

自己受容性研究の発展 (2) —— 自己受容性の発達の研究的整理 ——

板 津 裕 己

(受理日 2012年9月28日, 受稿日 2012年12月13日)

The Development of Investigation of Self-acceptance (2) —— A Review of Developmental Research of Self-acceptance ——

Hiroimi ITATSU

(Received Sept. 28, 2012, Accepted Dec. 13, 2012)

1. はじめに

自己受容性(self-acceptance)^{註)}について、1940年頃から、自己受容の程度を数量的に把握する研究がおこなわれてきた。それらの研究によって、その人の自己受容状態を一定の外部基準から把握できるだけでなく、個人やグループ間、あるいは個人内状況間の比較検討が可能になった。そして、この手法を用いて、社会的適応性や人間関係との係わりについての研究、自己受容性の量的質的側面からの時間的変容過程に着目した研究などが多くおこなわれてきた。本稿は、自己受容性を中心とした自己観に関する発達領域の研究を概観し、今後の研究課題について検討することを目的とする。

2. 自己受容性について

一般的に、「自我」は人間の行動や意識の主体としてあるのに対して、「自己」は客体としての自我、意識体としての個人のことを指す。しか

し、自己は、認識や意識の対象だけでなく、その人の行動の準拠枠の主要次元の1つであり、対人認知、自己の欲求や感情の拡がりにも大きな影響を与えている。

この「自我」、「自己」の問題は、心理学では、特にパーソナリティ領域において重要な研究課題の1つであった。また、「自我」、「自己」の問題は、心理学だけの問題ではなく、古くから、哲学や宗教などの中心的課題でもあった。これらの研究領域においても、「自我」や「自己」についての考察だけでなく、本稿のテーマである「自己受容性」について直接的間接的な言及は少ない。

Vits (1985) は、今日の心理学における自己理論研究の先駆者に、神学者の Fosdick をあげている。そして、彼のパーソナリティ理論は、その後の心理学的自己理論研究者、特に Rogers の考え方に類似しているだけでなく、Allport にも影響を与えたと述べている。Fosdick の名著、“On being a real person” (1943) では、自己受容性の記述に1章が与えられ (Chapter III

The Principle of Self-Acceptance Pp. 52-79.)、自己受容が real person になる基本的で不可欠な要素であることなど、彼以降の自己受容性研究での考え方が示されている。

自己受容は、しばしば、『私』という主観的実感のあるがままを善悪や是非といった対立概念を入り込ませることなく、その存在を歪曲せずに受け容れること」(Combs & Snygg, 1949; 國分, 1979; など)と説明される。このほかに、心理的健康の指標の1次元 (Jahoda, 1958; 上田, 1969), 人間実存の基盤の1次元 (Walter, 1976)、すべての自己の成長や変化の土台である (Branden, 1987)、多くの心理援助法において、自己受容性が Therapeutic-goal とみなされる (Crowne & Stephens, 1961) などの見解が出されている。

個々人の自己受容状況は、その人を取り巻く状況に影響される。その中でも、「身体的健康」、「心理的感情的な領域の健康」や「社会性における健康」とそれら間の相互関係が強い影響を及ぼすと指摘されている (Wandberg, 2002)。さらに、この自己受容性は、その構造的な研究から、1決定因子ではなく、複合的構成体であることが明らかにされている (Bills ほか, 1951; 板津, 1989; など)。そして、複合的構成体であるならば、自己受容尺度得点や下位尺度得点といった視点だけでなく、下位尺度得点間のバランスを指標に加える必要性が指摘されている (板津, 1989)。

自己を受容するためには、成長しつつある自分に気づかなければならない。「自己受容は、今、幸福に生活しようと努めること」(Wandberg, 2002)、「引き受けて、一生懸命生きること」(高垣, 2008)と説明されるように、自己を受容することは、目的や目標というよりも、今、生活

の中で実践していく問題であり、生きる姿勢の問題である。すなわち、その過程が重要になる。これらの見解から、幼いころから、どのような人と係わり、どのような経験を重ねてきたのかが、その人の自己観形成のみならず、自己受容性の形成にも大きな影響を与え、今日の生活場面や今後の生活場面で、それが行動としてあらわると考えられる。

現象学的自己研究で用いられている用語には、自己受容のほかに、自己概念 (self-concept)、自己評価・自尊心 (self-esteem)、自己尊重 (self-regard)、自己一致 (self-congruence)、自己満足 (self-satisfaction) などがある。Wylie (1974) は、現象学的自己研究で用いられている自己受容、自己評価、自己満足などがもつ意味は学問的に同じでないとする一方で、これらの用語の持つ意味はお互いに重なり合い、各用語を明確に区別することは困難であること、そのため、これらの用語をグループにして検討する必要性を説いている。

