九州大学学術情報リポジトリ
Kyushu University Institutional Repository

自己実現尺度(SEAS)の試み

山田, 裕章
九州大学健康科学センター

峰松, 修
九州大学健康科学センター

冷川, 昭子
九州大学健康科学センター

https://doi.org/10.15017/445

出版情報：健康科学. 7, pp.81-90, 1985-03. Institute of Health Science,Kyushu University
バージョン：
権利関係：

KYUSHU UNIVERSITY

自己実現尺度（SEAS）の試み

山田裕章　峰松　修
冷川昭子

An Attempt of SEAS for Healthy Population
——An Application to Self-Actualization Scale Inventory——

Hiroaki YAMADA, Osamu MINEMATSU
and Akiko HIYAKAWA

In order to measure mental healthiness, we have developed the Self-Actualization Scale inventory (SEAS) over a few years. The Personal Orientation Inventory (POI) made by Shostrom was reformed to the SEAS which has 60 items and 10 categories. We attempted to apply the SEAS to a healthy population. Subjects consisted of three groups: 46 civilians, 67 civil servants and 42 clerks of private company. Following results were obtained.

(1) There was no difference in the mean score in each categories for the three groups.

(2) The category of "achievement orientedness" and of "obsessiveness" showed higher score in middle aged group (50–69 y.o) than in manhood group (30–49 y.o) in civil servants.

(3) The group of clerks had high score in the category "achievement orientedness" compared with the group of civil servants.

(4) The scores in the category "self-acceptance" and in "acceptance of weakness" were relative low level in younger people.

(5) There was much variation in individual profiles in the categories. However, if we use the two categories, "achievement orientedness" and "obsessiveness", as parameters, the civillian group can be classified into four subtypes.

(Journal of Health Science, Kyushu University, 7:81—90, 1985)

はじめに

われわれは精神的健康度を測る一つの方法として，Maslow[2] の「自己実現」という目標を基本にして作られた Shostrom[7),8),9)] の質問紙 POI を改変した[3),4)]。この質問紙は 60 項目の質問から 10 項目のサブカテゴリーに分けられ SEAS (Self-Actualization Scale)[5)] と名付けられた。

本研究は SEAS を実際に応用し，結果の解析の方法やその問題点ならびに今後の SEAS の応用のあり方などについて報告する。

対　象

1．春日，八田青葉台群（市民群）

春日市民および福岡市八田青葉台地区で健康外来を受診した群を対象とした。年齢は 30 歳台：男子 7 名，女子 13 名。40 歳台：男子 11 名，女子 9 名。50 歳台：男子 6 名，女子 1 名。60 歳台：男子 2 名。男子合計 26 名，女子合計 23 名総計 46 名。この群は年齢 30 歳以上の夫婦をペアにした研究であるため，年齢分布は男子 40 歳台，女子 30 歳台が最も多い。この群を後述の群

Institute of Health Science, Kyushu University 11, Kasuga 816, Japan

と区別するため市民群とする。

2．公務員群

某官庁職員38名および某大学職員29名合計67名を対象にした。すべて男子である。年齢分布はつぎの通りである。20歳台6名，30歳台10名，40歳台14名，50歳台33名，不明4名。この群は管理職が多く，年齢分布も50歳台が最も多い。

3．会社員群

この群は某薬品問屋の会社員42名である。年齢分布はつぎの通りである。19歳以下1名，20歳台19名（内女性1名），30歳台15名，40歳台5名，50歳台1名，60歳台1名。この群は20歳～39歳までの青壮年が多い。1名を除き全員男子である。統計処理には女子1名も含めてある。

結　果

A. 市民群

1．平均値のプロフィール

市民群全員のSEASプロフィールが図1に示されている。図の右端の数字は粗点の平均値および標準偏差を示す。対照としてSEAS作製時におこなった1532名のPOI調査から得られた回答をもとに，SEASの10項目のカテゴリー別平均値を白丸（—○—）で示す。表1はカテゴリー別平均値および標準偏差が示されている。

プロフィールの中で2.「達成志向」および8.「強迫」はマイナスに読み替えるので，この2つのカテゴリーは粗点が低いほど達成志向あるいは強迫が高いことを示す。

市民群の平均値のプロフィールとPOI平均値のプロフィールに差があるのは1.「現在の自分の肯定」（以下自己肯定と略する），2.「達成志向」，4.「自己主張」6.「両極性の統合」などのカテゴリーである。この原因は，POI調査の被験者が大学生を中心とした若年層であったためと思われる。一般に青年期は不安定で自己に対する確かさが揺らぐ時期であり，そのため「自己肯定」や「達成志向」が市民群に比べて低いのであろう。

