

本来感研究の動向と課題

The Trend and Issues of Research on Sense of Authenticity

折笠 国康* 庄司 一子***

Kuniyasu ORIKASA Ichiko SHOJI

The sense of authenticity, that refers to one's sense of being true to one's core self, was showed a significant positive influence on psychological well-being. The sense of authenticity is involved in the recently researches as indicators of psychological well-being. But research on sense of authenticity is still scarce inside of Japan. The purpose of this article is to review the research on sense of authenticity and to examine the movement of the study and its future directions expected hereafter. The issues and the direction of sense of authenticity studies, the possibility for assessment of sense of authenticity and educational services in future are discussed.

はじめに

いじめや不登校、特定のキャラ(土井¹⁾)を演じるなど、生徒にとって昨今の学校現場は本来の自分らしさを抑えて生活する場であるという実態がうかがわれる。宗像²⁾は、本来の自分らしさに基づく行動の重要性を人間の幸福や健康という立場から論じている。その中で、教師や多くの親は口では子どもたちの自立を望みながら、学校や企業にそつなく適応できるように、規則に従い常識から逸脱することがないようにとしつけを行い、自分の内なる要請よりもまわりの期待に沿うことを優先する「いい子行動」を身につけさせるものであると指摘している。これは、河村³⁾が言うところの「管理型」の学級と符合すると考えられる。すなわち、教師による管理型の指導では、教師が一斉にルールを示したあと、ルールに照らして動くことが生徒に要求され、この様式に適応しない生徒は承認感の認知を阻害されることとなる。教師の示すルールは実際の生徒の生活上の益をもたらすとは限らない可能性や、教師の指導行動が画一的に教師特有のピリーフに基づくものであるということである(河村⁴⁾)。河村³⁾は、現在においても中学校では依然として管理型の学級経営が中心となっていることを明らかにしている。すなわち、多くの中学生が管理型の学級に在籍し、ストレスフルな環境の中で自分らしさを抑えて生活し、宗像²⁾の示すいい子行動を演じている可能性が考えられる。本来望まれる教育環境

* 幼児教育学科

*** 筑波大学大学院人間総合科学研究科

とは、新井⁵⁾が示すように、親や教師のしつけを子どもが受容しながら、それに受動的に従うのではなく、自分の感じ方や考え方を加え、自分なりの判断や行動が行える環境であると考えられる。今後はこれまでの管理型教育の価値意識を見直し、管理型からの脱却を目指すことが重要な視点になると考えられる。

こうした「いい子」の特性に関して、宗像⁶⁾は「自己抑制型行動特性」と定義した。すなわち、いい子は「周りの人との関係の中で、自分の肩を持ってくれる人に気に入られようとして、自分の感情を抑えてでもその期待に応えようとする」(宗像⁶⁾)。これは自分らしさに基づく行動特性とは相反する。庄司・林田⁷⁾は、「いい子」傾向として「主張抑制」と「他者迎合」の2因子を抽出し、中学生のself-control、社会的スキル、ソーシャルサポート、対人関係満足度との関係を検討した。その結果、「いい子」傾向が高い者は児童期以降も外的基準によるself-controlを続け、社会的場面において、外的報酬が得られ、また他者からの拒否や非難を避けるために他者に迎合的にself-controlを行い、社会的スキルを用いることを明らかにした。

こうした本来の自分らしさとは相反する行動の負の影響を示す見解がある一方で、伊藤・小玉⁸⁾は自分自身の感情や意向に素直でいられることの心理的な正の機能に着目した。伊藤・小玉⁸⁾はこの中で近年のポジティブ心理学研究を概観し、Seligman⁹⁾が注目したwell-beingに寄与する個人的資質(positive traits)のひとつとして“authenticity”をあげている。“authenticity”とは「本来性」と訳され、Seligman⁹⁾は自身や他者に対して嘘偽りなく振る舞っていることを意味する純粋性(genuineness)、あるいは率直性(honesty)と同義と捉えている。また、Rogers¹⁰⁾のもっとも適応的に生きる人間像を概念化した「十全に機能した人間」を反映する資質としての本来性の感覚(felt authenticity)も示した。伊藤・小玉¹¹⁾は、Gecas¹²⁾の指摘する「人間が志向する自己についての動機づけ(Self-motive)」として3つの感覚、「自尊感情」「自己効力感」「本来性の感覚(Sense of Authenticity)」に注目し、これらの感覚を感じられていることでwell-beingが促進されることに着目した。この本来性の感覚(Sense of Authenticity)を「本来感」と呼び、本来感を他者からの評価によらない自己内価値基準として「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、「自分らしくある」という本来感を感じ取れていることが人のwell-beingに促進的な影響を及ぼすことを明らかにした(p.81)。具体的には自尊感情と類似の概念である本来感が高いほど、抑うつ、不安、人生に対する満足、心理的well-beingに強い影響を与え、自律性に対して正の影響を与えることを示した。以降、本論文の本来感の定義もこの伊藤・小玉¹¹⁾に準じていく。