3. 自己観や自己受容性の発達

3.1 乳幼児期から児童期頃

自己観や自己受容性の発達

子どもは、対人関係を通して、他者に対する自己を感じ取るようになる。たとえば、写真による本人と他人の区別は、自己意識の目覚め、他者に対する自分自身の存在を主張しはじめたことを示している。また、3歳頃の「ぼく」、「わたし」という一人称の出現は、単に言語発達だけでなく、自己と他者の明確な区別ができていることを示している。

自己意識の目覚めは1歳半頃ぐらいからといわれている。しかし、この頃の自他の区別は感

覚的なものにすぎない。その後、成長していくにつれて、より具体的な形で自己像が形成されていく。

乳児は周りにあるいろいろな対象物を手当たり次第探索し、それによって自分の感覚-運動図式を身につけ、必要に応じて修正していく過程を通して自己を感じはじめると考えられている。乳児期から幼児期にかけての子どもたちが、自己の存在を知る手掛かりになる経験、自分自身の存在を実感する経験として、村田 (1994) は、以下の5点をあげている。

- ①乳児は自己の行為の直接結果を感受すること。
- ②身体部位の探索（見たり、触ったりする、など）。
- ③鏡をみる経験。
- ④物質保存の基礎的な考え方をすること。
- ⑤社会的フィードバック経験や周囲の教育的行為による。

Erikson (1950, 1959) は、乳児期を基本的信頼・不信頼を母親から学ぶ時期として重視し、これが生涯にわたった自己信頼や自己受容を導くと述べている。彼が設定した乳児期の心理社会的課題である「基本的信頼感」には、自分自身に対する信頼感と養育者など自分を取り巻く環境への信頼の2種類がある。自分自身に対する信頼感には、母親をはじめとする重要な他者に受け容れられる存在であるという信頼感を含む。他者に受け容れられるという体験が安心感を生み、それが自己受容につながっていく。

母親は、乳児にとって最初に密接に係わる他者である。そのため、母親が、子どもの自己概念や自己受容の形成に及ぼす影響は大きい。しかし、子どもの社会的関係が広がるにつれて、母親中心であった「意味ある他者」は、家族だ

けでなく、友だち、保育者や教育者といった他の対象に広がっていく。そして、これらの他者からの評価が、自己概念形成に影響する。幼児期前期(1～3歳頃)になると自律性の形成されていく。この時期に自分が周囲の目にさらされていることを意識するようになり、これが自立心、自制心や自尊心の基盤になる。しかし、幼児期の自尊心は、自信に裏づけられているというよりも、「そうありたい」という夢のような願望である。それが、やがて現実的なものになり、「理想自己」の母胎になっていく(村田, 1994)。

幼児期の自己概念は、身体的特徴や物質的なもの(自分の持ち物など:物質的自己)を中心とするが、児童期にはいる頃には、自己のパーソナリティ特徴や役割といった個人的な特徴を説明できるようになる。具体的な自己概念だけでなく、社会の中で自分自身の概念化ができるようになるなど、内面的な成長や変化がみられる。

人との係わり経験と自己受容

幼児は、まず自己への意識を発達させ、次いで他者についての意識を発達させていく。自己についての認識は、他者からの「好意」や「是認」に強い影響を受ける。他者からの是認や価値づけは、自分自身の価値や能力の捉え方の基本になる。そのため、子どもの自己概念や自尊心、そして、自己受容の形成には、両親をはじめとする周囲の人たちの養育態度や係わりかたに強い影響を受ける。

人は成長してゆく過程で、自分にとって大切であり、意味のある人に愛されることにより、自らも自己を受け容れ、自己の愛する態度や愛する能力を身につける。Elson (1987) は、「別の人間に受け容れられ、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」という Kohut の考えを引用している。上田 (1969, 1989) は、大人が自己を受容し、自己に信頼をもった場合、その自信は子どもに対する全幅の信頼感となり、子どももまた、自信をもつに至ると述べている。

このように、両親の自己受容の程度が子どもたちに与える影響など、当事者の問題だけでなく、コミュニケーションをとる相手との関係や相手への影響性が論じられるようになっている (関根, 1991)。周囲の人との係わり経験の他に、児童期前期頃の性役割同一性 (同一視) の確立が、性別に結びつく能力や興味の発達のみでなく、仲間関係や自己受容の発達にも極めて重要であるとの指摘がある (Newman & Newman, 1984)。

