

# 現代青年の自己受容に関する分析的研究 (4)

— 自我状態との関係について —

An Analytical Study on Recent Adolescent's Self-Acceptance (4)

— Research Related to Ego State —

菱 田 陽 子

石川県内大学・短期大学生 127 人 (女性のみ) を対象に、沢崎 (1993) 及び菱田 (2003, 一部改変) による自己受容尺度の因子構造を参考にしつつ、新版 TEG による自我状態を独立変数とした、因果関係の解明を試みた。自我状態 (FC) は、特に「安定性受容」、「積極性受容」と大きなプラスの関わりを示し、女子青年は、積極的でしっかりとした安定した気持で、自分を肯定的に受け入れ、弱さを含んでいる自分を労わる気持を根幹として、自己受容を実現していると推測される。(NP), (AC), (A) 等との関わりも認められるが、これらの (FC) 以外が関わった自己受容領域は、青年の心の揺れ・葛藤の領域であることも推測され、心のエネルギーを消耗しつつ自己受容に向かっている領域であると思われる。以上から、女子青年たちは、自らの心的エネルギーのバランスをとりながら、弱さも含んだトータルとしての自己受容を実現していることが推測される。

## はじめに

現代青年の自己受容について、大学生・短期大学生を対象に、優しさ・真面目さを中心に性差を含め、調査・分析を行ってきた (金子・菱田 2005、菱田 2003、菱田 2004)。更に、女子青年の自己受容と自我状態を含め、多角的に分析検討した。これらの中で特に自我状態と自己受容についての分析も試みたが、女子青年の自己受容と自我状態の関係において、自由な子ども (FC) と関連を示したのは、「やさしさ・まじめさ」受容のみであり、喜びに満ちた自由な子ども (FC) のエネルギーを中心として安定した自己受容の実現が形成されているのではないかと考えられた (菱田 2006)。ただし、(FC) のみの関わりで自己受容を実現しているとは考えにくいことから、他の自我状態の関与を検証すると共に、性差の検討の必要もあると思われたため、金子・菱田 (2005) と合わせて、自己受容と自我状態の因果関係を共分散構造分析により、男女比較した (菱田 2006)。その際使用した自己受容尺度は、①沢崎 (1993) による自己受容尺度、②菱田 (2003) による自己受容尺度の一部を変更したものであり、自我状態尺度としては、③エゴグラム (杉田 1990) であった。その結果、以下のことが明らかになった。まず、自我状態は女子のほうが男子より自己受容に多くの関与を示した。注目してきた (FC) との関与では、女子は (FC) で「まじめさ・やさしさ」を受容しており、男子は (FC) で優しさをふくむ「忍耐と安定」を受容していた。

## 菱 田 陽 子

更に、男子は女子とは異なり、「大人の自我状態 (A)」を使って、弱さを含む自分を受容していることが示され、考えながら自分の弱さをそれでいいと思っていることが示唆された。女子では、反抗を含んだ複雑性のある「順応した子ども (AC)」で自分の弱さを受容していた。男子は、(CP) を使って、自分をいたわるべきだと思えるが、(CP) を使うと弱点のある自分を受け入れることは難しく、(AC) を使って、弱点のある自分を受け入れているが、(AC) を使うと自分をいたわることができないことが示された。女子は男子と異なり (AC) と自己受容がプラスに関わる特徴が窺われ、交流分析の研究では (AC) の複雑性が注目されているが、今後、自己受容と「自由な子ども (FC)」の関わりばかりではなく、「反抗を含む従順な子ども (AC)」の関与を検討する必要があることが示された (以上、菱田 2006)。

近年、普通に見受けられる子どもや青年が突然凶暴な事件を起こすことが問題視されている。親子関係も家庭環境も普通にみえる背景に隠れる心の育ちが問題と思われるが、その精神の未成熟性を表す指標のひとつとして、(AC) 優位型の青年の増加が考えられる。短大・大学生のエゴグラムの中には、数は少ないが、これまでほとんどみかけなかった「大人の自我状態 (A)」がゼロを示すものや、他の自我状態にもゼロがみられ、これまでと異なる青年の心の状態が窺われる。「大人の自我状態 (A)」がゼロということは、自分で考えていないことを示し、心の未成熟と問題解決能力が皆無に等しいことを示している。刹那的に親を殺す青少年の殺意として「親にひどく叱られた」ことによる、などが報道されるが、幼稚性のある (AC) の高さが関与していることが想像される。コントロール機能や問題解決能力と関わる (A) が低く (AC) の高い自我状態がこれらの問題を引き起こす心の状態と言えるのではないかと考えている。この心の不安定さは自己受容との関わりも大きいと思われ今後注目したい。更に「自由な子ども (FC)」が低い短大・大学生の増加もみられ、自分を楽しませていない傾向が窺われる。けんかをすることを恐れ、本音で話すことに不安を抱くと話す短大生の様子には、相手への配慮、気遣いをしていることも窺われるが (A) が低ければ、自分で抱え込み、抱えきれなると突然切れてしまうことも容易に推測される。

菱田 (2006) は、(FC) と優しさ、真面目さの関わり方において示唆に富むものと思われたが、男女差をみるには、男子の数が 62 名 (女子は 114 名) と少なく、結果の信頼性・妥当性の確認のためには、更なる調査・分析の継続が必要と考えられた。更に、安定した自己受容は安定した自我状態により実現すると考えてきたが、その因果関係の検証を重ねることにより、青年の心の成熟性に役立つものが提示できることを目指したい。

## 目 的

本研究では、先の研究 (金子・菱田 2005、菱田 2006) で注目した真面目さ、優しさを中心とした自己受容と自我状態「自由な子ども (FC)」の関わり方について検討を重ねると共に、反抗を含むとされる「順応した子ども (AC)」の自己受容への関わり方を加えて検証する。対象は女子青年とし、新たな女子青年の自己受容と自我状態の因果関係を、共分散構造分析により、(FC)、(AC) の関わり方を中心に検討したい。

