

## 自己受容とnegative感情の対処：ロールシャッハ法からの接近

河本， 緑  
九州大学大学院人間環境学府

高橋， 靖恵  
九州大学大学院人間環境学研究院

<https://doi.org/10.15017/849>

---

出版情報：九州大学心理学研究. 2, pp.73-81, 2001-03-31. 九州大学大学院人間環境学研究院  
バージョン：published  
権利関係：



# 自己受容と negative 感情の対処

—ロールシャッハ法からの接近—

河本 緑 九州大学大学院人間環境学府  
高橋 靖恵 九州大学大学院人間環境学研究院

## Self-acceptance and coping with negative affects —The approach with rorschach method—

Midori Kawamoto (*Graduate school of human-environment studies, Kyushu university*)  
Yasue Takahashi (*Faculty of human-environment studies, Kyushu university*)

The purpose of this study is to determine how individuals' extent of self-acceptance affects their ability to cope with negative affects. A questionnaire was given to fourth-year undergraduate and second-year graduate students (N=172) to assess the relationship between self-acceptance and the ability to cope with negative affects. Subjects were divided into high and low self-acceptance groups. The Rorschach method, using Nagoya University's "Affective Symbolism", was employed to analyze unconscious aspects of the personalities in each group. While quantitative analysis showed that the groups share some characteristics, sequence analysis suggested clearly that they are different: Cases in the high self-acceptance group were not overwhelmed by internal or external strong stimulations, nor lost their control of themselves. They were able to weather emotional crisis by controlling their emotions. These findings suggest that self-acceptance helps individuals to maintain internal stability, and influences self control abilities.

**Keywords:** self-acceptance, coping with negative affects, Rorschach method

### 問題及び目的

常に他者との関わりの中で生活し、成長していく社会的存在である我々にとって、自分と外界との関係の認知には、やはり多かれ少なかれ自己の在り方・捉え方が影響しているものと考えられる。内的にも外的にも、人がより良く生きていくためには、ありのままの自分自身を受け入れることが重要となってくる。はたして自己を受容するということは、我々にどのような影響を及ぼしているのだろうか。つまり自己受容の程度が高い人と低い人とでは、どのような違いがあるのだろうか。

同じ出来事に対して、それを positive に感じ取る人もいれば、negative に感じ取る人もいる。それだけではなく、同一人物でありながら、同じような出来事を positive に感じ取るときもあれば、negative にしか感じ取れないときもある。やはり、それを感じ取る側の問題、つまり内面的な問題が大きく関わるのではないだろうか。特に、精神的健康にも影響を及ぼしうる negative 感情を抱いた場合、その対処の仕方は人によってどのように違うのだろうか。

自己受容は、臨床心理学における重要な概念の一つであり、また臨床場面に限らず、成熟した精神的に健康な人間の属性として挙げられている。自己受容は、多くの

研究者によって様々に定義されている。本研究では、沢崎 (1994) が、自己受容について、調査的研究においては、その本来の意味であるところの「ありのままの自分を受け入れる」という状態をそのまま調査することは実際不可能であると指摘し、この本来の意味を最も良く表している状態を、自分に対して「それでよい」、「そのままでもよい」と感じている状態とした定義を採用する。

一方、自己の内部に生じた negative な感情への対処には意識・無意識の側面があり、その対処方法は様々である。対処行動研究において、三川 (1988) は、多くの研究者が問題にしながらも、理論的背景や定義、測定方法に一貫した見解が認められていないこと、また、対処行動を生活ストレスとの関連において検討する場合には、対処行動についてそのタイプや構造を明らかにする必要があることを指摘している。

特に、無意識的な negative 感情への対処方法に接近する上で、投映法の中心的位置を占めるロールシャッハ法は、渡辺 (1995) が言うように、無意識的な囚われや不安、抑圧された願望や衝動、さまざまなコンプレックスなどを明らかにする有効な方法であり、人間の深層世界を理解するのに役立つ。本研究では、その「名古屋大学式技法」(以下、名大法と略)における“感情カテゴリー”に注目する。「ロールシャッハ法解説 —名古屋大学式

技法— 1999年改訂版」の序章に引用されている村上によると、被検者の感情的構造の中に横たわっている緊張が、ロールシャッハ反応をとおして被検者の構成した概念に対する感情的価値を与える。従って、被検者はそれぞれ違った感情的価値をもつ反応を生み出すのであって、逆に、その反応から、その被検者の感情的構造を知ることができるという。本研究では、反応内容に伴う感情的価値や表現を分析し、そこに反映される被検者の感情的構造を明確にしていくことで、negative感情を“感情カテゴリー”の不快感情と照合して、力動的に検討を行っていきたい。また、中野・津川・浜田(1995)によって、Boyerらが開発した“感情カテゴリーのスコアリングシステム改訂版(AIIS-R)”を用いたロールシャッハ研究もなされているが、筆者が使い慣れ、さらに結果の分析の信頼性において協力が得られることから、本研究では名大法を用いることとする。