自己受容と教育活動

児童期から青年期は、教育を受ける時期にあたる。Jersild (1955) は、真の教育の本質的な機能は、成長しつつある子どもが、自らを知り、かつ自己受容の健全な態度を身につけていくのを援助することである。自己を知り、切実に自己充足と自己受容を求めていく過程は、指導者が指示するというようなものではない。それは他人に対して、また、他人のために教えるようなものではない。それは教師自身の主体の参加を求めざるを得ないものかであると述べている。そのためにも、係わりかたが子どもたちに強い影響をおよぼす教師が学生に自らを知るようにし、自己受容の健全な態度を身につけるように指導する際のあらゆる努力のなかで、教師の自らに関する理解と受容が重要な要因になることを重要視している。上田 (1888) も、教育においては、子どもに対する意図的な働きかけ以上に、教師自身のあり方、自己受容、自己信頼、自己愛といった教師の自己に対する態度な

どの人格特徴が、子どもに直接強い影響力を発揮し、教育的効果を生むと指摘している。

3.2 青年期

自己観や自己受容性の発達

Erikson (1950, 1959) は、青年期に体験される「自我同一性」を、「内的な不変性と連続性を維持する各個人の能力が、他者に対する自己の意味の不変性と連続性と合致する経験から生まれた自信」と説明している。

自己概念の形成は、周囲の人からの評価との関係で形成される。加藤・加藤 (1988) は、青年期の自己観の変化は、自己概念の単なる内容変化の過程ではなく、自己を受容し、自信を感じるようになるという、質的に異なった発達の過程があると考えている。青年は自己を確立していく際に、これまではあまり深く考えずに肯定してきた自己の諸側面について、ある程度まで客観的に観察し評価することができるようになり、他の人々の優れた点に気づくようになる。そのため、自分に対して要求が高くなり、自分の欠点や弱点、未熟な点にも敏感になる人もいる。しかし、青年期とその前後に多少の感情的な動揺を経験しつつも、自分が理想とする自己と現実の自己を対比して、理想とする自己姿を目標にして現実の自己を意識的に形成することで、自己を受容し、自信を感じるようになる。この時期は、自分自身にさまざまな理想を描くために、欠点や弱点、未熟な点などに敏感になることがある。しかし、動かすことができない事実をそのまま受容し、本来の姿や在り方を、自分の納得できるものにしていく。このようなプロセスを経て、青年は自尊心を高め、自信を感じ、自立した成人へと進む (加藤・加藤, 1988)。

自己受容と自我同一性

恩田 (1983) は、青年期の発達課題である自我同一性を、自我の統合性、自己受容、自己の意識と経験している感情とが一致している自己一致に相当すると説明している。このほかに、Dignan (1965) は、自我同一性を構成する要因の1つに自己受容性をあげている。

板津 (1993) は、大学生を対象とした調査を通して、青年期の発達課題である自我同一性と自己受容性の間には、非常に強い関係性が認められること、自我同一性の確立は、自己受容に至る過程の中での課題解決の1つに位置づけるのが妥当との結果を得た。そして、得られた結果から、青年期では、自我の機能確立は自己の行為や行動といった具体的な問題が中心になり、内面的な安定感に係わる自己受容の部分は、種々の経験を重ねることで漸次形成されていくのではないかと、真の自己洞察や自己受容は、青年期で完成するものでなく、その後も生活経験を通して成長し、統合されていくようなものであると考察した。

自己受容と劣等感

劣等感とは、自分を他人と比較することから生じる。自己と社会との関係を真剣に考えるようになり、生活空間が広がって広範囲の人々と接触し始めた青年期とその前後の時期に劣等感を感じるような人もいる。北村 (1978) は、劣等感からの解放には、他の人々に比較対比しての自己を評価し、少しでも他より優位に立とうとする志向・態度を取り去って、真に自分らしい自己であること、自分の内的可能性を十分に顕現・展開してゆくことに、真の価値をおく態度へと指導することを提起している。そして、上記の過程を通して、自己のありのままの姿を、自分の劣性のあるところも含めて、客観的に受

容し、さらに自己の長所と可能的な発展性をも直視し、自己存在の意義を確実に感知し、「自己実現」の道を進むことは、他の人々の尊重ともつながり、同時に人とし安定感と満足を得ると述べている。

3.4 児童期後期から青年期にかけての自己受容性の発達の研究

自己受容の程度を自己評価するにあたって、自己の内部にある理想自己と現実自己という2つの自己像を客観的に把握する能力、相対化の能力が育っているのかという問題がある。柏木 (1978) は、理想自己に現実自己を思考させていくことが能動的パーソナリティ形成につながるとする一方で、現実自己を対比させ、理想像に向かって現実の自己を変容させるような理想自己の成立は、仮説演繹的論理的思考能力の成立が前提であると述べている。このように、現実自己と区別された理想自己が児童期の終わり頃から青年期が始まる頃になってようやく成立するならば、この手法を用いて自己受容度を測定できる対象は、ある程度限定されてしまう。以下に、これまでにおこなわれてきた自己受容性研究を概観するが、研究対象が児童期終わり頃からの研究が多いことは、柏木が指摘するような理由に拠ることも強いと考えられる。