本研究における具体的目的は、下記のとおりである。

- (1) これまでに使用した沢崎 (1993) による自己受容尺度、並びに、菱田 (2003) の一部の項目を変更したもの、それぞれの因子構造を明らかにする。これは、これまでの筆者の分析に関する、女子青年の異なる標本による因子構造の確認でもある。
- (2) 新版 TEG により、予め決められている計算法による個々の自我状態を独立変数とし、自己受容を従属変数として因果関係を解明する。

## 方 法

**調査対象：**石川県内大学・短期大学生 127 人 (女性のみ)、平均年齢 18.5 歳 (殆どは 18 歳及び 19 歳)。調査は一部複数回に分けて回答を求めたこともあり、記入漏れもあったため、項目により有効回答数に相違がある。

**調査期間：**2006 年 2～7 月

**使用調査用紙：**実際に得られたデータ (回答) のうち、ここで分析の対象となったものは次の通りである。①自己受容尺度として、沢崎 (1993) による 35 項目及び菱田 (2003) の一部を変更したもの 24 項目、②「新版 TEG 55 項目、以下これらをそれぞれ、自己受容に関する「沢崎尺度」、「菱田尺度」及び「エゴグラム」と呼ぶことにする。

**調査手続き：**各大学の講義室において、質問紙を配布し、回答されたものをその場で回収した。

## 結果と考察

### 1. 自己受容因子構造

ここで使用した尺度による自己受容の因子構造を明らかにするために因子分析を行った (主因子法、Promax 回転)。ただし、平均値から 1 個の標準偏差をプラスまたはマイナスした値が最低値あるいは最高値を超えている項目を除き、いずれの因子の因子負荷量も絶対値が .350 未満の項目を除いて分析した。

#### (1) 沢崎尺度について

沢崎は、自己に関する先行研究により「身体的」、「精神的」、「社会的」、「役割的」、「全体的」の 5 領域を設定して 35 項目による尺度を作成しているが、これとは別に回答傾向の因子構造を基に、自己受容傾向をとらえようと考えた。

ここで行った因子分析によって得られた因子構造は、Table 1 に見られるように、5 因子構造を示し、第 I 因子は「安定性受容」因子、第 II 因子は「外見・現状受容」因子、第 III 因子は「強さ受容」因子、第 IV 因子は「まじめさ・やさしさ受容」因子、第 V 因子は「積極性受容」因子と考えることにする。菱田 (2006) の因子分析結果とは若干の違いが出たが、因子分析の方法の相違、調査対象の相違等から生じた可能性もある。本分析では、Promax 回転を採用したこともあり、ほぼ単純構造を示している。これらのことは、以下の菱田尺度の因子分析についても同様である。

#### (2) 菱田尺度について

菱田尺度は、沢崎尺度とは異なり、具体的に受容傾向を表現する項目について、当てはまる程

度を尋ねている。具体的には、自分に対する評価や自分自身について考えることを中心とした項目を内容としている。

因子構造は、Table 2に見られるように、3因子構造を示し、第I因子は「自己肯定感」因子、第II因子は「自己労り」因子、第III因子は「自省傾向」因子と考えることにする。

Table 1 沢崎自己受容尺度の因子構造

項 目		I	II	III	IV	V
安定性	22 協調性(人との関係がうまくやれること)	.680	-.173	.070	.098	.178
	15 人間関係	.677	-.140	.216	-.052	.099
	20 明るさ	.651	.059	-.062	-.051	.326
	35 現在の自分	.547	.245	.139	-.224	.171
	26 のんきさ	.528	-.166	.117	-.039	.016
	23 情緒安定性(気持ちがいいつも落ち着いていること)	.464	.118	.384	-.032	-.162
外見・現状	12 性的能力(魅力)	-.080	.804	-.118	-.071	.130
	5 顔立ち	-.152	.714	.117	.023	.072
	7 知性(学力)	-.269	.551	.289	.111	.053
	17 社会的地位(立場)	.205	.530	.069	-.091	.033
	31 男または女としての自分	-.014	.502	-.033	.152	.297
	32 親に対する子どもとしての自分	.344	.439	-.040	.037	-.305
	11 経済状態	-.136	.411	.246	-.001	-.087
33 きょうだいの一員としての自分(一人子の場合も含む)	.330	.377	-.207	.092	-.090	
強さ	3 体力	.192	.021	.758	-.008	.117
	8 運動能力	.056	.112	.576	.032	.172
	4 健康状態	.157	-.052	.563	-.021	-.096
まじめさ・やさしさ	29 責任感	-.236	-.023	-.001	.733	.218
	28 思いやり	.179	-.031	-.172	.631	.041
	19 まじめさ	-.086	.058	.141	.571	-.003
	18 やさしさ	.416	.059	-.198	.501	-.018
	24 忍耐力(がまんする力)	.090	-.044	.419	.479	-.230
	30 やる気	-.004	-.062	.139	.416	.350
積極性	21 積極性(自分から進んで行動すること)	.373	-.036	-.061	.071	.650
	25 指導力(リーダーとして人をひっぱる力)	.079	.188	.042	.025	.568
$\Sigma a^2$		3.013	2.718	1.970	2.049	1.449