青年期は、子どもと大人の境界期であり、身体的・心理的・社会的に大きな過渡期でもある。その中で、自己を模索し修正しながらその確立を目指して発達していくプロセスを踏む。当然、自己の在り方は動揺し不安定となり、そのため自己受容の程度にも揺らぎがみられるだろうし、negative感情も抱えやすいと考えられる。対象者としては、将来にある程度の見通しを立てられる青年期後期、中でも就職を控えひとりの大人としてこれから社会へ出ていく大学4年生及び大学院修士課程2年生とする。

これらのことを踏まえて、本研究では、まずnegative感情として、社会生活において抱きやすいと思われる、怒り・孤独感・抑うつとの3つを取り上げ、その対処行動と自己受容との関連性を予備調査によって理解し、さらに、自己受容の程度が無意識的なnegative感情への対処にどのように影響しているのかを明らかにすることを目的として研究を進めていく。

## 自己受容とnegative感情の 対処行動との質問紙調査

### 1. 方法

調査対象：大学4年生・大学院修士課程2年生172名(男子108名、女子64名)。

実施期間：1999年11～12月。

質問紙：①自己受容測定尺度(沢崎, 1993)②対処行動尺度(青年版)(三川, 1988)を加筆修正し作成した。

②の対処行動尺度では、「行動レベル」の対処行動と「意識・感情レベル」の対処行動とに分けられている。さらに「行動レベル」は、他者に責任を求める“他責型対処”、自らに責任を求める“自責型対処”、他者に援助を求める“他者への相談”の3つに分かれる。「意識・感情レベル」は、苦痛な感情を自分から切り離して処理

する“感情の分離”、「思い出さないようにする」といった“忘却”、「つとめて平静に振舞う」といった“抑制”、「趣味やスポーツに打ち込む」といった“昇華”の4つに分けられる。また、これらのうち精神的に健康な対処行動として、「意識・感情レベル」の“昇華”と「行動レベル」の“他者への相談”が、精神的健康とは反対方向の対処行動として、「行動レベル」の“他責型対処”と“自責型対処”がそれぞれ示されている。

### 2. 結果及び考察

自己受容得点が(平均値+1SD)以上の人を高自己受容群(22名、以下H群)、(平均値-1SD)以下の人を低自己受容群(26名、以下L群)とした。性と群を独立変数とし、対処行動得点を従属変数とする2要因の分散分析を行った。ここでは、次のロールシャッハ研究の前提となる、自己受容の群について検討する。

#### 1) 怒りを感じた場合の対処行動

交互作用は見られなかった。性と群において主効果が認められた。群では、「行動レベル」においてのみLow群の方が有意に高かった( $F(1,168)=6.52, p<.05$ )。内容は、“他責型対処”、“自責型対処”( $F(1,168)=5.25, 5.15, p<.05$ )が有意に高く、“他者への相談”に高い傾向が見られた。

#### 2) 孤独感を感じた場合の対処行動

交互作用は見られなかった。性と群において主効果が認められた。群では、「行動レベル」においてのみLow群の方が有意に高かった( $F(1,168)=20.07, p<.01$ )。内容は、“他責型対処”、“自責型対処”、“他者への相談”( $F(1,168)=8.67, 27.00, 11.10, p<.01$ )であった。

#### 3) 落ち込みを感じた場合の対処行動

交互作用は見られなかった。性と群において主効果が認められた。群では、「行動レベル」においてのみLow群の方が有意に高かった( $F(1,168)=10.95, p<.01$ )。“自責型対処”( $F(1,168)=20.91, p<.01$ )、“他者への相談”( $F(1,168)=4.86, p<.05$ )が有意に高く、“他責型対処”に高い傾向が見られた。

全体的に、H群に比べL群の方が、何らかの行動を表出することでnegative感情に対処していた。L群には、受け入れられない自分自身を責めやすい傾向も示された。このことは、negative感情を抱いた時に何か行動をしてしまう、つまりnegative感情により揺さぶられやすいことを示している。しかも、精神的に健康な対処行動と考えられるもののうち“他者への相談”のみにH群とL群間での有意差が見られており、うまく対処できたとしても自分ではなく他者の援助に頼ろうとする、つまり自分自身の力に頼って望ましい対処ができないということが推測される。

