .00であった。また、構成概念から各項目へのパス係数は全て .70以上であり、いずれも統計的に有意となり、構成概念と観測変数との関係は適切に対応していることが確認された。次に、他者を通しての自己受容と受容してくれる他者の存在について分析を行った。適合度指標は、 $\chi^2(11) = 16.04$ 、GFI = .98、AGFI = .95、RMSEA = .04であった。また、構成概念から各項目へのパス係数は全て .65以上であり、いずれも統計的に有意であった。

しかし、これらの分析において受容してくれる他者の存在から自己による自己受容と他者を通しての自己受容へのパス係数が、それぞれ .25、.21と非常に低く、妥当ではあるが関係の強さはそれほど強くないことが示唆された。Kohutが言及しているような、他者に受け入れられることが自己受容につながるということが妥当であることは確認されたが、係数が低いことから、そのつながりや過程が複雑なものである可能性が

示された。また、直接の関係ではなく、なんらかの媒介変数を想定することの必要性も考えられる。結果的に、自己による自己受容と他者を通しての自己受容との相違についても、パス係数の差から論じることは難しい結果となった。

#### 2. 自己受容と自尊感情

2つの自己受容尺度について、自尊感情のもつ影響の大きさを検討するために共分散構造分析を行い、その相違について考察した。なお、自尊感情尺度に関しては、山本ら(1982)によって、単因子構造が確認されているため、本研究においても、1因子構造として分析を行った。

まず、自己による自己受容と自尊感情との関係では、適合度指標は、 $\chi^2(100) = 329.10$ 、GFI = .84、AGFI = .76、RMSEA = .10であった。また、潜在変数である自尊感情と自尊感情尺度の各項目間のパスの中で、係数が非常に低いものがあつた。今回は先行研究に習い、一因子構造として分析を進めたため、適合度指標は十分満足できる値ではないが、今回はここで得られた結果から考察を進めることとする。なお、構成概念から各項目へのパス係数はいずれも統計的に有意となり、構成概念と観測変数との関係は適切に対応していることが確認された。次に、他者を通しての自己受容と自尊感情との関係では、適合度指標は、 $\chi^2(100) = 336.66$ 、GFI = .84、AGFI = .78、RMSEA = .10であった。ここでも先の分析と同様に、潜在変数である自尊感情と自尊感情尺度の各項目間のパスのうち、係数が非常に低いものがあつた。なお、構成概念から各項目へのパス係数は、いずれも統計的に有意となり、構成概念と観測変数との関係は、適切に対応していることが確認された。

これらの分析において、自己による自己受容から自尊感情へのパス係数は .37であり、やや影響力が強いことが示された。しかし、他者を通しての自己受容から自尊感情へのパス係数は .24と低く、他者に受け入れられることによって促される自己受容が、自尊感情に直接影響を及ぼすことは確認されなかった。この点において、自己による自己受容と他者を通しての自己受容との違いが示されたと考えられる。つまり、自尊感情という自己の内的な感情により影響を及ぼすのは、自己による自己受容の方であり、他者の視点は弱いことがうかがえる。

#### 3. 自己受容と社会的不安

2つの自己受容尺度について、社会的不安のもつ影響の大きさを検討するために共分散構造分析を用いて分析を行い、その相違について検討した。なお、社会的不安尺度に関しては、先行研究に基づき、1因子構造として分析を行った。

まず、自己による自己受容と社会的不安との関係では、適合度指標は、 $\chi^2(50)=109.78$ ,  $GFI=.93$ ,  $AGFI=.89$ ,  $RMSEA=.07$ であり、モデルが妥当であることが示された。また、構成概念から各項目へのパス係数は全て.52以上であり、いずれも統計的に有意となり、構成概念と観測変数との適切な関係が確認された。次に、他者を通しての自己受容と社会的不安との関係では、適合度指標は、 $\chi^2(50)=114.18$ ,  $GFI=.93$ ,  $AGFI=.89$ ,  $RMSEA=.07$ であり、モデルの妥当性が示された。また、構成概念から各項目へのパス係数は全て.51以上であり、いずれも統計的に有意となり、構成概念と観測変数との関係は適切に対応していることが確認された。