Table 2 菱田自己受容尺度の因子構造

項 目		I	II	III
自己肯定感	2 自分の個性が好きだ。	.874	-.202	.231
	3 自分の考え方や行動のしかたがよく分かっている。	.753	-.119	-.139
	4 自分を嫌いではない。	.606	.241	-.059
	14 私は生まれて来なかったほうが良かったと思うことがある。	-.492	-.268	.381
	8 私には、とても気に入っているところがある。	.434	.187	.239
	5 自分の長所がよく分からない。	-.385	-.144	-.138
	1 私はあまり大きな失敗をしない。	.357	.129	-.135
	12 だれに反論されても揺るがない、自分の考えをもっている。	.350	-.156	.265
自己労り	23 私の中にある弱点にも、人間としての意味があると思う。	-.154	.743	.111
	18 自分の弱点も自分なので、その弱点も大切だと思う。	-.125	.591	.109
	20 自分の身体と心をいたわる気持ちをもっている。	.177	.520	-.173
	21 自分に優しい気持ちになることがある。	.212	.517	-.097
	22 自分をほめてやりたいと思うことがある。	.172	.413	.287
自省傾向	11 自分はどんな人間だろうかと考えるのが好きだ。	.025	-.103	.444
	15 自分の弱さは、人の弱さを理解するのに役立つと思う。	-.210	.091	.438
	24 自分を、いたわりたいと思うことがある。	-.072	.319	.415
	9 自分にふさわしい役割があると思う。	.297	.078	.378
$\Sigma a^2$		2.809	2.018	1.236

## 2. 自己受容とエゴグラム (自我状態) の因果関係

自己受容の各因子得点とエゴグラムの尺度得点をもとに、自我状態から自己受容への因果関係をみることを目指し、潜在変数を各自己受容因子とし、観測変数である各自我状態によって予測しようとしている。同時に、各自己受容の関連質問項目との関わりも分析している。以下の図において、長方形は顕在変数 (観測変数) を示し、楕円は潜在変数を示している。

相関係数及びパス係数は有意水準 10% で検討をし、適合度は、CFI 及び RMSEA によって判断した。以下、各自己受容因子を従属変数とし自我状態を独立変数とする分析結果について述べる。以下の分析は SPSS 社の Amos 5.0 によったものであり、各パス図の下方に適合度を判断するための  $\chi^2$  の p 値、CFI、RMSEA の値をそれぞれ示している。

### (1) 沢崎による自己受容とエゴグラム (自我状態) の因果関係

先の因子分析によって得られた 5 因子「安定性受容」、「外見受容」、「強さ受容」、「まじめさ・やさしさ受容」、「積極性受容」を仮定して、以下の分析を試みた。

偏回帰係数の解釈のためには予測変数の数は少ないほうがよく、2つか3つまでである (豊田 1998) と述べられていることもあり、本研究では、ひとつの潜在変数の予測変数の数を少なくしている。他の自己受容と自我状態の分析も同様である。

#### 1) 安定性受容について

Figure 1 は、「安定性受容」因子とそれに関わる項目及び自我状態との因果関係モデルを示したものであり、「自由な子ども (FC)」が有意に関与していると推測される、適合度の高いパス図を示している ( $\chi^2 = 19.262$  (df=18, p=.376)、CFI =.994 及び RMSEA=.024)。

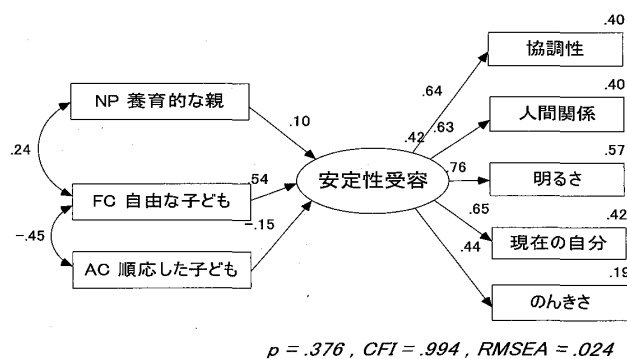


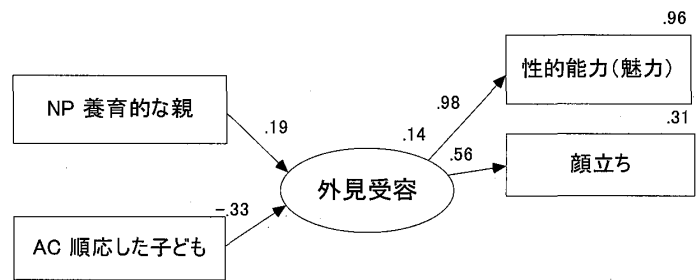
Figure 1 安定性受容因子 (沢崎) とエゴグラム

協調性、人間関係、明るさ、現在の自分、のんきさなどを内容とする「安定性受容」には「自由な子ども (FC)」のみならず「養育的な親 (NP)」、「順応した子ども (AC)」との関わりも想定したが、「安定性受容」と「養育的な親 (NP)」、「順応した子ども (AC)」との間のパス係数は有意ではない。又、これら有意ではない (NP)、(AC) を除くと不適合となる。これらの結果から、「安定性受容」に (NP)、(AC) が関与しているとしても分析の結果として表れないほどのわずかの関与であることが推測される。有意な関与を示したのは、「自由な子ども (FC)」のみであり、(FC) は比較的高い関わりを示している。「安定性受容」は、協調性や人間関係など、他者配慮に関わる要素、社会性の要素などを含み、他者や社会との関係の中で築かれている面と、のんきさ、現在の自分など、自己の内面との関わりで築かれているという二面性を示している。このことから、安定性の受容は、単純ではなく、複数の自我状態の関与を予測したが、「親の影響をまったく受けていない、生まれながらの部分である。ホメオスターシスの原理に基づいた自然随順の営みで、快感を求めて天真爛漫に振る舞う。直観的な感

寛や創造性の源で、豊かな表現力は周囲に温かさ、明るさをあたえる」(末松弘行 1989)」という特徴をもつ (FC) のみで受容していることが示された。この結果は、女子青年で、「安定性受容」をしている者は、喜びに満ちた自我状態にあることを示している。筆者は、(FC) がプラスの関わりを示す自己受容領域 (沢崎尺度に関しては自己受容の対象を示していると考えられるので、ここではこのように「領域」と呼ぶことにする) が、喜びに満ちた快感のある自我状態であることから、自己受容の根幹の領域であろうと考えてきた(金子・菱田 2005、菱田 2006)。一方、安定した自己受容は、安定した喜びと豊かさのある心の状態と考えてきたが、「安定性受容」と (FC) の自我状態のプラスの関わりが示されたことにより、女子青年は、「安定性受容」を根幹のひとつとして、ありのままの自分に対し、喜びのある自己受容を実現していることが推測される。