全般的に「行動レベル」には差が見られ、「意識・感情レベル」には特記すべきところがなかった。質問紙調

査の限界であるとも考えられ、特に感情を扱うのであれば、表層的な側面のみならず、無意識的深層的な側面からの接近を行うことが必要である。これらの検討結果を踏まえて、より具体的に感情構造の考察を行うため8名を代表事例として抽出し、ロールシャッハ法による分析を進めていくことにする。

### ロールシャッハ法による分析と検討

#### 1. 方法

調査対象：質問紙調査のH群から協力者3名（男子2名、女子1名）、L群から協力者5名（男子3名、女子2名）。

実施期間：1999年12月。

#### 2. 結果

##### 1) ロールシャッハによる量的分析

Table1, 2にはロールシャッハ・スコアを、Table3, 4には感情カテゴリーの割合を示している。感情カテゴリーのうち、Hostility 敵意感情、Anxiety 不安感情、Bodily Pre-occupation 身体的関心が不快感情にあたり、これら3つの合計としてTotal Unpleasantを示す。

##### ① 情意的統制の側面

H群は、人間運動反応が動物運動反応より多く（表中、M：FM）、形態の明確な色彩反応がその曖昧な反応より多く見られた（表中、FC：CF+C）。L群に比べH群の方が、内界、外界ともに情緒的な強い刺激に対する衝動性をうまくコントロールしていると言えるのではないだろうか。また、両群とも blot の特性と被検者の反応との適合性を表す形態水準（F+%、R+%）が低いため、刺激によって客観性や冷静さを欠く傾向が見られるが、L群には反応拒否や色彩ショックが多く見られており、コントロールの弱さ、つまり統制能力の低さを反映していると考えられる。

##### ② 対人関係の側面

L群は人間反応を多く産出しながらも、人の部分だけの反応であったり、動きを見出していなかったり、形態が曖昧だったりしていた。対人的に敏感で、他人を気にしたり気を遣ったりしているといえる。さらに、感情カテゴリーにおける不安定反応や緊張反応が多く、やや対人不安・対人緊張の傾向がみられた。一方、H群は、反応数の割に平凡反応が乏しく、他人と同じものの見方をしたり他人と合わせる事が難しい傾向があった。

##### ③ 自己イメージカード

H群で例示すると、“いばってみえる、自分自身謙虚でありたいのどこか一番でありたいと思っているところがあるから”、“オウムに見えたのが自分のとほけた部分で、噴火に見えたのが自分の突っ走るといふか活動的な部分”というように、選択理由が客観的に自己を捉

えたものであった。それに比べ、L群では“今の自分に満足してないから”と最も嫌いなカードと一致したり、“この絵もよく分からないけど、自分自身もよく分からないから”と反応拒否カードと一致したり、“カードのイメージが華やかで楽しそうで、自分も明るく楽しくしていきたいから”と願望的な理由であったり、現状への不満足や不安定性が表れていた。

##### 2) 事例検討

以上の知見を深めるため、量的分析において共通点の多い、H群から事例B、L群から事例Yについて、不快感情を伴う反応の次の反応に注目し、どのような対処がなされているかを重点的、具体的に感情カテゴリーを中心とした継起分析を通して検討する。2人の共通点として、外的統制が弱く、強い刺激に揺さぶられやすいこと、Table3, 4からも分かるように、不快感情の割合が特に高い上位2名であること、また人間運動反応が全く見られず、内的統制が量的に解釈できなかったことが挙げられ

Table 1  
ロールシャッハ・スコア（H群）

事例	A	B	C
R	53	49	50
Card of Rej.	0	0	0
VIII X/R%	37.7	30.6	32
W:D:d:Dd	23:25:0:5	36:8:0:5	25:17:0:10
Sequence	confused	loose	loose
Tur%	13.2	49.0	30
T/ach	4	4.2	6.8
T/ch	3.6	9.2	6
T/IR	3.8	6.7	6.4
Tot. Time	9'53"	10'17"	11'42"
Content Range	14	18	21
F%	45.3	53.1	58
F+%	66.7	38.5	65.5
R+%	64.2	42.9	56
P	7	3	3
W : M	23:13	36:0	25:5
M : FM	13:2	0:1	5:2
M : ΣC	13:8	0:11	5:6.5
FC : CF+C	6:4	4:9	6:3
A%	52.8	36.7	32
H%	28.3	8.2	20
H+A:Hd+Ad	33:10	16:5	20:6
Activity Level	a=7 i=6 p=4	a=4 i=1 p=0	a=8 i=2 p=2