このように本来感は、これまでの心理学的研究において適応や心理的well-beingの指標としてよく用いられ、「自分らしさ」「ありのままの自分」をキーワードとする自尊感情、自己受容、自我同一性などの概念との類似性が推測される。また、自分らしさの感覚である本来感の適応に対する正の影響を考えたとき、本来感は注目するに値する概念であると考えられる。これが

明らかになれば、昨今の学校現場で起きている不登校やいじめなどの問題行動の予防、教師による管理型の指導による生徒へのネガティブな影響を防ぐ手がかりが得られると考えられる。

そこで、本論文は現在までの本来感に関わる研究を概観し、自尊感情、自己受容、自我同一性など「自分らしさ」「ありのままの自分」をキーワードとする本来感と近接する概念との相違、関連性を確認し、それらの関係性を整理することを目的とする。さらに、考察では今後の本来感研究の課題と方向性、学校現場での本来感を育てる指導の方向性、および諸問題の予防解決的な方向性の提言を行うことを目的とする。

I 本来感の近接概念との関連

1 自尊感情との関連

James¹²⁾は、自尊感情を自己評価の感情としてとらえ、成功を願望で除した等式で説明している。すなわち、自尊感情の高さは等式左辺の分子である成功を大きくし、分母である願望を小さくするといった心的状態で決定するということである。こうした、自尊感情の成功と願望のみに依存する関数としての扱いや考え方とは異なる立場の見解がある。例えば近藤¹⁴⁾は、このJames¹⁵⁾により概念化された自尊感情は、あくまでも他者との相対的な比較を基にした社会的なものであることが特徴的であるとして、James¹⁵⁾の自尊感情の捉え方に異議を唱えている。これは、Rosenberg (1965) が示した社会的な基準での“very good”という自尊感情と、個人の自己内価値基準による“good enough”という自尊感情を区別した見解に端を発しており、Rosenberg¹⁶⁾と同様に後者を真の自尊感情であると指摘している。このRosenberg¹⁶⁾の示す自尊感情について遠藤¹⁷⁾は、社会的な基準での自尊感情を“とてもよい (very good)”、個人の自己内価値基準による自尊感情を“これでよい (good enough)”と解釈し説明している。また近藤¹⁴⁾は、James¹⁵⁾のいう成功と願望の関数としての自尊感情を他者との比較や優劣で決まる、条件つきで相対的な感情とみなし、これを「社会的自尊感情」として自尊感情の一部として整理した。さらに、無条件で絶対的な感情である「自分は生きていてよいのだ」「自分の存在には何の不安もない」といった感覚による、比較や優劣とは無縁に、理由もなく絶対的、根源的な思いとして自分はこのままでよいのだと思える感情を「基本的自尊感情」と呼び、社会的自尊感情とは根本的に異なるものであると指摘している。伊藤・小玉¹¹⁾は本来感を「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」と定義する。この本来感のとらえ方は、基本的自尊感情に近接する概念であると考えられる。

鈴木・小川¹⁸⁾は、自尊感情が高いことは自分勝手に自己中心的になってしまうことがあるという指摘をしている。また楡木¹⁹⁾は、自尊感情が高い中学生は反社会的逸脱へのあこがれが強いという報告をしている。こうした高い自尊感情は近藤¹⁴⁾が示す2つの自尊感情から理解する

ことができる。すなわち、自分を無条件に受け入れるという意味の基本的自尊感情と、他者との比較や競争によって高められる社会的自尊感情の2つの自尊感情からとらえる必要がある。近藤¹⁴⁾はバランスのとれた自尊感情とは、本来感的な意味合いの強い基本的自尊感情の土台のもとに、その土台の大きさに応じた社会的な自尊感情が形成されている状態であるとしている。遠藤²⁰⁾が示すように、自己を認知する際の枠組みは、他者認知においても用いられることを考えれば、近藤¹⁴⁾が示すバランスのとれた自尊感情を持つことは、他者に対してもその存在を尊重した態度を持つと考えることができる。

また、自尊感情の概念的な見直しとして、Deci & Ryan²¹⁾は自己価値の感覚が外的な基準に依存している随伴性自尊感情 (Contingent Self-Esteem) と、自己価値の感覚が社会的な成功や失敗に依存しておらず、自分が自分でいられることから自然に得られる真の自尊感情 (True Self-Esteem) とを区別することの重要性を示唆している。

Kernis²²⁾は高い自尊感情には適応的なものと不適応的なものがあると考え、安全な自尊感情 (Secure Self-Esteem) と脆弱な自尊感情 (Fragile Self-Esteem) を区別した。同時に、安定的な自尊感情 (Stable Self-Esteem) と不安定な自尊感情 (Unstable Self-Esteem) とを区別し、最良の自尊感情 (Optimal Self-Esteem) を概念化した。最良の自尊感情とは特定の課題や他者の評価に影響を受けることなく、中核的な自己によって自身が機能している感覚から得られ、その重要な性質の一つとして本来性 (Authenticity) があげられている。すなわち、外的基準ではなく自分が自分らしくいることで感じられる自尊感情である本来感 (伊藤・小玉⁸⁾) は、Deci & Ryan²¹⁾の本当の自尊感情 (True Self-Esteem)、Kernis²²⁾の最良の自尊感情 (Optimal Self-Esteem) と極めて近いものであると考えることができる。