2) 外見受容について

Figure 2 は、「外見受容」因子とそれに関わる項目及び自我状態との因果関係モデルを示したものであり、パス図の適合度 CFI は高いが、RMSEA の適合度は低い ( $\chi^2 = 3.641$  (df=2、 $p = .162$ )、CFI=.968 及び RMSEA =.081)。



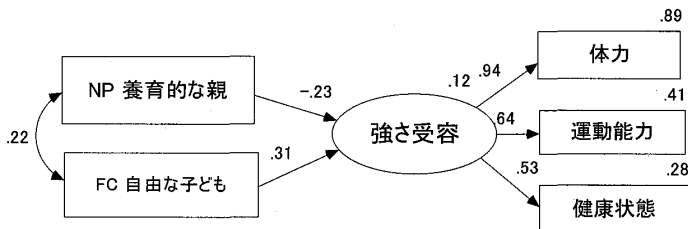
$p = .162, CFI = .968, RMSEA = .081$

Figure 2 外見受容因子 (沢崎) とエゴグラム

性的能力 (魅力) や顔立ちを内容とする「外見受容」は、労り・優しさを含む「養育的親 (NP)」を使うと受容できるが、幼稚性や反抗を含む複雑な「順応した子ども (AC)」を使うと受容できない。外見の魅力は自らみつけ、創り上げていく要素も多いと思われるが、女子青年にとって魅力的な自分を創り上げ、受容することはそんなに容易ではないことが推測される。このことから (NP) のプラスの関与もそんなに大きくはなく、幼稚性のある自我状態 (AC) では魅力を創り上げることはできず、冷静さ (A) やこうあらねばならない (CP) では葛藤につながることも考えられ、他の自我状態の関わりがみられないことも理解できよう。

3) 強さ受容について

Figure 3 は、「強さ受容」因子とそれに関わる項目及び自我状態との因果関係モデルを示したものであり、パス図の適合度は CFI、RMSEA 共に高い ( $\chi^2 = 2.104$  (df=4、 $p = .717$ )、CFI=1.000 及び RMSEA =.000)。



$p = .717, CFI = 1.000, RMSEA = .000$

Figure 3 強さ受容因子 (沢崎) とエゴグラム

体力、運動能力、健康状態を内容とする「強さ受容」のパス図の適合度が非常に良く、「外見受容」と自我状態の関わりとは異なり、安定した自己受容の実現に関わると考えている「自由な子ども (FC)」を使って受容している。(NP) と (FC) の間に相関があることから間接効果が認められ、(NP) と「強さ」受容の負の関係は、

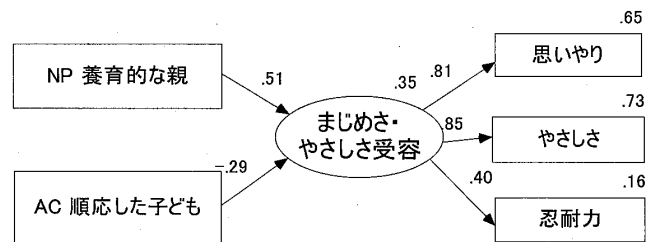
(FC) の要因を加味すると -.16 ととても小さい関与になる。(FC) と「強さ受容」の関係も、(NP) の要因を加味すると .26 とやや関係は小さくなるものの、「強さ受容」には (FC) のみがプラスに関わっていることが示され、喜びに満ちた自由な子ども (FC) が強さを受容させることが明らかになった。「安定性受容」と同様、(FC) とのみプラスの関わりを示したことにより、「強さ受容」領域も女子青年の自己受容の根幹のひとつと考えられる。

体力、運動能力は、体の健康性を示すとも考えられるが、体の健康は心の健康に大きく関わっていると思われ、「強さ受容」は心身の健康状態の受容であるとも考えられる。心身の健康状態は生きる力につながるとも考えられることから、「強さ受容」は生きる力を示していると思われる。生きる力が、活動的な「自由な子ども (FC)」のエネルギーで作られていることは理解しやすいが、「養育的な親 (NP)」とは負の関わりを示し、優しさや思いやりの自我状態を使うと自分の生きる力を養うことができないことを示している。(NP) は他者への思いやり、優しさであり、他者に対して使われる、消耗するエネルギーと考えられるため、自分の中に蓄えるエネルギーと関係する「強さ受容」とは負の関わりを示したと解釈される。

(NP) の自我状態は、出産後の母親や看護師などの弱者に対して労りながら優しく面倒をみる必要のある職業人に高い数値を見ることもあり、(NP) の自我状態を使い過ぎると自分の喜びに使う (FC) のエネルギーに影響し、心の疲れにつながることも知られている。

#### 4) まじめさ・やさしさ受容について

Figure 4 は、「まじめさ・やさしさ受容」因子とそれに関わる項目及び自我状態との因果関係モデルを示したものであり、パス図の適合度は CFI、RMSEA 共に高い ( $\chi^2 = 3.867$  (df=5、p=.569)、CFI=1.000 及び RMSEA =.000)。