**Table 2**  
ロールシャッハ・スコア (L群)

事例	V	W	X	Y	Z
R	26	193	18	20	53
Card of Rej.	0	0	1(II)	0	0
VIII X/R%	26.9	37.3	50	30	30.2
W:D:d:Dd	21:4:0:1	27:82:17:66	5:11:0:2	13:5:0:2	16:23:0:14
Sequence	orderly	confused	orderly	rigid	loose
Tur%	46.2	50.3	33.3	25	52.8
T/ach	20.4	5.4	7	17.4	13.8
T/ch	41.6	6.2	12.5	19	15
T/IR	31	5.8	9.75	18.2	14.4
Tot.Time	18'53"	44'25"	6'29"	12'22"	33'10"
Content Range	17	29	13	12	18
F%	34.6	51.8	44.4	50	75.5
F+%	66.7	35	75	60	77.5
R+%	69.2	39.4	55.6	60	77.4
P	5	7	3	4	3
W : M	21:5	27:28	5:1	13:0	16:2
M : FM	5:2	28:14	1:0	0:3	2:6
M : ΣC	5:5	28:17	1:5	0:1.5	2:1
FC : CF+C	2:4	13:10	2:4	1:1	2:0
A%	50	30.1	33.3	40	47.2
H%	26.9	28.5	11.1	20	24.5
H+A:Hd+Ad	16:4	71:42	8:0	9:3	21:17
Activity Level	a=4 i=1 p=2	a=24 i=19 p=9	a=1 i=1 p=0	a=5 i=2 p=0	a=3 i=1 p=4

**Table 3**  
感情カテゴリーの割合 (H群)

事例	A	B	C
Hostility	5.7%	31.8%	13.2%
Anxiety	9.4%	20.5%	21.1%
Bodily Preoccupation	0%	6.8%	1%
Total Unpleasant	15.1%	59.1%	36.9%
Dependency	32.1%	15.9%	18.4%
Positive feeling	43.4%	18.2%	42.1%
Miscellaneous	9.4%	6.8%	2.6%
N (Neutral)	37.7%	28.6%	40%

**Table 4**  
感情カテゴリーの割合 (L群)

事例	V	W	X	Y	Z
Hostility	22.2%	21%	26.7%	21.4%	32.5%
Anxiety	18.5%	14.6%	20%	28.6%	17.5%
Bodily Preoccupation	3.7%	2.5%	0%	7.1%	5%
Total Unpleasant	44.4%	38.2%	46.7%	57.1%	55%
Dependency	25.9%	14.6%	6.7%	35.7%	20%
Positive feeling	25.9%	36.3%	46.7%	7.1%	22.5%
Miscellaneous	3.7%	10.8%	0%	0%	2.5%
N (Neutral)	23.1%	31.1%	27.8%	45%	41.5%

る。Table5, 6 に事例 B, Y の反応内容を示す。

① 事例 B

I カードは、初発反応時間が2秒とスムーズに入った。  
第6反応「シカの皮をむかれたあと」で間接敵意反応

(Hh) と被一加虐反応 (Hsm) が表出されたが、次の第7反応では「カラス」で中性感情 (N) で終えている。

最初のブライト・レッドカードであるIIカードでは、初発反応時間が20秒と遅れ、第1反応「痔」と自分の体

**Table 5**  
事例 B (H群) の反応内容

I	①オオカミ ②コウモリ ③コウモリ ④インベーダー ⑤キツネ, タヌキ ⑥シカの皮を剥かれたあと ⑦カラス
II	①痔 ②鬼 ③エビ ④ダイヤモンド ⑤火山 ⑥ムササビ
III	①きのこ ②きのこ雲, 原爆 ③蝶ネクタイ ④内臓
IV	①Tシャツ ②人 ③竜 ④コマ
V	①イチヨウ ②ちょう ③コウモリ ④派手な衣装
VI	①天狗の葉っぱ ②ネズミ ③ドリル ④星 ⑤ビーム光線 ⑥火山
VII	①向かい合う人 ②ウサギ ③カニ
VIII	①ほおずき ②クラゲ ③動物園 ④山, 山脈 ⑤肺
IX	①滝 ②火山の噴火 ③湖 ④プラネタリウム ⑤桜の木
X	①天国 ②お城 ③海底の風景 ④炎, オリンピックの ⑤神社