このように、本来感の本当の自尊感情と言い換えることも可能であると考えられる。例えば伊藤・川崎・小玉²³⁾は、本来感を自分らしくいることで自然と生起する本当の自尊感情の変数 (p.562) として扱っている。しかしながら、伊藤・小玉²⁴⁾は、本来感の意味するものは自分らしくある感覚を指すのであり、本当の自尊感情は自分らしくあることによって、自然と湧き起こる自己価値の感覚であるとして、本来感と自尊感情は厳密には区別される概念である (p.223) としてそれぞれの違いを示している。

本来感の概念には、自分なりの満足感や自己内価値基準を共通のものとする本当の自尊感情 (Deci & Ryan²¹⁾)、基本的自尊感情 (近藤¹⁴⁾)、最良の自尊感情 (Kernis²²⁾) が含まれると考えられる。Rosenberg¹⁶⁾による自尊感情の区別をもとに、これまでの本来感や先行研究で示される自尊感情の関連を整理するため、遠藤¹⁷⁾の示した自尊感情の弁別本来感を追加しTable 1のようにまとめ整理した。

Table 1 自尊感情の区別と本来感の関連(遠藤、1992 a をもとに作成)

内容的意味	含まれる概念	関連研究
とてもよい (very good)	完全性 優越性 社会的比較	随伴性自尊感情 (Deci & Ryan, 1995) 社会的自尊感情 (近藤、2010)
これでよい (good enough)	自分なりの満足感 自己内価値基準	本当の自尊感情 (Deci & Ryan, 1995) 基本的自尊感情 (近藤、2010) 最良の自尊感情 (Kemmis, 2003) 本来感 (伊藤、小玉、2005)

2 自己受容との関連

伊藤²⁵⁾は、自己受容の過程はセラピーにおける回復の指標の一つとしてとらえられ、自己受容をありのままの自己を好きになることと定義したRogers²⁶⁾のカウンセリング理論では、自己受容はセラピーの終極目標とされている。上田²⁷⁾は、これまでの自己受容に関する研究を概観する中で、Rogers¹⁰⁾が現実自己と理想自己の差異に着目し、この差異が小さくなることで適応的で自己受容的になることを示した従来のとらえ方に異議を示した。理想自己には社会的価値が強く影響を与えており、このような社会的な望ましさを内包する価値基準で自己受容はとらえることができないとした。さらに、自己受容は臨床心理学では特に重要な概念の一つであるが、その定義に確立されたものがないことを指摘し、Crowne & Stephens²⁸⁾の自己評価における満足の程度という自己受容の定義にも異議を唱えた。これは、分散による検定の結果から、自己評価が低くても自尊感情を高く維持している人の存在を明らかにし、真に自己受容的であるならば、たとえ自己評価が低くとも高い自尊感情を持ち続けることができると考えたことに由来している。

一方、自己受容と自尊感情の関連について、川崎・小玉²⁹⁾はパス解析により自己に対する受容的・肯定的な認知を持てることが自尊感情を支えていることを示した。また、遠藤³⁰⁾は自己受容が自尊感情に含まれる概念と位置づけたのに対して、伊藤³¹⁾は自己受容が社会的あるいは対他的な規範からは認められなくても“限界も含めてありのままの自分を受けとめることができる”という点において自尊感情を包括するものであるとの見解を示した。さらに伊藤³²⁾は、伊藤³³⁾により青年期に自己概念の高まりとともに自己の内面と他者や社会の眼を通した自己とがどちらも大きな意味を持つと考え、自己受容に関して社会的規範による評価次元(自分自身を社会的に“良い”と評価する受容)と、個人基準による感覚次元(自分で自分のことが“好き”と感じられる受容)の2つが想定されたことを示した。伊藤²⁵⁾は、自己受容という概念について、これまでの臨床的な定義を「評価なしにありのままの自己を受け入れること」とする見解を示したが、これは上田²⁷⁾の自己受容を「自分自身のいろいろな特徴を、あるがままに受

け入れる、あるいは受け入れない態度や感情である」という定義に符合したものと考えることができる。

このように、自分自身に対する価値判断を外部の基準や他者との比較によって行うのではなく、主観的に個人内の価値基準に重きを置くという意味において、Rosenberg¹⁶⁾による自分を“これでよい (good enough)”とする真の自尊感情や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である本来感と自己受容は近接の概念であると考えられる。それぞれの機能による違いを明らかにすることで、それぞれの差異をより明確なものとするのが今後の本来感研究の課題の一つであると考えられる。