全体的な自己受容性に関する研究

自己受容の発達の研究は、その縦断的研究では、Engel (1959)、Carlson (1965) がある。また、横断的研究としては、Piers & Hariss (1964)、Katz & Ziger (1967)、Jergensen & Howell (1969)、加藤 (1962, 1977)、梶田 (1980) などがある。これらの研究では総じて、児童期から青年期前期にかけて自己受容度は低下する。たとえば、Katz らでは、5年生 (10歳) から11年生

(16歳)までの低下が報告されている。その後、自己受容度は再び高まるか、上記の内の Jergesen らの結果では、青年期前期以後の自己受容度は安定するといった傾向のあることが見出されている。

児童期の終わりころから青年期前期にかけて自己受容度が低下することについて、梶田(1980)は、自己に対しての要求水準が高くなっていくなかで、自己に対して望むところが厳しくなっていくためではないかという見方をしている。また、Kats らの研究から、この時期の低下要因に、罪を受容する能力の増加やカテゴリ一間の違いを認識する能力の増加があるとの指摘がおこなわれている(Phillips & Zigler, 1980)。加藤(1962)は、高校生は中学生より衝動の強さや孤独感、閉鎖観を強く意識するようになるために自己受容度が低下するのであろう。大学生では、落ち着きが出て、情緒的やや成熟した自己像イメージが持てるようになったので、再び自己受容度が高まるのではないかと考察している。

領域や構成因子を視点においた研究

上述の研究は、自己受容の全体像を視点においた研究である。それらに対して、吉川(1960)、高垣(1974)らは、自己を領域に分けて、それぞれの領域についての自己受容を検討する必要があると考え、自己の領域ごとに自己受容度を測定した。その結果、領域ごとに自己受容度は異なり、領域によっては、性差や年齢による有意差が見出された。吉川(1960)は、自己を5領域に分け、中学生と高校生の自己受容度を測定した。5領域は、1)身体・動作、2)技能・興味、3)性格・人格、4)対人感情・態度、5)自己抑制であった。このうち、1)と2)では、中学生の方が高校生よりも自己受容的であっ

が、4)では、高校生の方が自己受容的であった。性差については、1)、2)で男子の方が女子よりも自己受容的であった。

この研究のように、自己を領域に分けて、領域ごとに自己受容度を測定する試みは、自己受容度得点の合計値を視点にするものよりも、一歩深く自己受容を捉えていると考えられる。

張(1993)は、日本と中国の中学生、高校生と大学生を対象とした自己観研究をおこなった。日本人群では、肯定的自己認知的自己受容と否定的自己認知的自己受容得点が、男性群、女性群ともに高校生群と比較して大学生群が自己受容的であった。この傾向は女性でより顕著であった。これに対して、中国人群では、男女とも肯定的自己認知的自己受容得点において、中・高校生群と大学生群に有意差が見いだされなかった。否定的自己認知的自己受容では、両性とも、大学生群のほうが有意に低い得点を得て、自己受容的でないと結果を得た。否定的自己認知的自己受容度にあられた結果は、その他の研究で見いだされた青年期の自己受容性の量的変容経過と異なる。このような結果が、どのような発達の社会的理由から生じたのかの考察はおこなわれていないが、今後明らかにしていく必要がある。

3.5 成人期以降

a. 成人期から中年期

人は、青年期までは、周囲に見守られながら成長する。成人を迎え、社会に出ると、自分のことだけでなく、自分が果たす役割に対して多くの要求を経験するようになる。親密な人的結びつきが形成され、その後維持されていく。そして、家庭、職場や地域において自分の年齢に応じた役割を演じるようになるとともに、周囲

からの役割期待といったプレッシャーを受けることもある。成人は、行動する適切なタイミングを意識し、自分の行動が時期に適したものか否かを考える。このことが自己観にも影響していく。青年期は自我同一性の確立が発達課題になる。これに対して、White (1966) は、成人期の成長に向かう5つの傾向の1つに、自我同一性の安定化をとりあげている。

中年を迎えるようになると、①自分とはなんだろうか、残された寿命(定年という社会的寿命を含む)のなかで何ができるのかという「疑問」、②子育ての疲れ、そして、子ども成長や自立、子どもの巣立ち、③親の病気や死への心配や恐怖感、④友人・知人の病気や死、⑤配偶者との関係、⑥自分自身の身体的問題に起因する悩み、⑦急激な社会変化への適応力の低下、⑧仕事内容の変化に必要な技能不足、などの問題が生じてくる(板津, 2007)。これらの問題に対して、若い頃のように失敗や試行錯誤が許されない、失敗すれば自分が責任を負うだけでなく、周囲にも迷惑をかけることがある、さらに、適切な助言を与えてくれる人も減ってくるというように、決断するにも難しい立場におかれるようになる。