**Table 6**  
事例 Y (L群) の反応内容

I	①コウモリ飛んでる ②悪魔 ③マスク
II	①肺の部分のレントゲンのイメージ ②航空機みたいに今から飛ぼうとしている状態
III	①虫みたい ②仮面ライダーの顔
IV	①このへん背中, ここが竜の顔 ②滝が流れてる感じ ③漫画に出てくる竜
V	①バタフライ
VI	①この辺り竜, こっちは別物 ②木の幹のような感じ
VII	①昔何か土器にのってそうな人の形
VIII	①カブトガニを背中から見た感じ ②獲物を追う肉食動物 ③岩でできた神殿のような感じ
IX	①洞窟の入り口から滝が見える ②火山が何か噴火してる感じ
X	①色によって生き物, 一ヶ所に集まってるイメージ

験と照らし合わせて疾病腐敗反応 (Bdi) を表出し, ink-blot との距離感の近さがうかがえる。次の第2,3反応では「鬼がお面をかぶって出てきた」「エビが後ろに隠れている」という防衛反応 (Adef) で, 内面の表出を調節しようとしている。また, 質疑段階で第1反応の説明後に「家の灯り」で安定反応 (Dsec) を, 第3反応の後に「人がしゃがんで2人手を合わせている」で中性感情 (N) を付加反応として出した。第5反応「火山」で緊張反応 (Hhat) を表出するが, 次の第6反応では「ムササビ」で, 何かしら象徴的な感情を伴うと見られるものの分類不能 (Mi) で終わった。第1反応で近づき過ぎた距離を, 付加反応も含めた防衛的な態度によって調節しているが, 第6反応ではまだ不安要素が残っているといえる。

IIIカード第1反応「きのこ」で嫌悪反応 (Adis) を, さらに第2反応「きのこ雲, 原爆」で間接敵意反応 (Hh) ・拡散反応 (Adif) を表出し, IIカードを引きずつ

て形態の悪いイメージ先行の反応が見られるものの, 次の第3反応では「蝶ネクタイ」で装飾反応 (Pom) と落ち着いた。第4反応「内臓」で筋肉内臓反応 (Bf) を出して終える。自由反応段階では, 人間反応は出されておらず, 質疑段階で「2人の人がいてキャイーンポーズ」と言い, 幼児様反応 (Dch) ・幼児的快反応 (Pch) を付加した形となっている。やはり, 少し距離をおくと, 客観的に見ることができるといえる。

次のIVカードの第1反応では「Tシャツ」で中性感情 (N) から始まり, 第2反応「人」は形態のまとまりがなく, 「マンガか何かの大魔神みたい」と脅威反応 (Athr) ・権威反応 (Daut) ・幼児様反応 (Dch) を出している。このことから, 怖いものが見えてもマンガの中のこととして安定を保とうとしている様子が理解できる。第3反応は, 雲をかき分ける「竜」で拡散反応 (Adif) を, 第4反応「コマ」では中性感情 (N) をそれぞれ表出するが, 形態はまとまりを欠いている。

Vカードも、第1反応は自分でイメージが先行していると説明し、知覚が曖昧なスタートとなるが、第2反応は形態も良好なP反応「ちょう」を出すことができた。

VIカードは、difficult cardながら6つの反応が出されている。第2,3反応「ネズミ」「ドリル」で口腔攻撃反応(Dor)、間接敵意反応(Hh)を表出するものの、第4反応ではクリスマスツリーにつける「星」で装飾反応(Porn)・娯楽反応(Prec)を出した。第5,6反応「ビーム光線」「火山」で間接敵意反応(Hh)・回避反応(Aev)、緊張反応(Hhat)を出し、やはり、不快感情が表出されてきている。

VIIカード第1反応では「向かい合う人」と通常見られる人間を知覚し、また中性感情(N)により落ち着いてスタートした。VIIカードは、Iカード以外で唯一初発反応の形態が良好だった。

最初の多彩色カードであるVIIIカードは、初発反応がまとまりを欠きやすいというこれまでの流れから、初発反応時間の遅れが心配されたが、8秒で問題なくとりかかった。しかし、この第1反応は、blotの一部を指差しながら「色はこの色なんだけど、色を見ずに全体の形からほおずき」と色彩の影響を否定して、形態もマイナス反応となっており、意味深いスタートであるといえる。第2反応「クラゲ」で「得体が知れない」と嫌悪反応(Adis)を出す。第3,4反応「動物園」「山」でそれぞれ中性感情(N)を表出し、さらに質疑段階で第3反応の説明後に「鎧兜を着た人」と防衛反応(Adef)を付加した。そして第5反応「肺」で筋肉内臓反応(Bf)を表出して終えた。第1反応の影響か、中盤で防衛しながらも最後の第5反応では良質な反応が出せずにいる。