$p = .569, CFI = 1.000, RMSEA = .000$

Figure 4 まじめさ・やさしさ受容因子 (沢崎) とエゴグラム

先の研究 (菱田 2006) では、女性の「やさしさ・まじめさ受容」は、(FC) とプラスに関わり、(NP) とマイナスの関わりを示し、女性の自己受容の根幹は、(FC) の心のエネルギーを使って受容している「まじめさ・やさしさ受容」ではないかと推測したが、本研究では、(NP) とプラスに関わり、(AC) とマイナスの関わりを示した。この相違の原因として、エゴグラム調査シートが異なることと、先の研究では、自己受容因子も自我状態も観測変数として、全ての自我状態と自己受容の因果関係をひとつのパス図で分析を試みたが、本研究では、個々の自己受容因子を潜在変数とし、自我状態を観測変数として分析し、同時に自己受容因子に関わる項目との関係も含めて共分散構造分析を行ったことにあると考えられる。

思いやり、優しさ、忍耐力を内容とする「まじめさ・やさしさ受容」は思いやりや優しさを特徴とする「養育的な親 (NP)」によって受容され、自己主張をせず、よい子として振る舞うが反抗を含んだ幼稚性のある「順応した子ども (AC)」を使うと受容できない。安定した自己受容に関わると考えている (FC) の関わりは認められなかった。言い換えれば、この結果からは、(FC)

の自我状態が「まじめさ・やさしさ受容」をさせ、安定した自己受容をもたらすと考えていたが、そうではなかった。

(NP) は、他人に対する、優しさ、思いやりを特徴とする自我状態であり、「まじめさ・やさしさ受容」も、項目に詳細な説明がないため、被験者には自分に対する真面目さ、優しさ、というより、他人に対する責任感や、真面目さ、優しさとして受け止められたことも推測され、(NP) がプラスに関わったのではないかと考えられる。

(A) の自我状態の関わりがみられないという結果より、女子青年は、この場には優しさがふさわしいだろうか等と考えるのではなく、感覚的に他人を思いやり、自分の他人に対する真面目さ、優しさを受容しているようである。

女子青年は、人付き合いの場で、相手に対して「振りをした」真面目さ、優しさで接することもあると、自らの真面目さ、優しさを分析する者もあり、誠実で真実な、真面目さ、優しさが曖昧な理解になっていることも推測される。真面目さ、優しさは、以上の解釈からも複雑性のあることから分析結果のばらつきが予測されるが、自己受容の重要な領域と考えられることから、今後も検討したい。

### 5) 積極性受容について

Figure 5 は、「積極性受容」因子とそれに関わる項目及び自我状態との因果関係モデルを示したものであり、パス図の適合度は CFI、RMSEA 共に高い ( $\chi^2 = 0.052$  (df=1、p=.820)、CFI=1.000 及び RMSEA=.000)。

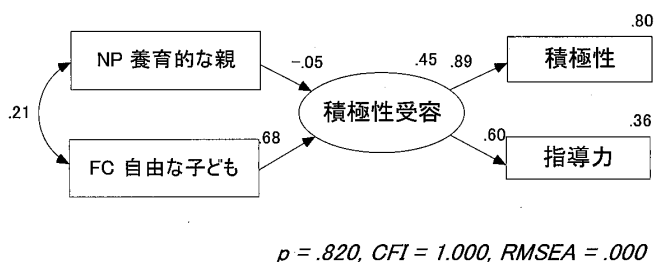


Figure 5 積極性受容因子(沢崎)とエゴグラム

積極性、指導力を内容とする「積極性受容」は、(FC) のみならず (NP) の関与もみられると考えたが、(FC) と (NP) の相関は有意であるものの、(NP) と「積極性受容」は関わりも小さく有意ではない。但し、有意ではない (NP) を除いて分析するとパス図は不適合となる。このことにより、(NP) の関与もあると思われるが、分析結果に反映するほど大きくはないと考えられる。以上の結果より、「積極性受容」には (FC) のみが大きくプラスに関与していることが認められた。女子青年は、自由奔放で明朗快活、生まれたままの喜びのある感情で積極性を受け入れており、理解しやすい構造と言える。

「積極性受容」は、(FC) とのみプラスの関わりを示しており、「積極性受容」領域も女子青年の自己受容の根幹のひとつと考えられる。

### (2) 菱田による自己受容とエゴグラム(自我状態)の因果関係

先の因子分析によって得られた3因子「自己肯定感」、「自己労り」、「自省傾向」を仮定して、以下の分析を試みた。

#### 1) 自己肯定感について

Figure 6 は、「自己肯定感」因子とそれに関わる項目及び自我状態との因果関係モデルを示したものであり、パス図の適合度は、CFI は高いが、RMSEA は低い。 ( $\chi^2 = 24.757$



(df=18、p=.132)、CFI=.967 及び RMSEA=.055)。

自分の個性が好きであり、自分の良いところはわかっている、生まれてきたことへの肯定感もあり、確固たる自分の考えがあるなどを内容とする「自己肯定感」因子は「養育的な親 (NP)」の優しく思い遣りのある自我状態の関わりがあるのではないかと考えられたが、(FC) と (NP) の相関は有意であるものの、(NP) と「自己肯定感」は関係性も小さく有意ではない。但し、有意ではない (NP) を除いて分析するとパス図は不適合となる。このことにより、「自己肯定感」因子には (NP) の関与もあると思われるが、さほど大きくはない。

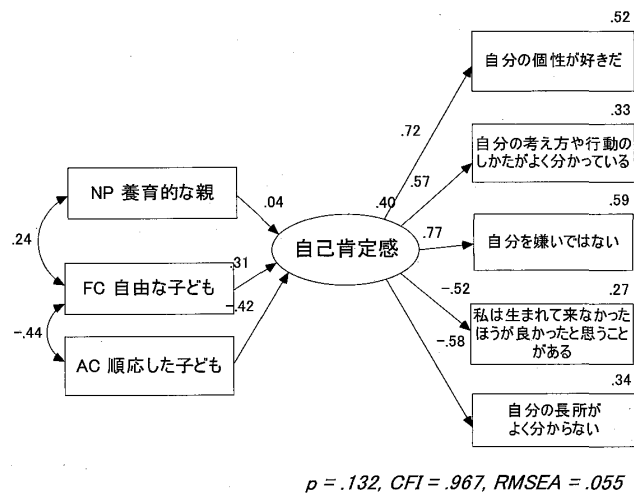


Figure 6 自己肯定感因子 (菱田) とエゴグラム

(NP) と (FC) 間、(FC) と (AC) 間の相関が示され、中でも (FC) と (AC) 間の相関が高いことから、間接効果が認められるが、いずれにしても、(FC) はプラスに関与し、(AC) はマイナスに関与している。