この時期の課題として、高橋(2000)は、①自己の限界を見定めること、②人生には努力だけでは生まれない結果もあるし、それでも自分のこれまでにやってきたことを肯定しようという態度を受け容れていく、③残りの人生で、自分にはできないこと、自分にしかできないこと、その制限の中でぜひやっておきたいことを整理することをあげている。①や②は、今ある自己を受容することの大切さを説くものである。

この発達段階を対象とした自己受容研究に、Ryffら(1994)がある。215人の中年の親にイン

タビュー調査をおこない、自分の子ども(成人)の現在の適応性は、父母の心理的健康度(たとえば、自己受容、環境(状況)の把握、人生態度)と有意な関連が認められること、子どもを自分自身よりもより適応的であるとみている親は、心理的に健康ではなかったなどの結果を報告している。

b. 老年期

老年期と自己

Erikson は、成人期後期(老年期)の課題に自我の統合を設定し、この課題解決に機能するのが知恵(wisdom)であるとしている。小口(1988)は、この知恵の成立が自己受容する過程であると説明している。このほか、北村(1988)も、高度な自己受容の境地は、人生の諸経験を経たのちに達成されると述べている。

Newman らは、老年期の心理社会的危機としての「統合 vs 絶望」を乗り切るために、「新しい役割の確保」、「ライフサイクルの最後の時期として、それまでの人生をいかに評価し、受け容れることができるのか—自己の人生の受容」、「死に対する見方の発達」の3点を提起している。

「新しい役割の確保」では、この時期、子どもの自立による親としての役割、退職などの役割を喪失しても、一方で、祖父母としての役割、地域活動の組織づくりをするというように、自分ができる新しい役割を獲得していくことにスムーズに移行できるエネルギーが必要になる。

「老年期をライフサイクルの最後の時期として、それまでの人生をいかに評価し、受け容れることができるのか」という課題は、これまでの、そして、今ある自分自身を受け容れることができるかどうかの問題である。青年期から中年期頃に抱いていた、こうありたいという「夢」

や「希望」を、この時期になって振り返ると、十分にはかなえられなかったと思う人もいるだろう。これまでに経験してきたすべての人生ドラマをあるがままに受容することによって、初めて「統合感」を得ることができると Newman らは述べている。そして、「統合感」にとって重要であることは、これまでの人生そのものよりも、その人生をどう評価できるのかという資質として、「柔軟な思考様式」、「開放的な性格」、「知的複雑さ」を挙げている。

老年期は、「生」と「死」との間で揺れ動く不安定な時期である。特に「死」は、恐怖や不安を伴いやすいために、一般に心理的ストレスを高めているといわれる。人生をあるがままに受け容れることは、「人生」には「死」が含まれていることをも受け容れることである。モラトリウムからの脱皮によって、青年期の同一性の確立を図ったように、老年期の自我・自己の確立も「死」を「生」あるものの自然な成長の過程として受け容れたときに、始めて可能になる。Jersild (1955) も、自らを十分に受け容れている人は、死ぬものとして、自らを受け容れているのである。もっともよく生きることが出来る人は、もっともよく死に備えている人であると述べている。「死の受容」は、自己受容と関連するとともに、自己受容の延長線上にあるといえるだろう。

老年期における発達の可能性は、それまでの時期でのものよりも狭くゆっくりとしている。しかし、この時期に至るまでにさまざまな経験を重ね、自分の生涯を一つの全体として回顧することで、周囲にいる人やできごとを受容し、そして、高いレベルで自己の尊厳を自覚し受容が実現できる可能性をもっている。Newman らは、この時期の発達課題である「統合 vs 絶望」

という葛藤は、個人的内省により自己を受容できる態度を達成する過程であるとまとめている。

老年期の自己観、自己概念や自己受容に係わる研究

Newman らは、Moore (1975) や Riley & Foner (1968) を根拠に、一般に老人は若い人よりも自分自身を肯定的に感じていると述べている。草野 (2010) は、自己概念は加齢により変化するものではなく、個人の生き方によること、身体の衰えや配偶者との死別体験は未来や生きることに否定的につながることで、男性は戦争や退職のライフイベントが自己概念に密接に関わっていることを見いだした。そして、高齢者のさまざまな自己概念を支えているのは、家族や友人との親密な関係と、自分が表現できる場があるかとまとめている。