次のIXカード第1反応では、「滝」で内容的に自然美反応(Pnat)だったが、形の知覚よりも色彩から強い刺激を受けており、第2反応「火山の噴火」でも緊張反応(Hhat)の表出となっている。次の第3反応「湖」、さらに第5反応「桜の木」で再度自然美反応(Pnat)ながら、次第に形態もまとまり、落ち着きを取り戻している。

Xカードも、第1反応は色彩の影響でイメージ優位の「天国」と宗教反応(Drel)を出す。3秒という速さでスタートする。第2,3反応「お城」「海底の風景」で安定反応(Dsec)、幼児様反応(Dch)を表出し、第4反応「オリンピックの炎」で娯楽反応(Prec)、第5反応は「神社」で再び宗教反応(Drel)にて終了した。反応を出す度に形態レベルが上がって知覚が統合されていき、内容も良好で依存感情の多いカードであった。まとまりを得た形で終了となっている。

Bは一枚のカードに対する一連の反応の中で、前半は形態水準が低下し、後半では反応内容が内臓や火山の爆発といった強い不快感情の表出を伴う傾向があった。この後半の影響で、次のカードでは内容は良好でもやはり

知覚の曖昧なスタートとなるが、各カードの中盤で形態水準が上がり内容も良質なものに立て直されている。また、不快感情を伴う反応が表出された次の反応は、形態はやや曖昧なもの、快的感情を伴うものが多く見られた。さらに、付加反応が4つと多く見られ、その内容、形態共に良好で安定反応や快的反応が出された。確かにTotal Unpleasantの割合が高く、不快感情が多く表出されているが、当初不安から防衛的な態度であったものの、その後立ち直りが見られ、自分でコントロールができていると考えられる。内的統制は良好であるといえる。

自己イメージカードはIVカードで、形態水準は低い反応内容は良好であり、自己受容的であることが支持されている。

## ② 事例Y

初発反応時間はやや遅れて23秒でIカードを始める。第2反応「悪魔」で脅威反応(Athr)を出す。次の第3反応では「マスク」で防衛反応(Adef)で終える。このカードは、最も好きなカードに選ばれており、「悪魔」と「マスク」という反応内容よりも、見やすさで選ばれている。内在化された不安、防衛的な様子が特徴的なカードであった。

次のIIカードは、初発反応時間16秒と抵抗なく入った。しかし、第1反応「腰の部分のレントゲン」で骨格反応(Bb)を表出し、次の第2反応では「航空機の噴射口」で緊張反応(Hhat)のまま終える。その影響を受け、IIIカード第1反応「虫」で嫌悪反応(Adis)を出し、「クモがこっちを見ている」とinkblotとの距離感が近づき、次の第2反応では「仮面ライダーの顔」で幼児様反応(Dch)のみとなり、II、IIIカードを通じて人間反応は産出されなかった。ここまで、不快感情が中心となる反応が続く流れとなっている。

IVカード第1反応「竜」も、中性感情(N)ではあるが、こうした不安を引きずる形で「背中」を見ることとなる。第2反応は「滝」で拡散的なイメージの反応となり、第3反応「マンガに出てくる竜」で幼児様反応(Dch)で終えていて、ともに形態水準がマイナスとなっている。

Vカードは中性感情(N)の1つだけの反応であった。

VIカード第1反応「竜の頭と、別のものが砕けて爆発した感じ」で再び緊張反応(Hhat)を出している。IVカードの第1反応で見た竜が、第3反応でマンガの中のものになったが、ここでまた緊張感を伴ったといえる。次の第2反応では「木の幹」で中性感情(N)を出すことで、これまでの不安定な感情をおさめようとしているが、VIIカードも、反応内容が非人間的蔑視的なもので中性感情(N)を表出する形となっている。

最初の多彩色カードであるVIIIカードでは、最初に「後ろから背中から見たカブトガニ」ではじまり、防衛的な

不安がうかがわれ、緊張感のある敵意感情として「獲物を追う肉食動物」が出される。IXカード第2反応「火山の噴火」で、また緊張反応（Hhat）を出し、Xカードでは、初発反応時間27秒と一番時間をかけたが、「海の生物」のみの反応で、中性感情（N）で終了する形となっている。