表1　POI 粗データからの平均値（N＝1532）

カテゴリー	平均値	標準偏差
1. 現在の自分の肯定	4.382	3.404
2. 達成志向	4.884	2.623
3. 積極的に生きる	10.742	3.445
4. 自己主張	3.670	2.763
5. 卒直な自己表現	8.830	2.410
6. 両極性の統合	7.753	1.957
7. 独立性	5.940	2.014
8. 強　迫	6.338	2.811
9. 自己志向	5.890	2.780
10. 弱点の受容	7.554	2.905

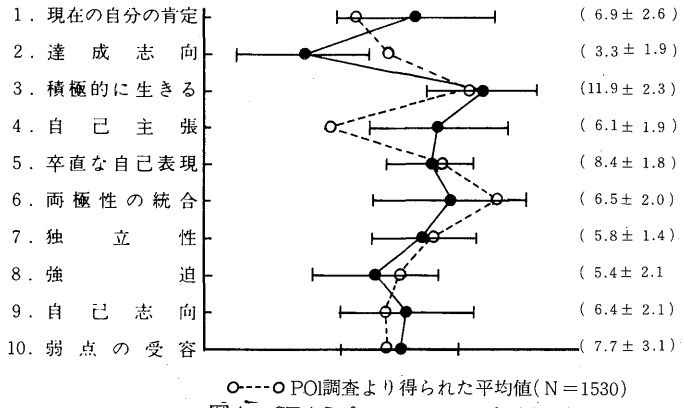

図1　SEASプロフィール　市民群（N＝49）
平均値と標準偏差

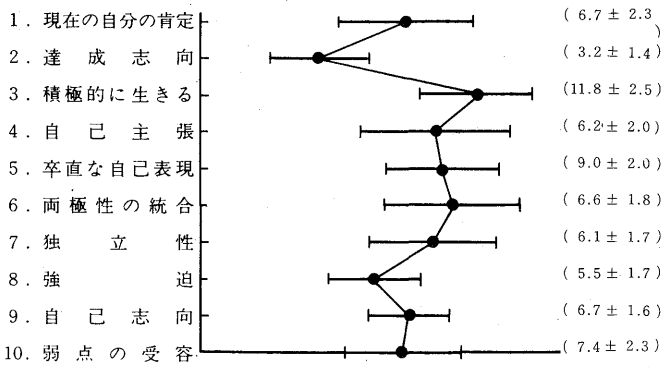

図2　SEASプロフィール　市民群、30—49歳、男子（N=19）

市民群の中で年齢階級が30―49歳の中年の男子19名と女子21名を比較した（図2，3）。

プロフィールでみるように男女差はない。わずかに「達成志向」が男子に高い傾向があるが有意差はない。

2．プロフィールのタイプ

個人別のプロフィールを見てゆくと，いくつかの特徴からプロフィールのパターンが分けられる。ここでは「達成志向」および「強迫」のカテゴリーをとり上げた。この2つのカテゴリーの粗点をつぎのように分類し命名した。

滅私奉公型	達成志向≦2	強迫≦5
積極型	達成志向≦2	強迫＞5
強迫型	達成志向＞2	強迫≦5
のんびり型	達成志向＞2	強迫＞5

この4つのタイプの典型的なパターンを図4～図7に示す。

1）滅私奉公型（図4）

このプロフィールは37歳の男子である。「自己肯定」，「弱点の受容」も平均値より高い。ところが「達成志向」，「強迫」は高得点を示し，プロフィールでは鋭いV字切れこみがある。「積極性」もあり，「自己主張」も強いが意外に「独立性」は高くない。このタイプの人は業績もよく上がる会社人間かもしれない。しかしその業績を上げているのは本人の達成志向だけではなく，むしろ本人の強迫的傾向によるものではないかと解釈できる。

2）積極型（図5）

1）の滅私奉公型に似ている。「達成志向」は非常に高い割に強迫傾向がない。積極的で独立性も高い。このタイプも業績が上る会社人間であろうが強迫的ではないという点で健康的ではないかと思われる。