藤田 (1989) は、Bengtsson (1985) で紹介された諸研究の結果を整理して、高齢者の自己概念は、グループの平均値の視点からは加齢による変化があるが、被検者個人の相関値の視点では、ほとんどすべての値が安定していると述べている。そして、グループ平均値の変化は、年齢層全体が加齢の影響とともに、時間の流れの中で個人の変化も予測させる、老年期の自己形成とそれ以前の自己形成とは密接に影響していることを示しているとまとめている。老年期の自己観は、この時期までの自己観形成過程に続くものであり、それが自己概念を安定させたり、変容させたりもする。

森 (2004) は、高齢者の生活の場との係わりについて調査をおこない、施設高齢者は過去を振り返る傾向にあり、在宅高齢者は現在の役割を自覚している人が多いこと、加齢の影響は、高齢者全体としては顕著でなかったと報告して

いる。藤田の過去の研究概観や森の報告などからは、「加齢」そのものが、自己概念に否定的な影響を与えていないといえるだろう。

自己受容性に係わる研究として、Ryff(1989a)は、中年男女と高齢者男女を対象に、心理的健康に概念(捉え方)を問うインタビュー調査を実施した。質問項目は、現在の生活評価、過去の生活経験、健康の概念と今後の老いの過程をどのように捉えているのかについてであった。そして、高齢者群は、受容しながらの変化を重要視していたのに対し、中年群では、自信、自己受容、自己認識を重要視すると結果を得ている。Ryffは、別の研究で、健康的な加齢にあたり、自己受容、他者との肯定的・積極的な係わり、自律性、環境(状況)の把握、人生の目的や個人成長をあげている(Ryff, 1989b)。

4. 発達領域に係わる自己受容性研究の課題

これまでの自己受容性研究は、1)測定法に関する研究、2)発達過程や社会的適応性などとの係わりについての研究などがおこなわれてきた。そして、2)の中心課題は、1)の研究結果を踏まえた研究対象者の、今あるいは特定状況下の社会的適応性などとの関連を明らかにすることであった。社会的適応性との関連に関心をもつ研究者は、もっぱら、これを対象とし、発達過程を明らかにしようと実証研究を試みる研究者も同様であった。以下に、本稿に取り上げてきた諸研究の研究手法や得られた結果などを踏まえて、発達領域に係わる自己受容性研究の課題について検討していく。

発達研究を進めていくにあたっての課題

自己受容性と社会的適応性を問う際も、研究

対象(主として青年期)の研究時点での状態だけでなく、それまでの時間的発達の流れのなかで、どのような生活経験に影響されて現在の状況が形成されてきたのかも明らかにしていく必要がある。そして、時間的経過にともなう量的な変化などだけでなく、自己受容が、いつ、どのような経験に影響されて、どのように変化して安定するのか、不安定な状態になるのかという視点で、自己受容の時間的変化の過程を実証的に説明していく必要がある。これまでの自己受容性研究は、自己受容に至る過程でなく、結果としての自己受容度を測定していたと考えられる。特に、高齢者を研究対象とした場合は、これまでの生活経験の蓄積があつて現状に至っている過程を考慮していく必要がある。

また、異なる発達状況にあるグループ比較をする研究では、比較的データを得やすい横断的研究が中心になっている。この横断的研究に指摘される問題点に生活経験が時代によって異なることがある。被検対象が同じ発達時点での生活経験の質や内容が異なる可能性をもっている。追跡研究は難しいが、できるだけ同一被検者の時間的な変容過程を検証していく手法を積極的に用いていくことが望まれる。その場合も、ただ時間的な変化を追うだけでなく、時系列間にどのような経験を重ね、その経験がどのような影響を及ぼしているかを検証していく必要がある。

質問項目の理解に関連して

研究対象の自己評定でもって自己受容度を捉えようとする発達の研究では、質問内容の理解力、自分自身の内面を冷静に問い判断できる能力や自己表現力などが、ある程度まで発達していないと信頼できるデータ収集が難しい。

これまでにおこなわれてきた自己観、そのな

かでも自己受容性に関する発達研究は、質問項目を理解し、自分自身をある程度客観的に見て評定できるようになる児童期終わり頃（小学校高学年頃）以降のものが中心であった。自己受容性の起源や形成過程を検証していくためには、これ以前の幼児や児童などを対象にした検証、逆に高齢の人たちの状況を明らかにしていく必要がある。これらの年代層を対象とする場合は、対象者が質問文に答えたり、自分自身を見つめながら文章などに記述したりすることが困難な場合がありうる。そのような場合は、自己評定法に代わるものとして、周囲にいる大人たちが対象児の発言や行動内容から自己受容の状況を把握するといった方法をとることになる。このような手法を用いている場合は、発言や行動内容をどのように分類していくのか（分類基準設定の問題）、分析者は主観性を排除した内容分析や整理が望まれる。

