自己評価に関する自他の相互影響過程と精神的健康との関連*

長谷川　孝治

広島大学大学院生物圏科学研究科

The relations between self-other mutual influence processes on self-appraisal and well-being

Koji Hasegawa

Graduate School of Biosphere Sciences, Hiroshima University, Higashi-Hiroshima 739-8521, *Japan*

要　旨

従来、自己過程と健康との関連について多くの研究が行われてきた（遠藤, 1995）。それらの研究の多くは、自己についての安定的な認識を持つことが、そして、自己についてより高い評価を持つことが、人が健康に過ごすための重要な条件であることを明らかにしてきた（Taylor & Brown, 1994）。これらの知見の重要性はあらためて指摘するまでもないことではある。しかしながら、自己についての評価の重要な源泉である他者と自己との間で自己評価をめぐってどのような交渉が行われるかに着目し、その交渉のあり方が自己評価にいかなる影響を及ぼすのか、そして自己評価が健康に対してどのような影響を及ぼすのかを詳細に検討した研究は、極めて少数である。このような社会的相互作用と自己内過程とのダイナミックな関係性について詳細に検討することは、単に自己過程についてのわれわれの理解を促進するのみならず、社会的相互作用と適応との関連についての諸研究に対しても、多くの示唆を提供するものとなろう。

本研究では、このような観点から、刻々と変化する対人関係の中で機能する自己を研究対象とし、社会的な環境の重要な要素である他者が自己に影響を与え、同時に自己が他者に働きかける相互影響過程を主要な分析の対象とした。そして、そのような自己評価に関する自己と他者との相互影響過程のあり方が、個人の精神的健康にいかなる影響を及ぼすかについて検討することを主要な目的とした。

このように、自己評価を自己と他者とが相互に影響しあって形成されるものと捉え、その過程と個人の精神的健康との関連について検討しようとするとき、Swann (1987) によるアイデンティティー交渉についての理論的枠組みが有効である。この枠組みにおいては、まず、自己評価と自己に対する他者の評価との間にズレが存在する事態を、個人の精神的健康にとっての脅威事態と捉える。その上で、人はズレを低減させるよう動機づけられ、次の２つのズレ低減過程を用いて脅威事態から

広島大学総合科学部紀要Ⅳ理系編、第26巻（2000）
*広島大学審査学位論文
口頭発表日：2000年２月16日、学位取得日：2000年３月24日

逃れようとすると想定している。1つは、自己評価に他者の評価を近づける過程であり、もう1つは、他者の評価に自己評価を近づける過程である。前者は自己確証の過程と呼ばれ、後者は評価の過程と呼ばれる。本研究では、このアイデンティティー交渉についての理論枠組みを用い、上述した自己評価に関する自他の相互影響過程が、個人の精神的健康に与える影響について検討した。この枠組みを用いた実証研究はわずかしかなく、また交渉と精神的健康との関連についての研究は未だない。そこで、本研究では、交渉プロセスの詳細について分析し、さらにこのプロセスが如何に機能することが個人の精神的健康につながるかについて検討した。

第1章 自己評価に関する自他の相互影響過程と精神的健康との関連についての研究の現状と本研究の目的

本章では、自己と他者、そして精神的健康との関連について、これまで個別に行われてきた研究領域における諸研究について概観した。これら個別的な研究領域とは、大きく分けて、次の3つの領域であった。第1の領域は、自己と精神的健康との関連についての領域。次に挙げられるのが、社会的相互作用と精神的健康との関連についての領域。そして、最後に、自己と他者との相互影響過程についての領域の研究がレビューされた。以上の諸研究についての検討を通して、自己と他者、そして精神的健康の三者が、密接な連関を形作っているにもかかわらず、これまで統合的な視点による検討が十分に行われてこなかったことを示した。そして、このような観点から、アイデンティティー交渉の理論的枠組みを用い、「自己評価に関する自他の相互影響過程と精神的健康との関連」という、本研究の主要な問題を検討することの意義について提案した。

第2章 自己評価に関する自他の相互影響過程の変容についての検討

本章では、自己評価に関する自他の相互影響過程について、Swann (1987) のアイデンティティー交渉の理論枠組みを用い、交渉過程の変容について検討した。具体的には、アイデンティティー交渉過程の変容について、二者関係の進展段階に着目し、二者関係の初期と安定期とでは、交渉過程に差異があるかについて検討した。仮説は、以下の2つであった。1つは、二者関係の初期に関する仮説であり、この時期は自己評価に関する自他の認知のズレが大きいために、それを低減するための交渉が行われるだろうというものである。2つ目は安定期に関する仮説であり、この時期は交渉を終えた時期で、ズレそのものが小さいために、活発な交渉は行われないだろうというものである。