3）強迫型（図6）

「達成志向」は高くないのに「強迫」性が目立つ。何かしなければならないと思うのではなく，何かが気になるからそれをおこなうというタイプであろう。

4）のんびり型（図7）

「達成志向」も「強迫」も高くない。積極性もまあまあであるし，独立性が高い。このタイプはゆったりとしたマイペース型であろう。

市民群の個人プロフィールを前記の4型に分けるとつぎのようになる。

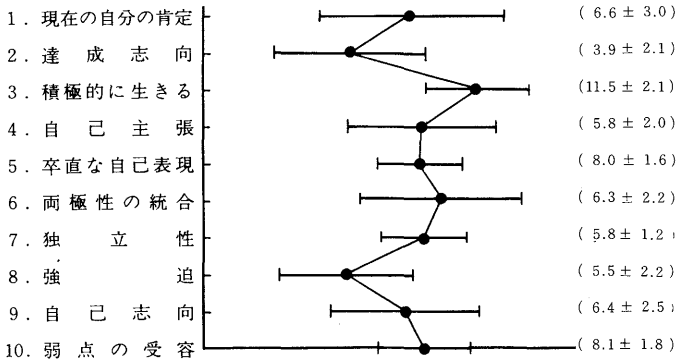

図3　SEASプロフィール　市民群、30―49歳、女子（N＝21）

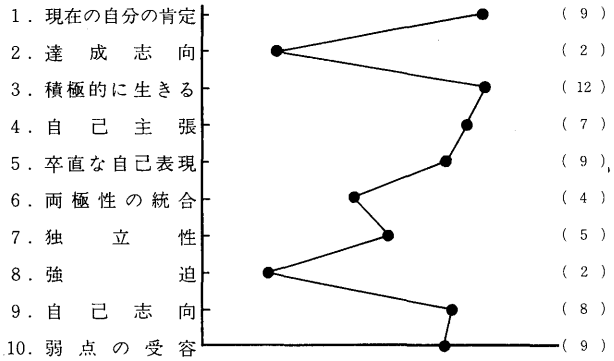

図4　SEASプロフィール　滅死奉公型、37歳、男子

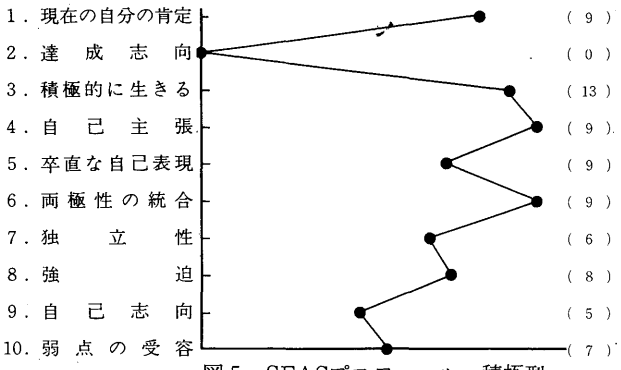

図5　SEASプロフィール　積極型、63歳、男子

	男子	女子
滅私奉公型	6 (23.1%)	2 (8.7%)
積極型	8 (30.8%)	3 (13.0%)
強迫型	8 (30.8%)	9 (39.1%)
のんびり型	4 (15.4%)	9 (39.1%)

集団の平均値では男女差はないが，プロフィール別でみると男子に滅私奉公型，積極型が多く，女子に強迫型，のんびり型が多いことが明らかになった。

3．夫婦の比較

市民群は夫婦がペアで参加したので，SEASの回答が得られた17組の夫婦のプロフィールを前記の4型に分けた。表2に示されるように夫の生き方が積極型，強迫型の場合は，同じような生き方の妻もいるが，のんびり型の妻が多い傾向があった。そこで夫婦のプロフィールをとり出して，似たようなプロフィールを示すものを「似た者同志」とし，プロフィールが逆になっているものを「相補的」として分けてみると表3．に示すようになる。似た者同志が5組，相補的が9組，どちらでもないが3組であった。

4．偏差値によるプロフィール表示

質問に対する反応の粗点の絶対値をプロフィール化することは，SEASの理想値とを比較することになる。しかし群間に差がある場合は同じ得点であってもその個人が群内でどのような位置にあるかがわからない。この欠点を補う意味で，群内での偏差値表示をおこなった。

積極型の50歳の男子の粗定表示が図8に示されている。これを偏差値表示にすると図9のようになる。偏差値は30―70までをとった。偏差値表示でみると，自己肯定，達成志向および自己主張がこの群の平均より高いことが明らかになった。粗点の得点ではかなり高いと思われた「積極的に生きる」は偏差値表示にするとそれほど高値ではない。