3 自我同一性との関連

自我同一性の概念は、基本的にはErikson³⁴⁾によるところが大きい。その定義において自我同一性は一種の感覚 (sense) であるとしていることが、本来感の関連という意味で特徴的である (山田³⁵⁾)。本来性の感覚 (Sense of Authenticity) を「本来感」と呼び (伊藤・小玉⁸⁾)、伊藤・小玉⁸⁾により定義される本来感 (sense of authenticity) もまた感覚 (sense) を問う概念である。また、谷³⁶⁾は自我同一性を自分が自分であるという一貫性をもち、過去・現在・未来にわたって時間的連続性を持っているという個別的で主観的な自分自身が、周囲の人々から見られている自分自身や社会的関係のなかでの自分自身に合致しているという自信や安心感を意味すると説明している。さらに谷³⁷⁾は、自我同一性の背後に、精神内に中核をなし内的な層を構成する「中核的同一性」と、社会的な側面の強い外的な層を構成する「心理社会的自己同一性」という2つの同一性を想定した。この中核的同一性と本来感の関連は近接したものであると考えられる。しかし、潜在変数としての中核的同一性と心理社会的自己同一性との両変数間には.70という高い相関が示されていること、また中核的同一性は自己斉性・連続性と対他的同一性の背後の潜在変数として存在していることから、社会的な基準によらない本来感との概念的な違いがうかがわれる。

伊藤・小玉⁸⁾は自我同一性を「何らかの意味ある社会的活動や集団にコミットすることで得られる自己確立の程度と定義し本来感と自我同一性 (遠藤³⁸⁾ ; Erikson³⁹⁾) が類似した概念であることを踏まえ、その概念的な差異を次のように示している。確かに自我同一性と本来感はどちらも「自分らしさ」という言葉で表現されるような、自己の感覚を含んでいる点では共通している。しかし、自我同一性と本来感の相違点としては、自我同一性の中核には社会生活における自己の役割や意味での自己意識・自己概念の確立という認識的な要素があり、本来感はそのような社会的な意味づけを必ずとも必要としない「自分らしさ」という感覚的要素が概念の中核にある点で異なっている。具体的には、自我同一性とは社会の中において「私は〇〇である」という社会的な文脈において自己が位置づけられていることによる自分らしさの感覚であ

り、本来感はそうした社会的な文脈を超えて、より直接的に「私は私である」と感じられるものであるとすることで概念的な相違をまとめている。

II 本来感研究の概観

1 本来性と本来感

Kernis²²⁾は、特定の課題や他者の評価に影響を受けることなく中核的な自己によって自身が機能している感覚から得られる最良の自尊感情 (Optimal Self-Esteem) の重要な性質の一つとして本来性 (Authenticity) をあげた。伊藤・小玉⁴⁰⁾は、Kernis²²⁾により行動面から定義されている本来性を「人が人らしく、本当のその人を生きているというあり方」を言葉で表現したものであるとし、本来性と本来感に関わる先行研究を概観する中で、「その人らしくあること (本来性)」と「その人がその人らしくあると感じていること (本来感)」が区別されていないことに言及している。また、その人がどの程度自分らしくあると思っているのかという本来感は、回答者に主観的感覚を問う質問項目によって測定ができるとしている (p.41-42)。

さらに、本来性に関して伊藤・阿部⁴¹⁾は、大学生を対象とした研究の中で、自分の感情に気づいていられること (気づき)、感情や認知を歪めないこと (歪みのない処理)、自身の意志に率直に行動すること (行動)、親密な関係で自分を偽らずにいられること (関係) の4側面の行動面から本来性目録として捉えられていることを示している。この本来性を行動面などに分類せずに全体の感覚としてその感覚面からとらえたものが、伊藤・小玉¹¹⁾が示した本来感である。伊藤・阿部⁴¹⁾において、本来感は本来性と中程度の相関にあり、どの本来性下位尺度との相関係数よりも強い相関関係であったことを示した。つまり、本来性の特定の要素よりも全般的な本来性と最も強い相関が見られたことは、本来感が全般的な感覚を表す指標であるという概念的な位置づけに一致している。本来感と本来性の下位尺度の相関では、気づきとの関連が最も強く、本来感の感覚水準に最も近いためであると考察されている。さらに、本来感と本来性はともに抑うつと負の相関関係が見られ、精神的健康との関わりがあることが確認されている。

本来性と本来感に関連した大学生を対象とした調査には阿部・伊藤⁴²⁾もある。調査の結果、本来性と随伴性自尊感情、自己価値の随伴性は負の相関を示した。特に、本来感および本来性の下位尺度である自分の意志に率直に行動できることと、自己価値の随伴性の下位尺度である関係性調和や他者からの評価の領域の随伴性との間に関連があることを示した。考察において、自分らしさを感じていたり、それを行動で体現できていたりすることは、他者との関係性において自由でいることにつながっていることを示唆している。

2 自尊感情と本来感研究との関連

本来感研究において、本来感は自尊感情の適応的な一面であるとする考えが主流であるが、Rosenberg¹⁶⁾によって示される尺度によって測られる自尊感情と本来感に関連する研究は、これまでの本来感研究の中でもその数が最も多い。