先の研究 (菱田 2006) では、因子構造の違いはあるものの、(FC) がプラスに関わる自己受容因子は無く、自分への労りを含んだ内容である「自己愛しさ」因子とマイナスの関わりのみが認められたが、本研究では、「自己肯定感」因子、「自己労り」因子と (FC) のプラスの関わりが認められた。この相違の原因のひとつとして、これまでにも述べたが、エゴグラム調査シートが異なることと、先の研究では、自己受容因子と自我状態全てを観測変数として、ひとつのパス図で因果関係をみようとしたことがあるのではないかと考えている。本研究では、個々の自己受容因子を潜在変数、自我状態を観測変数として分析し、同時に自己受容因子に関わる項目との関係も含めて共分散構造分析を行っていることから、個々の自己受容因子と自我状態の関わりがより明らかにされているとも推測される。

(FC) と (AC) はマイナスの相関を示しており、交流分析の理論でも言われているように、(FC) のエネルギーが高いと (AC) は低くなり、(AC) のエネルギーが高いと (FC) のエネルギーは低くなる (Dusay, John M.1977)。(AC) は他者を優先し、自己主張せず、他人の評価を気にする特徴をもちつつ、良い子としてふるまう特徴ももち、この (AC) のエネルギーを使うと自己肯定感は低くなり、生まれながらの部分であり天真爛漫な (FC) を使うと、自己肯定感が高くなり受容される。このことが示されているパス図 (Figure 6) は、交流分析理論とも一致する。

筆者は、(FC) がプラスの関わりを示す自己受容領域が、喜びに満ちた快感のある自我状態であることから、自己受容の根幹の領域であろうと考えてきた (金子・菱田 2005、菱田 2006)。一方、「自己肯定感」は、自分を肯定した、自分が好きであるという喜びと豊かさのある因子内容である。この二つがプラスの関わりを示したことにより、女子青年は、「自己肯定感」を根幹のひとつとして、ありのままの自分に対し、喜びのある自己受容を実現していることが推測される。

2) 自己労りについて

Figure 7は、「自己労り」因子とそれに関わる項目及び自我状態との因果関係モデルを示したものであり、パス図の適合度はCFI、RMSEA共に高い。(  $\chi^2 = 4.704$  (df=4、p=.396)、CFI=.999及びRMSEA =.012)。

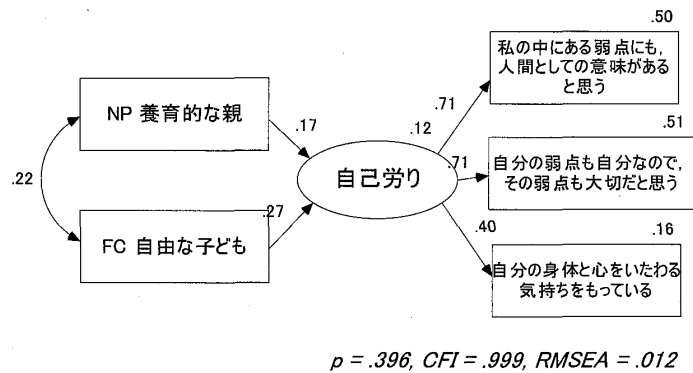


Figure 7 自己労り因子(菱田)とエゴグラム

弱点に対する肯定的な受け容れと心身の労りを内容とする「自己労り」因子は優しくて思い遣りのある自我状態

である養育的な親 (NP) が使われているのではないかと思われたが、(FC) と (NP) の相関は有意であるものの、(NP) と「自己労り」は有意ではない。但し、有意ではない (NP) を除いて分析するとパス図は不適合となる。このことにより、(NP) の関与もあると思われるが、さほど大きくはない。この結果より、自分の弱点に対して肯定的な意味を持つことを内容としている「自己労り」因子は、喜びのある、生まれたままの天真爛漫さを特徴とする (FC) の関わりで培われていることが示された。自分の中の弱点が大切であると思う気持ちを、考えて受け容れているのではなく、優しさで受け容れているのではなく、仕方なく受け容れているでもない。喜びのある楽しい気持で受け容れている。筆者は、(FC) がプラスの関わりを示す自己受容領域が、喜びに満ちた快感のある自己受容領域であることから、自己受容の根幹の領域であろうと考えてきた(金子・菱田 2005、菱田 2006)。一方、「自己労り」因子は、自分の弱点を肯定している内容である。この二つがプラスの関わりを示したことにより、女子青年は、「自己労り」を根幹のひとつとして、ありのままの自分に対し、喜びのある自己受容を実現していることが推測される。自己肯定感や自己有能感など自分のプラスの要因が、喜びのある自由奔放な (FC) と関わることは理解しやすいが、女子青年は、自分の弱さを否定するのではなく、その弱さも大切に自分の一部と考えているのであろうか。この結果は女子青年のトータルとしての自己受容傾向に弱点も大切であると思っていることが示され、筆者が考えてきた、「ありのままの自己受容は弱点も含んだトータルとしての自己受容である」ことが支持されたと考えている。