B．公務員群

公務員群67名のカテゴリー別平均値のプロフィールは図10に示されている。Ⅰ．で示した市民群の平均値と大差ない。しかし公務員群では「自己主張」の粗点が低い

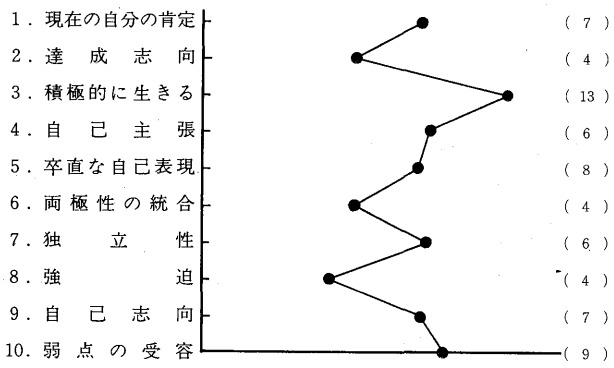

図6　SEASプロフィール　強迫型、44歳、男子

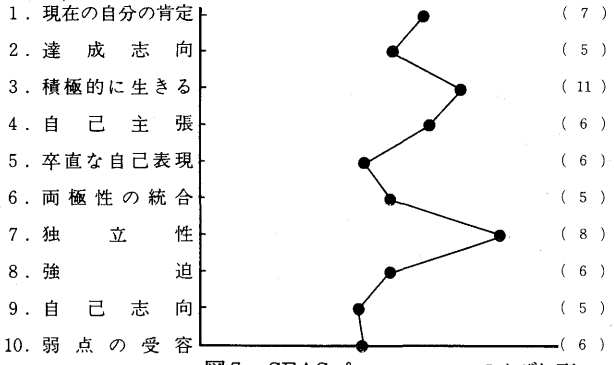

図7　SEASプロフィール　のんびり型、39歳、女子

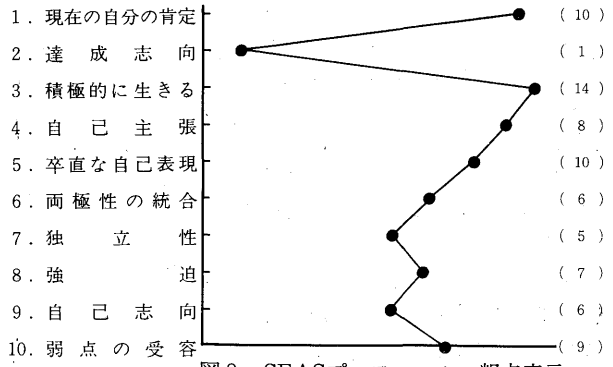

図8　SEASプロフィール　粗点表示、50歳、男性

（市民群 6.1，公務員群 4.6）。

年齢による得点の差をしらべるため，30—49 歳の 24 名と 50—69 歳の 33 名の平均値のプロフィールを図 11，12 に示した。中高年（50—69 歳）の公務員は壮年（30—49 歳）に比べて「達成志向」および「強迫」性が高い（$p < 0.05$）。その他のカテゴリーには差がなかった。

C.　会社員群

会社員群の全員の平均値のプロフィールが図 13 に示されている。市民群および公務員群と比較すると，会社員群は「自己肯定」の得点が低い傾向がある。「自己主張」は市民群と公務員群の中間の得点である。

会社員群の年齢 30—49 歳の 20 名の平均値のプロフィールが図 14 に示されている。同年代の公務員群（図 11）と比較すると，会社員群は「達成志向」の得点が高い傾向がある（会社員群 3.3 ± 2.4，公務員群 4.2 ± 2.1）。会社員群の得点は市民群（図 2）に近い。また「自己主張」も会社員群の 6.1 ± 2.4 に比べて公務員群は 4.3 ± 2.1 と会社員群の「自己主張」の得点が高い傾向がある。同様に「強迫」の得点も会社員群が高い傾向がある。

会社員群の中に「自己肯定」と「自己受容」の得点に大きな差がみられるものがあり，これを I—2 のプロフィールのパターン分けに準じて「不安定型」とした。図 15「自己肯定」と「自己受容」の粗点の得点差が 4 以上の者はつぎのようであった。20 歳台 7 名，30 歳台 3 名，および 40 歳台 1 名の計 11 名である。これは 20 歳台 18 名の 39%，30 歳台 15 名の 20% に相当する割合である。

つぎに「自己肯定」および「弱点受容」がともに低値を示す例をしらべた。得点が自己肯定≦ 4 で弱点受容≦ 6 であったものはつぎの通りである。20 歳台 5 名（この年齢層の男子 18 名の 27.8%），30 歳台 2 名（13.3%）および 40 歳台 2 名（40%）であった。