伊藤・小玉¹¹⁾は本来感を実証的に取り上げ、大学生を対象に自尊感情と共に本来感が主観的な幸福感とwell-beingに与える影響を検討した。分析の結果、主観的幸福感とwell-beingに対して、本来感と自尊感情はともに促進的に影響を与えていることを示した。しかし、伊藤・小玉¹¹⁾は、この結果は両者が同様の概念であることを意味するものではないと述べている。そうではなく、「やや高い相関関係にある本来感と自尊感情において、well-beingの高次因子に対しそれぞれが有意な影響を与えていたことは、本来感と自尊感情のもつそれぞれの性質を統制した独自の性質がwell-beingを促進させていることを意味する。」(p.81)と結論づけている。また、心理的well-beingに対して、本来感の方が自尊感情よりも強く影響していたことから、本来感が自尊感情と比較してより適応的性質を有している可能性を示した。また、well-beingの下位尺度のうち本来感と自尊感情のそれぞれが共に同程度の影響を与えていたのは、抑うつと人生に対する目的であった。一方、不安、人格的成長、積極的な他者関係に対しては本来感のみが影響を与えていた。具体的には、不安・人格的成長・積極的な他者関係と自尊感情との間で見られた相関関係は自尊感情が含んでいる本来感の成分によるものであり、本来感を統制すると自尊感情はこれらのwell-beingに対して影響を持たないことを示した。この結果を伊藤・小玉¹¹⁾を参考にTable 2に示した。同様に、自尊感情と自律性との正の相関関係も、自尊感情と共変動する本来感の成分によるものであり、本来感を統制すると自尊感情は自律性を低下させると解釈されている。一方、人生に対する満足と本来感との相関関係は、本来感と共変動する自尊感情の成分によるものであると解釈されている。

伊藤・川崎・小玉²³⁾では、大学生の主体的な自己形成として自律性、可能性追求意識、現状改善意識を取り上げ、これらに影響する内的要因として本来感、自己価値の随伴性、自尊感情を検討した。その結果、本来感と自己価値の随伴性は負の相関を示した。これは本来感と自己価値の随伴性は逆の方向性を持つ概念であることから妥当な結果が得られたと考えられる。また、同様に自尊感情と自己価値の随伴性の間にも負の相関が示されたが、これは自尊感情の中の本当の自尊感情の成分(本来感に相当する成分)による影響であると考えられることで妥当な結果と考えることが可能となる。また、本来感、自己価値の随伴性、自尊感情が主体的な自己形成に与える影響について検討した。この結果から、自分らしくある感覚である本来感は自分の責任により選択していくこと、自己の新しい可能性へと踏み出そうとする意識、そして現状の自分を改善させていこうとする意識にとって重要な内的資源であることが示唆された。

榎本・稲本・松田・梅垣⁴³⁾は、内外の自尊感情研究を概観する中で、自尊感情を普段から一

貫して様々な状況を超えて時間的に安定が保たれている特性自尊感情と、個々の成功や失敗などの状況刺激によって高くなったり低くなったりする状態自尊感情とに区別する立場があることを紹介している。本来感が適応的な本当の自尊感情であるとするならば、その概念や定義から状況によって変動したりしない特性として考えることができる。特性的、状態的という視点で本来感について検討した研究がある。大学生を対象とした調査において、本来感と自尊感情の変動性の間には負の相関があることを明らかにした。また、阿部・伊藤⁴²⁾が示したように、自分らしくいられるという感覚が特性的な自尊感情と関連していることが明らかにされた。

総じて、単なる自尊感情の高低が適応に関する自己形成に結びつくのではなく、自尊感情と比較して本来感は適応に関する自己形成に対して正の方向により寄与し、本来感は特性的であることが示されている。

Table 2 本来感と自尊感情が各well-being に与える影響 (伊藤・小玉, 2005bをもとに作成)

		主観的幸福 感の低さ	抑うつ	不安	人生に対 する満足	
標準偏回帰係数	本来感	-.39*	-.22*	-.49*	.06	
	自尊感情	-.58*	-.32*	-.15	.60*	
		心理的 well-being	人格的成長	人生にお ける目的	自律性	積極的な 他者関係
標準偏回帰係数	本来感	.64*	.29*	.36*	.67*	.36*
	自尊感情	.28*	.18	.34*	-.23*	.19

* $p < .05$

3 本来感と学級適応、学級満足度の関連

現在、学校現場では依然いじめや不登校などの問題が深刻化している。本来感研究は始まったばかりであるが、本来感と学級適応、学校満足度の関連についての報告はいくつか見られる。これらの研究から、本来感を育てることが学校不適応の改善や予防の一端を担う可能性が示唆される。

長谷川⁴⁴⁾は伊藤・小玉¹¹⁾の先行研究から、高校生を対象として大学生で得られた結果が高校生でも再現されるかどうか検討を行った。また、長谷川⁴⁴⁾では、学校適応の検討も行われている。結果は、自尊感情がさまざまな適応指標に影響を与えており、自尊感情が高いほど、不安や抑うつが低く、人生における満足度が高く、積極的な他者関係を構築し、人格的な成長を示し、人生における目的意識が強く、学校満足度が高く、学校での孤立傾向が低いということが示されている。これに対して、本来感の高さもさまざまな適応の指標に対してポジティブな効果を持つことが示されている。具体的には、本来感が高いほど、不安が低く、人生満足度が高く、積極的に他者関係を構築し、自律性が高く、学校満足度が高いことが示されている。また、