これらの分析において、自己による自己受容から社会的不安へのパス係数は-.43であり、他者を通しての自己受容から社会的不安へのパス係数は-.36であった。自尊感情の場合と同様に、他者を通しての自己受容よりも自己による自己受容の方が、相対的にはより社会的不安に影響を持っていることが示された。上述の自尊感情においては、自己による自己受容の方がより影響力をもっていることは説明可能であったが、社会的不安においてもそれと同様の傾向が認められることは説明しがたい。相関分析の結果示された自己による自己受容と他者を通しての自己受容との違いとも重複するが、自己による自己受容の過程にも、受容してくれる他者の存在は含まれている可能性がある。さらに、結果としての受容においても、他者を通しての自己受容よりも自己による自己受容の方が、より本質的な自己受容である、または自己受容度が高いことが考えられる。また、この点から自己による自己受容と他者を通しての自己受容との相違について検討することは難しいが、自己受容そのものの中で、他者を通しての自己受容よりも自己による自己受容の方が、比重が大きいことは考えられる。

このように、本研究の分析結果から、他者を通しての自己受容を導入したことに積極的な意味づけを行うことは難しい。しかし、自尊感情と社会的不安それぞれとの関連から、自己による自己受容と比して、相対的には低い影響を持つに留まったが、影響はあることが示された。そして、探索的因子分析の結果においては、異なる因子が抽出された。確認的因子分析で最終的に残った“(あなたの)対人性格”、“(あなたの)志向性”、“(あなたの)身体魅力”の3因子の他、自己による自己受容では経済状況や知的能力などの“状態”因子が、他者を通しての自己受容ではあなたのまじめさやあなたの知的能力などの“あなたの知的側面”因子がそれぞれ抽出された。“あなたの知的側面”因子は

他者の眼に映る自己の側面と考えられ、“状態”因子はより他者の眼には映りにくい側面であると考えられる。以上のような、自己による自己受容と他者を通しての自己受容との違いが、今回の分析結果から読み取れる。

また、相関係数に示されているように、自己による自己受容と他者を通しての自己受容とは、同様の方向性を持ったものであると考えられる。これは、自己による自己受容も他者を通しての自己受容も、受容に至る過程に違いはあるが、その結果として自己受容が達成されているという点では同じであることを示すと考えられる。この点は、アイデンティティ研究における Franz & White (1985) が想定した“生涯発達複線(two-path)モデル”と共通している。その中で、個体化経路とアタッチメント経路は、アイデンティティ達成という点では同じ方向性をもっているが、その過程(経路)が異なっている。ここから、本研究で作成した尺度においては、自己受容に至る過程ではなく、結果としての自己受容度の測定がなされていたと考えられる。今後、自己受容概念における他者の持つ意味についてさらに検討を重ね、自己受容に至る過程における違いも測定可能な尺度を作成することが求められる。それによって、自己受容概念における他者を通しての自己受容の側面の持つ意味がより明確になされると考えられる。

#### 4. 総合考察

本研究では、まず大学生の自己受容の構造として、“志向性”、“対人性格”、“身体魅力”の3因子が見出された。このことから、大学生における自己受容には、内面的な特徴に関わる自己の受容が、他の側面に比べて重要な位置を占めていることが示唆された。これは先行研究(伊藤, 1992など)の知見とも一致する結果である。また、これまでの研究においては、自己受容を全体的なものとして捉えるものが多い傾向にあるが、本研究の結果より、自己受容を構成する因子を想定することの積極的な意味が認められた。それぞれの因子は受容する領域を示しており、児童期、青年期、成人期など対象を特定する際には、その時期や段階に特徴的な領域の受容を尺度に含めることができると思われる。

また、本研究において想定した自己受容を構成する2側面である、自己による自己受容と他者を通しての自己受容については、最終的な確認的因子分析の結果、同様の因子構造が示された。また、相関分析の結果から、この2つの側面が同じ方向性を持つものであることも示唆された。このことから、受容に至る過程に違