大学1年生を対象とした、計4回にわたる縦断的な調査によって仮説を支持する結果が得られた。大学入学直後の4月からその3ヶ月後の7月にかけての期間を捉えた、二者関係の初期では、自己評価に関する自他のズレが大きく、アイデンティティー交渉が行われていることを示す結果が見いだされた。一方、大学入学後かなりの期間を経て友人関係が安定した、11月から2月にかけての二者関係の安定期では、交渉がほとんど行われていなかった。本研究の結果から、二者関係の進展段階の違いによって、アイデンティティー交渉過程そのものが異なることが示唆された。

第3章 自己評価に関する自他の相互影響過程の調整要因としての相互開示 ―アイデンティティー交渉はどのように行われるか―

本章では、自己評価に関する自他の相互影響過程が、いかなる行動によって形成されるかについ

て検討した。すなわち、アイデンティティー交渉がいかにして行われるかの検討を行った。ここでは、二者関係の進展を促進するとされる自己と他者との相互の自己開示を取り上げ、具体的な交渉のなされ方について検討した。検討の結果、二者関係の初期では、相互開示をすることによって交渉が行われる可能性が示唆された。また、二者関係の安定期では、相互開示するか否かによって、交渉過程のあり方に変化が見られなかった。つまり、安定期では相互開示を用いた交渉は行われていなかった。

以上の検討の結果、自己評価に関する自他の相互影響過程が、二者関係の初期では、相互開示をはじめとするバーバルな交渉方略によって行われる可能性が示唆された。

第４章　自己評価に関する自他の相互影響過程と精神的健康との関連

本章ではアイデンティティー交渉の２つの過程がどの程度機能したかという効果性が、個人の適応にいかなる影響を及ぼすのかについて検討した。２つの効果性のうち、１つは自己確証の効果と呼ばれ、他者の評価が自己評価に近づいた程度を表す。そして、もう１つは評価の効果と呼ばれ、自己評価が他者の評価に近づいた程度を表す。アイデンティティー交渉の理論枠組みから考えると、いずれの効果も個人の精神的健康を維持、促進させると予測される。しかしながら、自己評価と他者の評価の相対的な高さを考慮することによって、自己評価が他者の評価よりも高い人（相対的自己評価高群）と自己評価が他者の評価よりも低い人（相対的自己評価低群）とで、それぞれの効果性と精神的健康との関連についての予測が異なることが、理論的な検討によって明らかにされた。

大学生を対象とした縦断的調査による実証的検討の結果、これら２つの効果性が精神的健康に影響を与えていたのは、自己評価が他者の評価よりも低い人だけであった。この検討の際の被調査者と他者（パートナー）は非常に親しく、安定的な関係にあった。本来、このような関係性の安定期においては、アイデンティティー交渉はほとんど行われない。それにもかかわらず、自己評価の低い人は、友人との間で活発に交渉を行い、その結果、友人の評価を自己評価に近づけるように下げることで適応状態が悪化するという結果に至っていたのである。

本研究による検討の結果、アイデンティティー交渉過程が個人の精神的健康に影響を与えるのは、特に、二者関係の進展段階に沿わない形で交渉を行う自己評価の低い人であることが明らかになった。このことは、自己評価の低い人たちが、なぜ低い自己評価を維持しているかというメカニズムについて、示唆を与えるものである。

第５章　総括と展望

本章では、本研究における一連の検討の結果、自己評価に関する自他の相互影響過程と精神的健康との関連について得られた知見を総括した。その際、第１章で示したような個別の研究領域における研究では不明確であった点を、本研究の統合的な視点による検討によってどこまで明確にできたかに留意して考察を行った。検討の結果、本研究で得られた主要な知見として、自己評価の低い人が、その自己評価に関して他者との間で不適応的な交渉を行い、そのことが低い自己評価を維持させていることが挙げられた。このような本研究の知見を基にして、低い自己評価を持つ人が不適応的な交渉プロセスから如何にすれば脱却することができるかについて、自己評価を高めるためのアイデンティティー交渉とはいかなるものかという観点から検討した。最後に、より具体的な今後の課題と展望について言及した。

引 用 文 献

遠藤由美 (1995) 精神的健康の指標としての自己をめぐる議論 社会心理学研究, 11, 39-50.

Swann, W. B., Jr. (1987) Identity negotiation: Where two roads meet. *Journal of Personality and Social Psychology,* 53, 1038-1051.

Taylor, S. E. & Brown, J. D. (1994) Positive illusion and well-being revisited: Separating fact from fiction. *Psychological Bulletin,* 116, 21-27.