年齢階級別のカテゴリーの平均値と標準偏差は表 4 に示されている。40 歳台の標本数が小さいので比較は無理であるが，20 歳台および 30 歳台を比較すると，「自己肯定」および「自己受容」は 30 歳台の方が高い。表では 40 歳台で低下している。「強迫」は年齢が増加すると高く（粗点では逆に低く）なる。「自己主張」は年齢が低いほど低いが「自己表現」は年齢が低いほど高得点である。「独立性」，「自己志向」はあまり変らない。

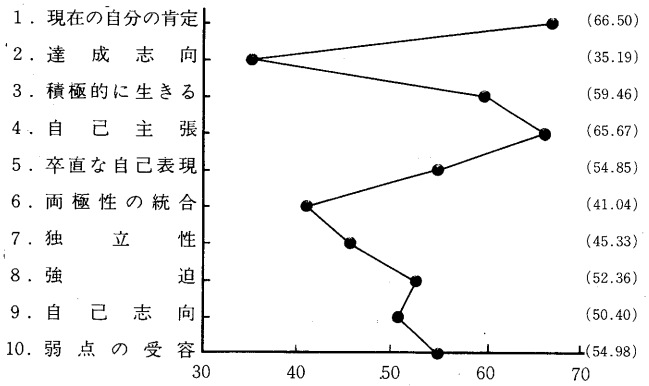

図 9　SEASプロフィール　偏差値表示、50歳、男子

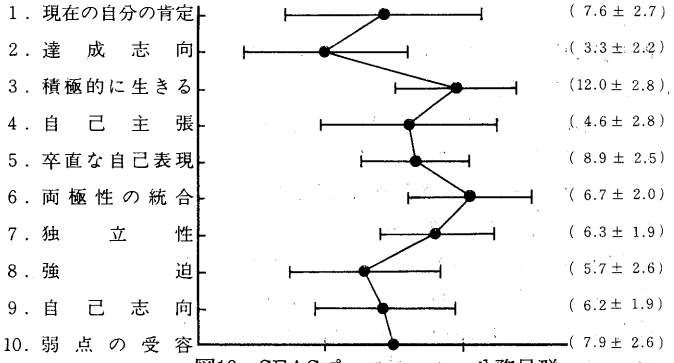

図10　SEASプロフィール　公務員群、男子（N＝67）

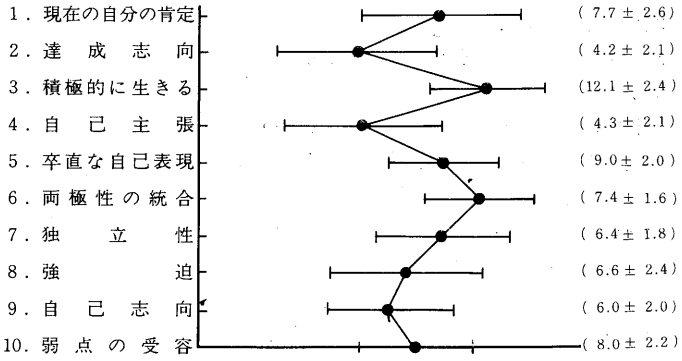

図11　SEASプロフィール　公務員群、30—49歳、男子（N＝24）

考　察

1．SEASのプロフィール表示

SEASのプロフィールは，すでにおこなった因子分析から得られた10項目のサブカテゴリーの順に粗点をとり線で結んだ。群の平均値のプロフィールは市民群，公務員群および会社員群で大差なかった。POI調査より得られた1532名のカテゴリー別平均値は図1に示されるように市民群の平均値と差がみられた。POI調査の被験者は大学生を中心とした青年層であり，今回の研究対象のうち市民群および公務員群は中年層であったための年代の差ではないかと思われる。青年層の特徴として「自己肯定」，「達成志向」および「自己主張」が低いことが目立つ。一般的に言えば青年期は自己主張が強いはずであるが，SEASの「自己主張」というカテゴリーの中には柔軟性，概念にこだわらない自由さなどを含んでいるため，青年層の反応が低いのであろう。「両極性の統合」のカテゴリーは市民群よりPOI被験者の方が得点が高い。これがそのまま「たてまえの不条理さに対する寛容」を表わしているか疑問である。このカテゴリーは前回のサブカテゴリーの研究の中でも疑問が出されている。このカテゴリーは青年層の本音だけの部分を測っているのではないかと思われる。

集団の平均値でみると年齢によって得点が動くカテゴリーは，「自己肯定」，「達成志向」，「自己主張」および「強迫」である。公務員群で明らかになったように中高年層に「達成志向」が高い。これが加齢によるものかあるいは昭和一桁世代の特徴であるのか興味深い知見である。男女差に関して，今回は標本数が少なく明らかにすることはできなかった。