いがあったとしても、その結果としての自己受容という部分で共通しているということは妥当な結果であると言える。ただし、本研究の尺度で、その過程における違いを抽出できなかったという問題点は残る。ただ、この点に関しては、自尊感情、社会的不安との関連において、他者を通しての自己受容よりも自己による自己受容の方が、相対的に影響力が強いことが示され、この自己受容の2つの側面が異なる水準のものであることも示唆されている。本研究では必ずしもこの2側面の相違や関連が明確であるとは言えなかったが、今後さらに検討を重ねることにより、2つの側面の違いが明らかにされ、自己受容概念における他者を通しての自己受容の意義が示されると考えられる。

## 5. 今後の課題

本研究では、自己受容を自己による自己受容と他者を通しての自己受容の2つの側面から捉え、新しい尺度を作成することを目的とした。しかし、自己による自己受容と他者を通しての自己受容との関連についての検討が不十分であり、その違いや関連を明確に示すには至らなかった。自己による自己受容と他者を通しての自己受容から自己受容を捉えることが、結果としての自己受容度ではなく、受容に至る過程に焦点を当てたものであることを考慮した上で、今後さらに検討していく必要がある。

## 【引用文献】

- Allport, G. W. (1961). *Pattern and Growth in Personality*. New York: Holt, Rinehart and Winston.  
 (オールポート, G. W. 今田恵 (監訳) (1968). 人格心理学 (上) 東京: 誠信書房)
- Elson, M. (Ed.) (1987). *The Kohut Seminars on Self Psychology and Psychotherapy With Adolescents and Young Adults*. W. W: Norton & Company.  
 (エルソン, M. (編) 伊藤洸 (監訳) (1990). コフト自己心理学セミナー① 東京: 金剛出版)
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. New York: W. W. Norton.  
 (エリクソン, E. H. 仁科弥生 (訳) (1977/1980). 幼児期と社会 I・II 東京: みすず書房)
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-527.
- Franz, C. E. & White, K. M. (1985). Individuation and attachment in personality development: Extending Erikson's theory. *Journal of Personality*, 53, 224-256.
- 板津裕己 (1989). 自己受容尺度短縮版 (SASSV) 作成の試み 応用心理学研究, 14, 59-65.
- 板津裕己 (1994). 自己受容性と対人態度との関わりについて 教育心理学研究, 42, 86-94.
- 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の変化 - 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.
- 伊藤美奈子 (1992). 自己受容と性格特定との関連についての一考察 心理学研究, 63, 205-208.
- 国分康孝 (1979). 心とこころのふれあうとき 黎明書房
- Leary, M. R. (1983). *Understanding Social Anxiety*. Beverly Hills, California: Sage Publications.  
 (レアリイ, M. R. 生和秀敏 (監訳) (1990). 対人不安 京都: 北大路書房)
- Maslow, A. H. (1961). *Motivation and personality*. New York: Holt, Rinehart and Winston.  
 (マズロー, A. H. 小口忠彦 (訳) (1987). 人間性の心理学 モチベーションとパーソナリティ 東京: 産業能率大学出版部)
- 宮沢秀次 (1978). 青年期における自己受容性の一研究 名古屋大学教育学部紀要・教育心理学科, 25, 105-117.
- 岡本祐子 (2002). アイデンティティ生涯発達論の射程 ミネルヴァ書房
- 大出美知子・澤田秀一 (1988). 自己受容に関する一研究 - 様相と関連要因をめぐって - カウンセリング研究, 20, 42-51.
- Rogers, C. R. (1942). *Counseling and Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin Company.  
 (ロジャーズ, C. R. 佐治守男 (編) 友田不二男 (訳) (1966). カウンセリング ロージャーズ全集2 東京: 岩崎学術出版社)
- Rogers, C. R. (1953). Some directions and end point in therapy In O. H. Mowrer (Ed.), *Psychotherapy: theory and Research*. New York: The Ronald Press.  
 (ロジャーズ, C. R. 伊藤博 (編訳) (1966). サイコセラピーの過程 ロージャーズ全集4 第5章 セラピーにおける方向と終極点 東京: 岩崎学術出版社 pp.71-115.)
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescent self image*. Princeton, N. J.: Princeton University Press.
- 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.

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.