3) 自省傾向について

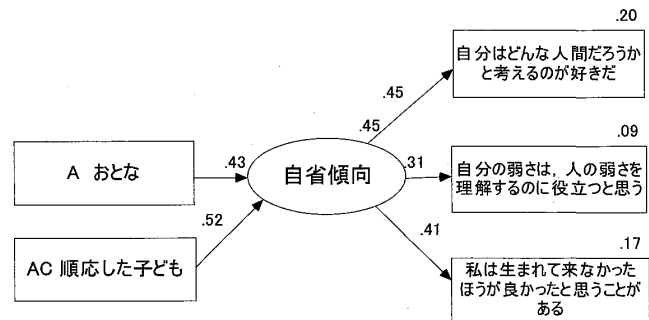
Figure 8は、「自省傾向」因子とそれに関わる項目及び自我状態との因果関係モデルを示したものであり、パス図の適合度はCFIはそれなりの高さであるが、RMSEAは低い。(  $\chi^2 = 9.291$  (df=5、p=.098)、CFI=.776及びRMSEA =.083)。

この因子は、自分はどんな人間かと考えたり、自分の弱さは、人の弱さを理解するのに役立つと考えたり、自分は生まれてこなかったほうがよかったのではないかと考える、内省的な面を内容としている。関わりが認められたのは、「大人の自我状態 (A)」と「順応した子ども (AC)」である。(AC) の関わりがやや大きいものの、両自我状態とも同じ程度のプラスの関わりを示している。(A) と (AC) 間の相関はないことから間接効果はない。

本研究の中では、(A) の自我状態が関わったものも、(AC) のプラスの関わりが示されたものも、

「自省傾向」因子のみであった。

現実的で、冷静沈着で、客観性があり、事実を重用視することを特徴としている自我状態 (A) のエネルギーが「自省傾向」に使われていることは、理解しやすいが、自分の内面を考える傾向に、他者配慮を特徴とし、反抗も含んだ幼稚性のある (AC) のエネルギーがプラスに関わっている。自分の内面を考え、内省するには、自己主張が少ないエネルギーを使う静けさの要因が関わるのであろうか。



$p = .098, CFI = .776, RMSEA = .083$

Figure 8 自省傾向因子 (菱田) とエゴグラム

「自省傾向」は、「外見受容」、「まじめさ・やさしさ受容」と共に、(FC) の自我状態のプラスの関わりが認められなかった。この3つは、喜びや活力に満ちた内容ばかりではなく、忍耐、生まれてこなかった方がよかった、という思いや、どうしようもない自分の顔立ちや測りにくい自分の魅力も内容としている点が共通している。このような自分の面を受け入れるには、単純な喜びのエネルギー (FC) では実現できず、他の自我状態を使って、少し考えたり、仕方ないと思う従順性のエネルギーを使ったり、母親的な優しさと思いやりのエネルギーを使う必要があるのではないかとと思われる。これら3つの自己受容の要素には、青年の心理の揺れが関わっているとも推測される。揺れは葛藤でもあり、心のエネルギーを消耗しつつ考えている自己受容側面と考えられる。この結果により、自己受容には、考えるエネルギーの関わりがあり、心の揺れに対して、客観的に考える冷静さの側面が加わることにより、感ずることと考えることの両面で成り立っている人間らしい自己受容が示されたのではないかとと思われるが、今後も継続して、検証したい。

### 全体的検討

筆者は、安定した自己受容の実現は、「自由な子ども (FC)」がプラスに関与する自己受容領域を根幹とすると考え、更に、自己受容は、真面目さと優しさによって支えられると仮説をたて、先の研究 (金子・菱田 2005、菱田 2006) では、(FC) と「やさしさ・まじめさ受容」のみがプラスに関わったことから、更なる検証の必要性を認めながらも、仮説は一応支持されたと考えた。しかし、本研究では、(FC) と複数の自我状態の関わりが認められたことから、その要因を探り、追研究で明確化する必要があると考えている。

本研究で、(FC) と関わりが認められた自己受容領域のひとつは、「安定性受容」である。本研究では (FC) を使えば使うほど「安定性」が受容されていることが示された。安定した自己受容は、(A) や (CP) を使った考える受容ではなく、(NP) を使った思いやりのある受容でもなく、従順性 (AC) を使った受容でもなく、生まれながらの喜びのある感情である (FC) のみを使って実現している。この他、「強さ受容」、「積極性受容」、「自己肯定感」、「自己労り」に (FC) とプラスの関与が認められた。中でも「安定性受容」、「積極性受容」との関わりは大きい。

これらの結果から、本研究では、女子青年は、積極的でしっかりと安定した気持で、自分

菱 田 陽 子

を肯定的に受け入れ、弱さを含んでいる自分を労わる気持を根幹として、自己受容を実現していることが示唆された。

これらの根幹となる自己受容領域の他、(FC)以外の自我状態が関わった、「外見受容」、「まじめさ・やさしさ受容」、「自省傾向」が認められ、これらの自己受容領域には(NP)、(AC)、(A)の自我状態の関わりが認められた。どの自己受容にも関わらなかった自我状態は(CP)のみであった。(FC)以外が関わったこれらの自己受容領域は、青年の心の揺れを示す葛藤の領域であることも推測され、心のエネルギーを消耗しつつ自己受容に向かっている領域ではないかと思われる。

これらの結果から、女子青年の自己受容は、(FC)の自我状態を根幹として、心のエネルギーを充足させ、他の領域に対して使われる自我状態では、心の揺れや葛藤に心のエネルギーを消耗しつつ、エネルギーのバランスをとりながら、弱さも含んだトータルとしての自己受容を実現しているのではないかと考えられる。

筆者が自己受容の根幹と考えてきた「やさしさ・まじめさ受容」については、先の研究(金子・菱田 2005、菱田 2006)では、(FC)とのみプラスに関わり、本研究では、(NP)とのみプラスに関わった。この相違について、女子青年の真面目さ、優しさに対する解釈や感じ方のばらつき、複雑性のあることも推測され、優しさや真面目さと自己受容については、今後も検討が必要であると考えている。