自尊感情と本来感の結果の特徴的な違いは、自尊感情は自律性に対して影響を与えていなかったのに対して、本来感は自律性を高める方向で影響を与えていたことを示している。この結果から、長谷川⁴⁴⁾は、本来感は自律性というより長期的な視点で人の適応を促進する効果があることを明らかにした。長谷川⁴⁴⁾は伊藤・小玉¹¹⁾との相違点として、自尊感情の方が本来感よりも相対的に適応に影響を与える値が大きかったことをあげ、調査対象者が高校生であったと考察している。この点については、この研究では調査対象者が169名と少なく、多変量解析に耐えられるものであるかという不安を内包していることが結果に影響している可能性も考えられる。

折笠・庄司⁴⁵⁾は、中学生の本来感や本来感と概念的に近接する自己概念について学級風土の違いの視点から検討している。中学生の本来感是自己肯定感、コンピテンス、自尊感情と強い相関関係があることが示されている(折笠・庄司⁴⁵⁾)。また、本来感と学級適応の指標である承認感とは中程度の正の相関が示され、学級不適応の指標である侵害行為認知とは中程度の負の相関が示された。また、本来感や近接する自己概念の得点には学級差があることが示されている。総じて、承認感が高く侵害行為認知が低いことで説明される学級満足度と生徒の本来感との関連が示唆されている。

また、折笠・庄司⁴⁶⁾は、中学生が自分自身に感じる本当らしさの感覚である本来感を実証的に取り上げ、類似の概念である自尊感情、自己肯定感、コンピテンスと共に適応の指標として学級満足度得点の2つの下位概念、承認得点と被侵害得点に与える影響を検討している。その結果、男子においては本来感とコンピテンスが有意に承認感得点に正の影響を与え、本来感と自己肯定感が有意に被侵害得点に負の影響を与えることが示されている。女子においては、本来感、自尊感情、自己肯定感が有意に承認感得点に正の影響を与え、本来感のみが被侵害行為得点に有意に負の影響を与えることが示されている。こうした本来感の適応に肯定的な側面を鑑み、これまで心理学的研究において適応の指標として扱われてきた概念に加え、今後は学校教育場面において本来感の育成を重視する意義が考察されている。

Ⅲ 考察

1 本来感研究のまとめと今後の研究の課題

以上、本来感に関わる研究を概観してきた。人間の精神的な健康や心理的well-beingを支える概念として本来感の方向性が示唆された。臨床心理学やカウンセリング理論そしてポジティブ心理学等において古くて新しい“Authenticity(本来性)”に端を発し、自分らしさの感覚として取り上げる本来感の研究は始まったばかりである。

本来感、自尊感情、自己受容、自我同一性は「自分らしさ」「ありのままの自分」という観

点でその概念の類似性がうかがわれる。また、それぞれが精神的健康の指標として用いられるといった共通点があるが、その関連は以下のようにまとめられる。

①本来感と自尊感情：本来感は、他者比較によらない自己内価値基準の本当の自尊感情に近い概念であり特性的である。機能面では、本来感が自尊感情と比較してより適応的性質を有している。②本来感と自己受容：主観的に個人内の価値基準に重きを置くといった意味合いにおいて、本来感と自己受容は近接の概念であり、機能面による違い等を明らかにすることで、それぞれの差異をより明確なものとするのが今後の課題である。③本来感と自我同一性：自我同一性は社会的な文脈において自己が位置づけられていることによる自分らしさの感覚であり、本来感はその社会的な文脈を超えて、より直接的に「私は私である」と感じられるものであるとすることに概念的な相違がある。

これまでの本来感研究の大部分が大学生を対象とした調査であった。数少ない中学生を対象とした本来感に関する調査の結果から、中学生に対する本来感の正の効果が期待され、現在の中学校での多くの諸問題の予防、解決という視点で、今後さらに中学生を対象とした調査が求められる。

2 本来感を育てる学校教育現場での取り組みに対する提言

本来感の適応に対する正の影響を考えたとき、昨今のいじめや不登校などの適応に関わる諸問題が山積みされている学校現場において、本来感に関する研究を進めていくことは、近年一層注目される新しい諸問題の予防や解決に示唆を与えようと考えられる。

近藤¹⁴⁾は、学校現場で自尊感情の低さが指摘されたときに出される方策として、「出番を作る」「役割を与える」そして「ほめる」といったことに特化されていることに関して警鐘を鳴らしている。こうした方策は、自尊感情を全体として高めようとした時には、むしろ逆効果になることもあると指摘する (p.14)。そもそも、役割を与えその役割の遂行状態によって「ほめられる」「叱られる」ことは、まさに教師の価値基準によって生徒をコントロールしていることに他ならない側面があることは否定できない。つまり、こうした指導は本来感と負の相関が示されている他者評価に基づく随伴性自尊感情や社会的自尊感情のみを高めることにつながると考えられる。外山⁴⁷⁾によれば、「ほめるという行為は、ほめられた側が、自分自身で納得して行動するようになるというよりは、ほめ言葉を引き出すことを目指すように仕向けることにもなる。」と指摘する (p.65)。また、「叱るという行為は、短期間で見ると効果のあるものだが、長い目で見ると決して効果的であるとは言えない。」とも指摘する (p.49)。学校教育現場では自分らしくある感覚としての本来感やRosenberg¹⁶⁾による自分を“これでよい (good enough)”とする真の自尊感情の育成が求められると考える。そもそも、社会的比較に基づく自己評価の感覚としての社会的自尊感情や随伴性自尊感情と、自己内価値基準による自己評価の感覚とし