Yは、はじめは自己の内面の表出を防衛しようという試みが見られる。しかし、前半のカードで不快感情が多く出てしまったため、非現実内容の反応を出し退行的になったり、感情の投射をしなくなったりした。特に、後半のVI、IXカードでは2度ほど訪れた内部緊張を、全て中性感情で対処している。自己にとって受け入れがたいものに直面したとき、それから逃避するか、抑制するという傾向があると考えられる。これは、自分の中でうまくコントロールができないためにとられる対処であり、内的統制は弱いことが推測される。

自己イメージカードはVIIカードで、唯一の人間反応であるが、内容が「昔何か土器にのってそうな人の形、それか宇宙人」で、“どちらかという？”という質問に、現実的な形でとらえられていない人間反応「土器にのっている人」を選んだ。古代反応なので、抑えられて表面化しない不安をかかえており、自己イメージにしては、やはり現実味が薄く、選択理由にしても自分自身について述べておらず、自己受容的であるとはいえない。自己受容の低さを支持していると考えられる。

### 3. 考察

本研究では、negative感情を、このロールシャッハ法の“感情カテゴリー”における不快感情と照合して検討した。このnegative感情あるいは不快感情にとらわれ、巻き込まれているという状態ではなく、単に多く表出すること自体は問題ないと思われる。それらを表出したことで、その感情にどう立ち向かうか、表出した後をどうするか、内的な安定性と関わってくるのではないだろうか。

自己受容度の高いBは、前半のカードで防衛反応を立て続けに出したり、依存感情や快的感情の伴う付加反応を多く出すことで、自分自身のコントロールが崩れないように努力していたようである。幾度となく緊張反応や身体的反応を表出したが、その後の中性感情で落ち着きを取り戻したり、交互に快的感情も表出したりと、積極的に柔軟に対処する在り方から、自分のバランスのとり方を模索しながらも、内的な安定性を保とうと努力している様子がうかがえた。

自己受容度の低いYは、最初に防衛をしたものの、さらに連続して表れる不快感情に、自分を守ってくれる「仮面ライダーの顔」を見て、受動的退行的に対処している。その後は中性感情の続出が目立った。Bが不快感情の後に表出する中性感情は、内容的に快的感情

に近いものが多くみられた。一方、Yの中性感情は、「竜やカブトガニの背中」、拡散的イメージの「滝」といった不安的要素を含んだものが多く、または「頭がでかくて手が短く、宇宙人みたい」のように敵意感情に近いものであった。これらから、Bが落ち着きを取り戻すために中性感情を時々用いていたのとは違って、Yは感情そのものに直面することを避けた結果であるといえるだろう。Yの抑圧傾向や情緒的な硬さをものごとがたっている。

量的分析においては、共通点のある2人であったが、negative感情あるいは不快感情への対処の仕方と自己イメージが明らかに異なっていた。総反応数の違いから、必然的に不快感情を伴った反応そのものの数が、そして対処を検討する場面が量的に異なるわけであるが、不快感情の占める割合はほぼ等しく、それぞれのロールシャッハ状況での感情の流れの中で検討したため、全体的に負荷された感情の重みは同程度であると考えられる。自己受容的である人の方が、内側からあるいは外側から強い刺激を受けたときに、自分でコントロールをしようとする、つまり、否定的側面も自分自身で理解しようという構えがあり、それを受け入れ対処しよう、うまく対処する方法を身につけようと努力をしているといえるであろう。

### まとめ

質問紙調査から、自己受容的でない人は、negative感情により揺さぶられやすく、自分自身の力による望ましい対処ができないことが分かった。一方、ロールシャッハ法から、自己受容的な人は、negative感情により揺さぶられても、自分でコントロールする努力ができることが分かった。

以上のことから、特に無意識的側面において、自己受容は内的安定性を支える一つの機能であり、内的統制能力と外的統制能力とのバランスに影響を及ぼすものと考えられる。特に、感情カテゴリーを継列的に分析することによって、感情の流れや構造をより具体的に明らかにすることができる。自己受容の程度が高いと、内外からの強い刺激に圧倒されてコントロールを失うのではなく、むしろ立ち直ろうとコントロールする努力ができると推測される。

今回は、健常な青年について検討を行ったわけだが、今後の課題として、さらに多くの事例にあたること、ひとりひとりの生きた人間の人格像を描写することから、臨床事例の理解、そして心理療法へとつなげたい。