個人プロフィールを見ると多様で，類型化が困難である。本研究では「達成志向」と「強迫」をえらび集団の平均値からかなり外れているものをとり上げ，一定の規準を作り4型に分けたが，別のカテゴリーを加えれば更に類型を作ることができる。

市民群の中で夫婦のペアをとり上げてプロフィールを比較した。その結果「相補的」と思われる互いのパターンが逆になったペアが17組中9組にみられた。この方法は夫婦関係のあり方を見るのに役立つかも知れない。ある群の中の個人の位置を偏差値表示でみる

表2　夫婦の生き方

妻＼夫	滅私奉公型	積極性	強迫型	のんびり型	計
滅私奉公型	0	0	0	0	0
積極性	0	1	2	0	3
強迫型	2	1	2	2	7
のんびり型	0	2	4	1	7
計	2	4	8	3	17

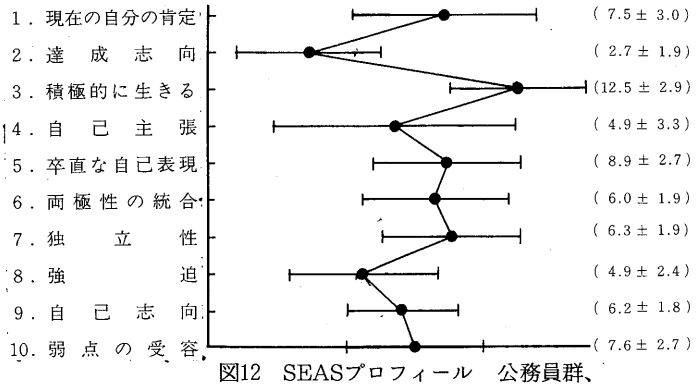

図12　SEASプロフィール　公務員群、50—69歳、男子（N＝33）

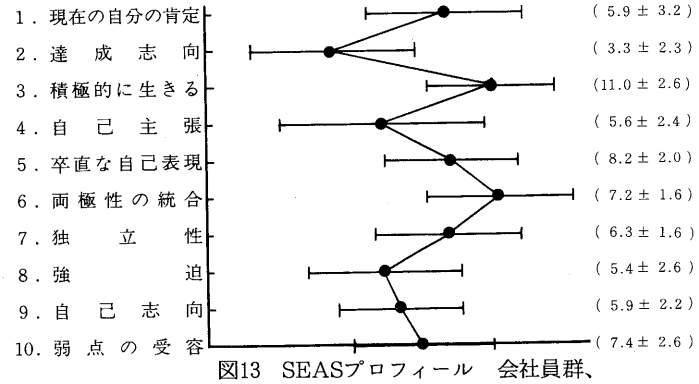

図13　SEASプロフィール　会社員群、男子（N＝42）

やり方を試みたが群の中の個人プロフィールを比較する場合に利用できる。本研究ではプロフィールの表示を偏差値30—70の間のみをとったが，この幅を越える偏差値の場合は表示できない。表示の幅を大きくとると差が目立たなくなる欠点がある。

2．SEASのversionⅡについて

SEASの結果のプロフィールは，前記のように因子分析の結果から第1因子，第2因子の順に第10因子まで並べて表示した。集団の平均値および個人別プロフィールを見ると，いくつかの因子がかたまっているように見える。年齢階級別のカテゴリー得点（表4）はカテゴリーを並べてある。「自己肯定」および「弱点受容」は対になって動き，両者の得点差が大きい場合は「不安定型」のプロフィールになる。この「不安定型」プロフィールは，会社員群でみると20才台に多い。「自己肯定」および「弱点受容」は個人の自己評価に関連が深いと思われる。自我同一性と自尊感情の関係について述べた藤原[1]によれば自己評価の感情を自尊感情として，一般に自尊感情が高い人は内的安定度が高く柔軟性にとみ，積極的で自己を自由に表現し得

表3　夫婦関係と配偶者の生き方

夫婦関係／夫のパターン	似た者同志	相補的	どちらでもない
滅私奉公型	2	0	0
積　極　性	1	2	1
強　迫　型	1	5	2
のんびり型	1	2	0
計	5	9	3
妻のパターン			
滅私奉公型	0	0	0
積　極　性	1	1	1
強　迫　型	2	3	2
のんびり型	2	5	0
計	5	9	3