ての基本的自尊感情や本来感はそれぞれの成り立ちが違ふと考えられる。近藤¹⁴⁾が示す通りその働きかけもまったく異なるものである。

高校生を対象とした長谷川⁴⁴⁾の調査でもこうした文脈での結果が得られている。随伴性が高いほど不安や抑うつが高く自律性が低い、さらに随伴性が高いほど学校満足度が高いという結果が得られたことに対して、人からの評価によって自分を形成することは、学校生活における満足度を高めるが、人とほどよい距離を保って自律的に生活することにはつながらず、精神的に不健康な状態に陥らせる可能性がある、と述べている (p.533)。この考察は、管理型の指導が行われている学校教育現場に対して一石を投じる示唆であると言えよう。

折笠⁴⁸⁾が示すように、本来感が育成されるためには、学校現場では他者評価を重視する価値観をあたりまえのように育成していることになっていないか、関係者は十分に配慮して生徒への指導を行う必要がある。重要なのは、問題が起きないように生徒を抑えつけることや、アメと鞭の多用で生徒をコントロールすることではなく、教師が生徒の自律性を重んじ、信頼関係に根差した共感的な存在と生徒に認知されることである。本来感研究の概観により、中学校における諸問題の解決に向けて、現在学校教育において行われがちな、「生徒をほめ、叱ること」の負の影響について関係者は十分に指導の影響を知っておかなければならない。本稿により、生徒の本来感育成のため、また生徒の適応を支えるためにどのような視点でこれまでの指導観の見直しや脱却をすればいいのかについての示唆や考察がなされた。

伊藤・小玉⁴⁹⁾により、人が自分らしいと感じられる状況は、温かい関係性や内発的動機づけに関連することが確認された。この状況は、中学校での管理型の教育における価値観や学級風土とは対照的な状況であると考えられる。生徒が学校や学級において自分らしいと感じられることができる風土や、そうした風土の育成の仕方を明らかにするような研究が今後に期待されていると言えよう。

【引用文献】

- 1) 土井隆義 2009 キャラ化する/される子どもたち 排除型社会における新たな人間像 岩波書店
- 2) 宗像恒次 1997 本当の自分を見つける本 イイコ症候群からの脱出 PHP研究所
- 3) 河村茂雄 2007 データが語る①学校の課題 学力向上・学級の荒れ・いじめを徹底検証 図書文化
- 4) 河村茂雄 2000 教師特有のピリーフが児童に与える影響 風間書房
- 5) 新井邦二郎 2001 子どもの自己決定の発達臨床心理学的意味 杉原一昭(編) 発達臨床心理学の最前線 教育出版
- 6) 宗像恒次 1991 ストレス解消学 小学館
- 7) 庄司一子・林田和恵 2003 「いい子」傾向をもつ子どものself-controlと対人関係 教育相談研究,