先の研究(菱田 2006)で、自己受容の様相に性差のあることが認められており、今後、本研究方法で、男子の自己受容も分析し、性差の確認をしたい。

本研究に至るまで、(FC)の自我状態が自己受容の根幹に関わる自我状態であると考え、(FC)のみが、優しさ、真面目さと関わったことから、優しさ、真面目さのみが自己受容の根幹であろうと考えてきたが、本研究結果では相違もみられたことから、これらの結果を踏まえて、自我状態と自己受容の関わりを再考した。

ひとつは、エネルギーが蓄積される自我状態と消耗される自我状態があるのではないかと考えている点である。(FC)に加え、優しさ、労りを特徴とする(NP)もエネルギーが蓄積される自我状態ではないかと考えてきたが、本研究の結果も踏まえ、労りや優しさは、心にエネルギーを蓄積することにはつながらないのではないかと考えている。看護師や保育士などの仕事に就いている人の中には、(NP)の高い人が多いことは知られているところであるが、(NP)は他人に対する労り、優しさに使われることが多い為、(NP)を使って接すると、心のエネルギーは消耗されるのではないかと思われる。これに対して、(FC)は使えば使うほど、心のエネルギーとして蓄積されるのではないかと推測している。心のエネルギーは、(FC)による楽しさや、幸福感、充実感などによって蓄積されると考えられ、充足された高いレベルのエネルギー状態で安定した自己受容は実現されやすいと推測される。5つの自我状態では、(FC)以外は消耗するエネルギーであり、蓄積のエネルギーは(FC)のみではないだろうか。体の力とは異なり、心の力(エネルギー)は、使えば使うほど充足される自我状態(FC)によって蓄積されているのではないかと推測している。

但し、人の喜びや幸福感、充実感は生まれたままの天真爛漫な自我状態で、遊び、楽しんでいることのみから得られるのではなく、(NP)を使って人の役にたてた時や、目的や意味を考え、

自己の役割を果たすため、辛さを耐え抜いた時などに、人は、人間としての精神性に基づく深い喜びに満たされる。人の心の特徴はこの点にもあるとも考えられる。人の辛さや喜びは一律ではなく、個々の心性は考えと感じ方によって構成されている。心の底から沸き上がるような欲求によって創作に向かう芸術家や貫かれるような探求心によって学ぶことを求める苦学生、危険の中に身をさらしていく冒険家など、物質的な辛さ、精神的な苦しみをあえて求めていく特徴を人はもっている。その色合いには、個人差があり、肯定的で積極的な性質をもつ葛藤のようでもある。この種の葛藤に使っている自我状態は、おそらくひとつではなく複数であり、複雑さを示すことも想像されるが、人は、辛さを感じながらもこの種の苦しみを好み、受容する面を持っている。特に青年期の若者の心は、楽しみのみによって養われるのではなく、悩み、苦しみ、葛藤によっても養われる。この種の葛藤に使われる心のエネルギーは、(FC)によって蓄積されたエネルギー量によって支えられ、葛藤が結果を産み出した時、(FC)のエネルギーとなり蓄積されると考えている。この種の人間として必要とも考えられる悩みや葛藤を支える(FC)のエネルギー量を保とうとするところに心のバランスがあると推測される。単純な楽しみによる(FC)のエネルギーと人間らしい葛藤後の到達感として得られる質の高い(FC)のエネルギーの2種類が蓄積されるエネルギーであり、その他の自我状態の使用は、望ましい結果に結びつくまで、揺れながら、葛藤しながら、エネルギーを消費しているのではないかと推測している。

この推測も踏まえて、自己受容は心のある程度のエネルギー量の蓄えの上に成り立つと考えられることから、(FC)を使った自己受容領域が自己受容の根幹と考え、その他の忍耐や揺れのある自己受容領域を支えているのではないかとと思われる。

本研究では、自己受容と自我状態の関わりを個々の自己受容領域に分けて検討してきたが、以上の推測も踏まえ、今後、エゴグラムパターンと自己受容との関わりについて、自己受容グループと非自己受容グループのエゴグラムパターンの相違も探りたい。それに加え、個々のエゴグラムパターンと自己受容の関係をケースとしてとりあげ研究することにより、青年の自己受容の様相を更に明らかにしたいと考えている。

以上、本研究は、先の研究における考察を否定するものではなく、今後の課題を含み、発展した解釈に及んでいると理解し、追研究をしていきたいと考えている。

## 文 献

- Dusay, John M. *EGOGRAMS: How I See You and You See Me*, Harper & Row, Publishers, Inc. 1977 (池見西次郎 監修 新里里春 訳 『エゴグラム：ひと目でわかる性格の自己診断』 創元社 1980年)
- 菱田陽子 「現代青年の自己受容に関する分析的研究 (5)：自我状態との関係を中心とした男女比較」『日本教育心理学会第47回総会発表論文集』2005年 p.126
- 菱田陽子 「現代青年の自己受容に関する分析的研究 (3)：自我状態との関係についての男女比較」『北陸学院短期大学紀要』第37号 2006年 p.155 - 171
- 金子勲榮・菱田陽子 「女子青年の自己受容に関する分析：友だちつき合いを中心とした多角的分析」『金沢大学教育学部紀要 (教育科学編)』第54号 2005年 p.71-88.
- 沢崎達夫 「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

菱 田 陽 子

ンセリング研究』第26号 1993年 p.29-37.

Stewart, Ian & Joines, Vann *TA TODAY*, Japan UNI Agency, Inc., Tokyo. 1987 (深沢道子 監訳)

『TA TODAY』実務教育出版 1991年)

末松弘行・和田廸子・野村忍・俵里英子 『エゴグラム・パターン：TEG 東大式エゴグラムによる性格分析』金子書房 1989年

杉田峰康 『交流分析のすすめ』日本文化科学社 1990年

東京大学医学部心療内科 TEG 研究会 編 『新版 TEG 解説とエゴグラム・パターン』金子書房 2002年

豊田秀樹 『共分散構造分析 [入門編]』朝倉書店 1998年