表4　年齢階級別のカテゴリーの得点

カテゴリー／年齢階級	20—29歳 N＝19	30—39歳 N＝15	40—49歳 N＝5
1．現在の自分の肯定	5.5±3.5	6.7±3.1	5.4±1.9
10．弱点の受容	7.1±7.3	8.4±2.3	5.8±2.3
2．達成志向	3.8±2.0	3.3±2.2	3.0±2.8
8．強　迫	6.0±2.6	5.4±2.3	3.4±2.6
4．自己主帳	5.1±2.4	5.8±2.5	7.0±2.0
5．卒直な自己表現	9.0±2.2	7.8±1.6	6.6±0.8
7．独立性	6.2±1.8	6.3±1.5	6.6±1.4
9．自己志向	5.7±2.0	6.2±2.6	5.8±1.7
3．積極的に生きる	10.6±2.8	10.8±2.5	13.0±1.8

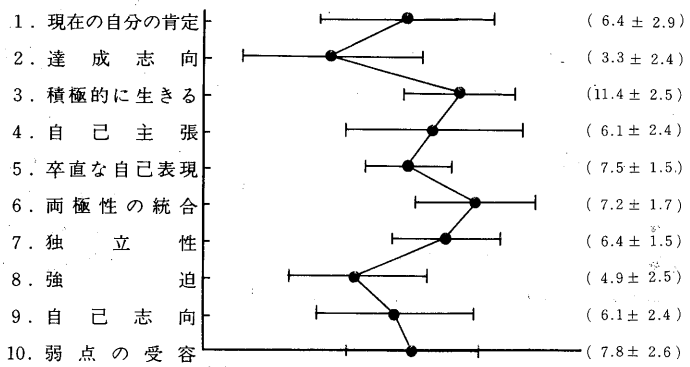

図14　SEASプロフィール　会社員群、30—49歳、男子（N＝20）

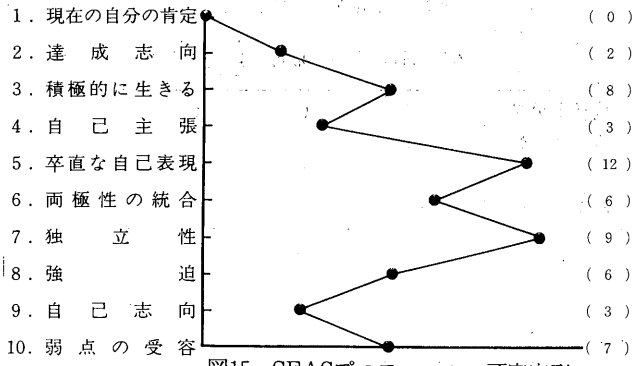

図15　SEASプロフィール　不安定型、20歳、男子

るという。藤原[1]によればMaslow, A. H. は自尊感情が高いのに不安定な人や逆に低いのに安定した人がいることを指摘しているという。その面からみると「自己肯定」および「弱点受容」の得点が極端に低い場合も高い場合も問題がある可能性がある。

「達成志向」および「強迫」も同時に動く場合が多い。「達性志向」とした第2因子は，現在よりも将来により多くを規定され，自分の価値がどれだけのことを成し遂げたかに重きをおかれ，すべて社会規範に従って生きているという生き方である。この生き方が何事も完全にやらなければ気がすまないという強迫性によって支持されている場合があり，両者とも高得点を示すのである。「強迫」はその人の強迫傾向を測っていることになる。

「自己主張」および「自己表現」は言葉だけみると同じようにみえるが，実際のプロフィールは同時に動かない。しかし「自己主張」の第4因子の内容は柔軟でかつ概念にこだわらない自由さをもった自己主張であり，単に自分の意見を述べるという次元ではない。また「自己表現」は具体的な対人関係の状況の中での卒直な自己表現を意味しているのであって単なる表現ではなくもっと深い意味が含有されている。

これらの点から「自己主張」と「自己表現」が平行に動かないのであろう。

「独立性」および「自己志向」も自分自身を信頼し他者に影響されないという内容を含んでいるためこの2つのカテゴリーも平行して動くようである。

以上のような臨床的印象をもって村山ら[6]のおこなったクラスター分析の結果を見るとつぎのようになる。

第1群

1．現在の自分の肯定

10．弱点の受容

第2群

3．積極的に生きる

4．自己主張

9．自己志向
7．独立性

第3群
2．達成志向
8．強迫

第4群
5．卒直な自己表現
6．両極性の統合

この分析の結果は，前記の臨床的印象を十分に裏付けるものである。第1群に含まれるカテゴリーは，こだわりのない素直な自己評価を示している。第2群は十分な自己信頼にもとずいた前向きの自己主張が測られる。第3群は将来や規範意識にとらわれすぎて，あるいは自己の強迫傾向の故に常に動かざるを得ないというマイナス面が測られている。第4群はたてまえはともかく大胆に卒直に本音を表現することが測られている。