- 41, 49-57.
- 8) 伊藤正哉・小玉正博 2005a 自分らしくある感覚(本来感)とストレス反応、およびその対処行動との関係 健康心理学研究, 18, 24-34.
 - 9) Seligman, M. E. P. 2002 Authentic Happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment. New York: Simon & Schuster, Inc.
 - 10) Rogers, C. R. 1961 On becoming a person. Boston: Houghton Mifflin Co.
 - 11) 伊藤正哉・小玉正博 2005b 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.
 - 12) Gecas, V. 1991 The self-concept as a basis for a theory of motivation. In J.A. Howard, & P. Callero (Eds), The Self-Society Dynamic. Cambridge University Press. Pp.171-187.
 - 13) James, W. 1892 Psychology: The briefer course. (今田寛(訳) 1993 心理学(上) 岩波文庫)
 - 14) 近藤卓 2010 自尊感情と共有体験の心理学 理論・測定・実践 金子書房
 - 15) James, W. 1890 Principles of psychology. New York: Henry Holt.
 - 16) Rosenberg, M. 1965 Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press.
 - 17) 遠藤由美 1992a 個性化された評価基準からの自尊感情再考 遠藤辰雄・井上祥治・蘭千壽(編) セルフ・エスティームの心理学—自己価値の探求— ナカニシヤ出版
 - 18) 鈴木真吾・小川俊樹 2008 中学生における自尊心と被受容感からみたストレス反応・本来感の検討 筑波大学心理学研究, 36, 97-104.
 - 19) 楡木桂子 2005 反社会的憧れを抱く中学生の帰属スタイルと自尊感情 犯罪心理学研究, 43, 17- 5
 - 20) 遠藤由美 1993 自己認知における理想自己の効果 心理学研究, 64, 271-278.
 - 21) Deci, E. L., & Ryan, R. M. 1995 Human autonomy: The basis for true self-esteem . In M. H. Kernis (Ed.), Efficacy, agency, and self-esteem. New York: Plenum. Pp. 31-46.
 - 22) Kernis, M. H. 2003 Optimal self-esteem and authenticity: Separating fantasy from reality. Psychological Inquiry, 14, 1-26.
 - 23) 伊藤正哉・川崎直樹・小玉正博 2011 自尊感情の3様態 自尊源の随伴性と充足感からの整理 心理学研究, 81, 560-568.
 - 24) 伊藤正哉・小玉正博 2006a 大学生の主體的な自己形成を支える自己感情の検討 本来感、自尊感情ならびにその随伴性に注目して 教育心理学研究, 54, 222-232.
 - 25) 伊藤美奈子 1992a 自己受容を規定する理想-現実自己の差異と自意識についての研究 教育心理学研究, 40, 164-169.
 - 26) Rogers, C. R. 1942 Counseling and psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin Company. (友田不二男訳 1966 ロジャーズ全集2 カウンセリング 岩崎学術出版社)
 - 27) 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, 327-332.
 - 28) Crowne, D.P., & Stephens, M.W. 1961 Self-acceptance and self-evaluative behavior. A critique of methodology. Psychological Bulletin, 58, 104-121.
 - 29) 川崎直樹・小玉正博 2010 自己に対する受容的認知のあり方から見た自己愛と自尊心の相違性 心

- 心理学研究, 80, 527-532.
- 30) 遠藤由美 1992b 自己認知と自己評価の関係 重みづけをした理想自己と現実自己の差異スコアからの検討 教育心理学研究, 40, 157-163.
- 31) 伊藤美奈子 1989 青年期自我形成過程における自己受容研究の意義と視点 青年心理学研究, 3, 20-28.
- 32) 伊藤美奈子 1992 b 自己受容と性格特性との関連についての一考察 心理学研究, 63, 205-208.
- 33) 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变化 発達心理学研究, 2, 70-77.
- 34) Erikson, E. H. 1959 Identity and the life cycle. New York : W. W. Norton & Company.
- 35) 山田剛史 2004 現代大学生における自己形成とアイデンティティー-日常的活動とその文脈の観点から- 教育心理学研究, 52, 402-413.
- 36) 谷冬彦 2004 アイデンティティの定義 谷冬彦・宮下一博(編) シリーズ荒れる青少年の心-アイデンティティの病理-発達臨床心理学的考察 (pp. 2-4) 北大路書房
- 37) 谷冬彦 2008 アイデンティティのとらえ方 岡田努・榎本博明(編) 自己心理学5 パーソナリティ心理学へのアプローチ (pp. 6-21) 金子書房
- 38) 遠藤辰雄 1981 人生周期と同一性 遠藤辰雄(編) アイデンティティの心理学 ナカニシヤ出版
- 39) Erikson, E. H. 岩瀬庸理(訳) 1973 アイデンティティ 青年と危機 金沢文庫 (Erikson, E. H. 1986 Identity: youth and crisis. New York: W. W. Norton.)
- 40) 伊藤正哉・小玉正博 2006b 自分らしくある感覚(本来感)に関わる日常生活習慣・活動と対人関係性の検討 健康心理学研究, 19, 36-43.
- 41) 伊藤正哉・阿部美帆 2007 本来性(Authenticity)の行動的側面と感覚的側面の関係 自尊感情の再概念化に関する比較文化的検討のための予備研究1 日本心理学会第71回大会発表論文集, 61
- 42) 阿部美帆・伊藤正哉 2007 本来性と自己価値の随伴性・自尊感情の変動性との関連 自尊感情の再概念化に関する比較文化的検討のための予備研究2 日本パーソナリティ心理学会発表論文集, 16, 156-157.
- 43) 榎本博明・稲本和子・松田信樹・梅垣武 2001 自尊感情に関する概念的検討 大阪大学教育学年報, 6, 141-150.
- 44) 長谷川孝治 2009 自尊心、本来感、自己価値の随伴性が適応に及ぼす影響 日本社会心理学会第50回大会・日本グループ・ダイナミクス学会第56回大会合同大会発表論文集, : 532-533.
- 45) 折笠国康・庄司一子 2010 中学生の本来感の検討 学級風土による違いとの関連から 共生教育学研究, 4, 13-22.
- 46) 折笠国康・庄司一子 2012 中学生の本来感が学級適応に与える影響 教育カウンセリング研究, 4, 11-20.
- 47) 外山美樹 2011 行動を起こし、持続する力 モチベーションの心理学 新曜社
- 48) 折笠国康 2012 みんな幸せな大人になれ! 思春期の教室 主婦の友社
- 49) 伊藤正哉・小玉正博 2007 自分らしくいる・いない生活状況についての探索的検討 筑波大学心理学研究, 34, 75-84.