自己受容を捉える観点に係わる課題

従来の自己受容性の発達研究では、自己受容度の合計点だけではなく、自己をいくつかの領域に分けて、領域ごとの受容度や多変量解析法を用いて抽出された因子構造をもとに、構成因子ごとの得点を算出して自己受容についての検討をおこなってきた。筆者は、自己受容は、単純に領域や構成因子を合算したものではないとの考えから、領域ごとの受容度や構成下位因子（下位尺度）の視点だけでなく、自己受容のバランス状態も視点・指標に加えることを提起している（板津，1989）。このような視点を含めて自己受容性の発達過程についても検証していく必要がある。

このほか、山田・岡本（2006）は、既存の自己受容尺度で測定していた、「自分自身の判断による自己受容」のほかに、「他者の視点を想定し

た時の自己受容の自己認識（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）」という2種類の観点を提唱している。「他者に受け容れられるという体験が安心感を生み、それが自己受容につながっていく」ことが自己受容の起源と考えられている。これより、他者との係わりの中で感じられる被受容感から、自分は他者に受け容れられるに値するという感覚が基準になる「他者の視点を想定した時の自己受容の自己認識」から自己受容を捉えていくことが、自己受容研究、特にその発達の研究において有効になるであろう。

高齢者を研究対象とする際の考慮点

自己受容性をはじめとする自己観研究に限定されることではないが、高齢者を対象とした研究をおこなう際には、①この時期の人たちの心身の状況、その衰えの個人差の大きさをどのように扱うのか、②まだ自分自身を「老いた」と実感しない、あるいは、認識していないような人をも対象としてよいのかという問題が生じる。他者から見ても、「老人」とみなす年齢に幅があることが報告されている（山本，1991）。また、Streib（1968）は、60歳以上の成人に関する4つの研究のなかで、大多数の被検者が自分自身を老人としてよりも中年と認知していることを見いだしている。さらに、Kanahaら（1980）は、大多数の人が自分自身を老人として認知していないことをあきらかにしている。周囲の人が捉える老人と、高齢者の老いの自覚は、必ずしも一致していない。このような状況から、高齢者を対象とした発達研究では、「老いとは何か」、「加齢とは何か」をあらかじめ明確をせずに、心身状況や社会的活動に個人差がある人たちを年齢などの指標で一括りすると、被検者の協力を得ること、そして、被検者から得られる

データの取り扱いに難しさが生じる可能性がある。このうち、①については、グループ間の比較よりも、個人間の時間的変化に注目していくことで問題が解決されていくと考える。

注

Self-acceptance の訳語として、自己受容以外に自己許容が用いられることがある (北村, 1979)。

参考・引用文献

- Bills, R. E., Vance, E. L. & McLeans, D. S. 1951 An index of adjustment and values. *Journal of Counseling Psychology*, **8**, 140-146.
- Branden, N. 1987 *How to raise your self-esteem*. New York: Bantam Books.
- Carlson, R. 1965 Stability and change in the adolescent's self-image. *Child Development*, **36**, 659-666
- 張日昇 1993 青年心理学 一 中日青年心理的比較研究一 北京師範大学出版社
- Combs, A. W. & Snygg, D. 1959 *Individual behavior*. New York: Harper. (友田不二夫・手塚郁恵訳 1970 人間の行動 一 行動への知覚的なアプローチ(上・下), 岩崎学術出版社)
- Crowne, E. L. & Stephens, M. W. 1961 Self-acceptance and self-evaluation behavior; A critique of methodology. *Psychological Bulletin*, **58**, 104-121.
- Dignan, M. H. 1965 Ego identity and maternal identification. *Journal of Personality & Social Psychology*, **1**, 476-483.
- Elson, M.(ed.) 1987 *The Kohut seminars on self psychology and psychotherapy with adolescents and young adult*. Norton & Company. (伊藤洸 (監訳) 1990 コフト心理学セミナーI 金剛出版)
- Engel, M. 1959 The Stability of the self-concept in adolescence. *Journal of Abnormal & Social Psychology*, **58**, 211-215.
- Erikson, E. 1950 *Childhood and society*. Norton. (仁科弥生 (訳) 1977/1980 幼児期と社会 I・II みすず書房)
- Erikson, E. 1959 *Psychological issues identity and the life cycle*. International University Press. (小此木啓吾(訳編) 1973 自我同一性 一 アイデンティティとライフサイクル一 誠信書房)
- Fosdick, H. E. 1943 *On being a real person*. New York: Harper. & Brothers
- 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 1993 自己受容性と自我同一性、自我状態、フラストレーション・トランスとの関わりについて 学生相談研究, **14**-1, 11-21.
- 板津裕己 2007 こころの健康の基礎理解 教育新聞社
- Jahoda, M. 1958 *Current concept of positive mental health*. New York: Basic Books.
- Jorgensen, E. C., & Howell, R. J. 1969 Changes in self, ideal-self correlations from ages 8 through 18. *Journal of Social Psychology*, **79**, 63-67.
- Jersild, A. T. 1955 *When teachers face themselves*. New York: Bureau of Publications. (船岡三郎訳 1975 自己を見つめる 不安の解決と共感 創元社)
- 梶田叡一 1980 自己意識の心理学 東京大学出版会
- 柏木恵子 1978 パーソナリティの発達 安倍北夫・島田一夫 (編) 現代教育心理学 Pp.39-51. プレーン出版
- 加藤隆勝 1962 青年期における自己受容と自己批判の年齢的変容について 岐阜大学学芸学部研究報告, **11**, 83-89.
- 加藤隆勝 1977 青年期における自己意識の構造 東京大学出版会
- 加藤隆勝 加藤 厚 1988 青年の性格形成 西平直喜・久世敏雄編 青年心理学ハンドブック Pp. 305-325. 福村出版
- Katz, P. & Ziger, E. 1967 Self-image disparity: A developmental approach. *Journal of Personality & Social Psychology*, **5**, 186-195.
- 北村晴朗 1978 自我および自己 北村晴朗(編) 総説人間の心理 Pp.140-147. 南窓社
- 北村晴朗 1979 新版自我の心理 誠信書房
- 北村晴朗 1983 希望の心理 一 自分を生かす一 金子書房
- 國分康孝 1979 心とこころのふれあうとき 一 カウンセリング技法をこえて一 黎明書房
- 草野加奈未 2010 高齢者の自己概念の研究 佛教大学大学院紀要 (教育学研究科篇), **38**, 19-35.