### 〈付記〉

本論文の一部は、第4回日本ロールシャッハ学会(2000)において発表を行った。

座長として貴重なコメントを頂きました、盛岡大学山



崎武彦先生, 及び札幌佐藤病院沼田和恵先生に, 心より感謝いたします。

また, 本論文作成にあたり, 九州大学大学院人間環境学研究院北山修教授にご校閲賜りました。ここに深謝いたします。

## 文 献

- 三川俊樹 1988 青年期における生活ストレスと対処行動に関する研究 カウンセリング研究, 21, 1-13.
- 村上英治 1999 〈名古屋大学式技法〉設定への経過と特色 名古屋ロールシャッハ研究会(編) ロールシャッハ法解説 —名古屋大学式技法— 1999年改訂版所収 1-5. (原典:名大スケール 1958 心理診断法双書, ロールシャッハ・テスト1 中山書

店)

- 名古屋ロールシャッハ研究会 1999 ロールシャッハ法解説 —名古屋大学式技法— 1999年改訂版
- 中野明德・津川律子・浜田さつき 1995 気分障害のロールシャッハ・テスト —感情カテゴリーのスコアリングシステム改訂版(AIIS-R)による感情の分析— ロールシャッハ研究, 37, 9-25.
- 沢崎達夫 1993 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— カウンセリング研究, 26, 29-37.
- 沢崎達夫 1994 自己受容に関する研究(2) —男女大学生における自己受容の様相を中心として— カウンセリング研究, 27, 46-52.
- 渡辺雄三 1995 ロールシャッハ法(1)実施法 池田豊應(編) 臨床投映法入門 ナカニシヤ出版

付録：

## 名古屋大学式技法の感情カテゴリーとその下位カテゴリー

(出典；名古屋ロールシャッハ研究会 1999 ロールシャッハ法解説—名古屋大学式技法— 1999年改訂版)

**HOSTILITY 敵意感情**

Hor : oral aggressive 口腔攻撃反応  
 Hdpr : depreciatory 蔑視反応  
 HH : direct hostile 直接敵意反応  
 Hempt : competitive 競争反応  
 Hh : indirect hostile 間接敵意反応  
 Hha : indirect hostile-anxious 間接敵意不安反応  
 Hhat : tension 緊張反応  
 Hhad : hostile-anxious, distorted  
           or incomplete figures 欠損反応  
 Hsm : sado-masochistic 被-加虐反応  
 Hden : denial of hostility 敵意否定反応

**ANXIETY 不安感情**

Acnph : counterphobic 不安反対反応  
 Aobs : obsessive and projective 強迫の投影  
 Adef : defensive 防衛反応  
 Aev : evasive 回避反応  
 Adif : diffuse 拡散反応  
 Agl : depressive gloomy 陰うつ反応  
 Adis : disgusting 嫌悪反応  
 Abal : unbalanced 不安定反応  
 Acon : confused 混乱反応  
 Asex : sex confusion 性的混乱反応  
 Adeh : dehumanized 非人間化反応  
 Athr : threatening 脅威反応  
 Afant : fantastic, strange 空想怪奇反応

**BODILY PREOCCUPATION 身体的関心**

Bb : bone anatomy 骨格反応  
 Bf : flesh or visceral anatomy 筋肉内臓反応  
 Bn : neural anatomy 神経反応  
 Bs : sexual anatomy 性解剖反応  
 Bso : sexual organs or activity 性器性交反応  
 Ban : anal organ or anatomy 肛門反応  
 Bdi : disease or decay 疾病腐敗反応  
 Bch : childbirth or pregnancy 出産妊娠反応

**DEPENDENCY 依存感情**

Df : fetal embryonic or newborn 胎児反応  
 Dor : oral dependent 口腔依存反応  
 Dcl : clinging or hanging 固着反応  
 Dsec : security 安定反応  
 Dch : childish 幼児様反応  
 Dlo : longing 憧憬反応  
 Drel : religion 宗教反応  
 Daut : authority 權威反応  
 Dsub : submissive 従属反応

**POSITIVE FEELING 快的感情**

Por : positive oral 口腔快的反応  
 Ps : sensual body contact 感覚的接触反応  
 Pch : childish pleasure 幼児的快反応  
 Prec : recreation 娯楽反応  
 Pnat : pleasure in nature 自然美反応  
 Pom : pleasure in ornament 裝飾反応  
 Pst : striving 努力反応  
 Pnar : body narcissistic 自己愛反応  
 Pcpt : co-operative 協力反応  
 Pden : denial of positive feeling 快否定反応

**MISCELLANEOUS その他**

Mor : oral その他の口腔反応  
 Man : indirect anal その他の間接的肛門反応  
 Msex : sexual その他の性的反応  
 Mpret : social and intellectual pretentious  
           自己誇示反応  
 Mgrand : grandiose 誇大反応  
 Mi : indefinite 分類不能

**NEUTRAL 中性感情**