今後の問題は，前記のクラスター分析の結果を参考にしてカテゴリー群をまとめ，プロフィールの解釈が容易になるようなSEAS version IIを作製することである。ここではversion IIの試みをつぎのように考えている。

SEAS version II

1．自己肯定
2．弱点受容
} 素直な自己評価

3．積極性
4．柔軟な自己主張
5．自己志向
6．独立性
} 自己信頼

7．自己表現
8．両極性統合
} 卒直さ

9．達成志向
10．強迫傾向
} とらわれ

この分類では第2群に4項目のカテゴリーが含まれ，他の群とバランスがとれない。「自己志向」および「独立性」を分離して「独立性」という表現をしてもいいかもしれない。このように10項目のカテゴリーを4—5群に分けることによってSEASの結果の解析がより明確化できると思われる。

3．SEAS回答処理の修正について

1）プログラム修正

前に報告した[5]パソコンによるSEASプロフィール作製のためのプログラムにミスが発見されたので以下のように修正する。

誤り

```
600 IF PAT (NO) =I THEN GOSUB*PLUS:
                RETURN
610             ELSE  GOSUB * MINUS:
                RETURN
```

正

```
600 IF PAT (NO) =I THEN GOSUB*PLUS:
                RETURN
610 IF PAT (NO) =0 THEN GOSUB*MINUS:
                RETURN
```

2）判定の修正

前に下位カテゴリーとその項目について報告し[4),5)]たが，質問に対する反応は質問紙作製の際に得られた反応[4)]を判定基準とした。ところがSEASの質問項目を「自己実現」という観点から回答してみると，1532名の被験者から得られた反応が必ずしも「自己実現」の方向に沿っていないと考えられるものがあり，つぎのように判定を修正した。

質問5．正直は常に最善の策である。(+) → (-)

質問35．私はいつも本当のことを言わなければならないと思う。(+) → (-)

質問49．私は素直な自分になることで，たいていのことは耐えられる。(-) → (+)

本研究は前記のような修正が加えられた後で結果の解析がおこなわれた。

まとめ

精神的健康度を測る一つの尺度として，われわれが開発したSEAS（自己実現尺度）を実際に応用し，その表示と解析を試みた。

被験者は，市民群46名，公務員群67名および会社員群42名である。SEAS解析の結果つぎのことが明らかになった。

（1）群の平均値をプロフィール化すると3群とも大差はなかった。

（2）公務員群では，中高年層（50—69歳）は壮年層（30—49歳）に比べて「達成志向」および「強迫」のカテゴリーの得点が高かった。

（3）公務員群と会社員群を比較すると，会社員群に「達成志向」のカテゴリーの得点が高い傾向にあった。

（4）カテゴリー「自己肯定」および「弱点受容」の得点は青年層に低い傾向がみられた。

（5）個人のプロフィールは類型化がむつかしいが

「達成志向」および「強迫性」を軸にとると4型に分けることができた。

（6） 10項目のカテゴリーについてクラスター分析をおこなった結果は臨床的判断と一致し，カテゴリーは4—5群に分けられることが明らかになった。SEAS version Ⅱはこの結果をもとにして作製することになった。

文　献

1） 藤原正博：自我同一性と自尊感情の関係，遠藤辰雄，アイデンティティの心理学，ナカニシヤ出版，京都，1981，pp.86.

2） Maslow, A. H. 上田吉一訳：完全なる人間，誠信書房，1964.

3） 村山正治，山田裕章，峰松　修，冷川昭子，二藤部里美，深尾　誠：自己実現尺度で測る精神的健康(1)，健康科学，**4**:177-184，1982.

4） 村山正治，山田裕章，峰松　修，冷川昭子，亀石圭志，二藤部里美：自己実現尺度で測る精神的健康(2)，健康科学，**5**:1-9，1983.

5） 村山正治，山田裕章，峰松　修，冷川昭子，亀石圭志：自己実現尺度で測る精神的健康(3)，健康科学，**6**:45-57，1984.

6） 村山正治，山田裕章，峰松　修，冷川昭子，亀石圭志，：自己実現尺度で測る精神的健康(4)，健康科学，**7**:111—118，1985.

7） Shostrom, E. L.:An inventory for the measurement of self-actualization, Educational and Psychological Measurement, **24**:207-218, 1964.

8） Shostrom, E. L.:Comments on a test review: The Personal Orientation Inventory, J. counsel. Psychol., **20**:479-481, 1973.

9） Shostrom, E. L.:Manual for the Personal Orientation Inventory, San Diego, Calif., Educational and Industrial Testing Service, 1974.