- 村田孝次 1994 生涯発達心理学入門 培風館
- Newman, B. M. & Newman, P. R. 1984
Development through life. (3 rd. ed.) Dorsey. (福富
譲 (訳) 1988 新版生涯発達心理学 —エリクソ
ンによる人間の一生とその可能性— 川島書店)
- 小口忠彦 1988 学習心理学の応用 日本放送出版協
会
- 恩田 彰 1983 人生周期と創造性 小口忠彦編 人
生周期と発達過程：ライフサイクルの心理学 Pp.
159-181. 明治図書
- Piers, E. V. & HarissD. B. 1964 Age and other
correlates of self-concept. *Journal of Consulting
Psychology*, **12**, 153-163.
- Ryff, C. D. 1989a In the eye of the beholder:
Views of psychological well-being among
middle-aged and older adults. *Psychology &
Aging*, **4**, 195-210
- Ryff, C. D. 1989b Beyond Ponce de Leon and life
satisfaction : New directions in quest of successful
ageing. *International Journal of Behavioral
Development.*, **12**, 35-55.
- Ryff, C. D., Lee, Y. H., Essex, M. J. & Schmutte, P.
S. 1994 My children and me: Midlife evaluations
of grown children and of self. *Psychology &
Aging*, **9**, 195-205.
- 関根正明 1991 子ども受容のすすめ 学陽書房
- 高垣忠一郎 1974 TST にあらわれた反応の心理的
負荷について 京都大学教育学部紀要, **20**, 207-227.
- 高垣忠一郎 2008 自己肯定感てなんやろう? かも
がわ出版
- 高橋祥有 2000 中年期とこころの危機 日本放送出
版協会
- 上田吉一 1969 精神的に健康な人間 川島書店
- 上田吉一 1988 人間の完成 —マズロー心理学研究
— 誠信書房
- Vits, P. 1985 *Psychology as religion: The cult of
self-worship*. Grand Rapid : Eerderman Publishing.
- Walter, T. 1976 *Love yourself*. Downers Grove:
Inter-Varsity Press. (狩栖健太郎 (訳) 1985 自分
自身を愛する すぐ書房)
- Wandberg, R. 2002 *Self-Acceptance: Building
Confidence*. Mankato: Life Matters.
- Wylie, R. C. 1974 *The self-concept volume 1*.
Lincoln: University of Nebraska Press.
- 山本慶裕 1991 高齢者に対する偏見の考察 立山竜
彦 (編著) 高齢化社会の諸問題 Pp.215-232. 東海
大学出版会
- 山田みき・岡本祐子 2006 現代青年の自己受容—自
己における自己受容と他者を通しての自己受容の観
点から— 広島大学大学院教育学研究科紀要, **55**,
339-348.
- 吉川房枝 1960 青年期における自我の形成 教育心
理学研究, **8**, 26-37.