

ムジョウケンノジュヨウタイケンガポジティブゲン
ソウニアタエルエイキョウ : ソウテイショカンホウ
ヲモチイタジッケンシュホウノテイアン

金子, 周平
九州大学大学院人間環境学府

<https://doi.org/10.15017/909>

出版情報 : 九州大学心理学研究. 4, pp.243-250, 2003-03-31. Faculty of Human-Environment Studies,
Kyushu University

バージョン :

権利関係 :



無条件の受容体験がポジティブ幻想に与える影響

— 想定書簡法を用いた実験手法の提案 —

金子 周平 九州大学大学院人間環境学府

Influence of unconditional regard on positive illusion

— Proposal of experiment technique which uses assumed writing method —

Shuhei Kaneko (*Graduate school of human-environment studies, Kyushu university*)

This research examined the change in Positive Illusion (PI; Taylor & Brown, 1988) by the experience of unconditional regard. An unconditional regard was given to the Subjects (N=46) through the Assumed Writing method (Fukushima & Ushiku, 1995), and the change in "PI Inventory (PII)" measured before and after the experiment was examined. The PII is composed of 5 factors "Unrealistic Positive View of the Self", "Expectation of the Others Evaluation", "Illusion of Control", "Interpersonal Optimism", and "Unrealistic Optimism". The High and the Low group were specified by the self-esteem score, and a 2(H·L)×2(pre-post) ANOVA (each of the PI's 5 factors) was done. A significant interaction in "Unrealistic Positive View of the Self" and a main effect of the experiment in "Interpersonal Optimism" and "Unrealistic Optimism" was confirmed. It was clarified that the influence that the experience of unconditional regard produced on PI was not the same. Moreover, the validity of the Assumed Writing Method as the experiment technique was considered.

Keywords: Positive Illusion, Experience of Unconditional Regard, Assumed Writing Method

1 問 題

(1) 自尊感情とポジティブ幻想

「個人が社会適応的・精神的健康的であり、かつ自分自身でそれを肯定的に評価できている」ことが自尊感情の本質であると、従来多くの自尊感情研究で考えられてきた(遠藤由美, 1999)。すなわち自尊感情の高い人は自分に自信を持つだけの望ましい特徴を実際に兼ね備えており、それを自分自身で適切に評価できていると考えられてきたのである。その結果、従来の自尊感情研究では自尊感情が高まったことを以って精神的健康と結びつけるものが少なくない。自尊感情研究においてこのような視点が支持されてきたのは、経験的・実証的な証拠が多く挙げられてきたためであろう。自尊感情と抑うつや不安といった不適応的な感情との相関を検討した研究では負の相関がある(伊藤, 2002)という結果や、大学の心理相談室を訪れる学生の多くは、自己を過少に評価し自尊感情が低い(遠藤辰雄, 1992)という指摘などがそれにあたる。

しかし Taylor & Brown (1988) は、自尊感情の高い人が同時にポジティブに歪んだ認知を行っていることを指摘している。Taylor らは過去の自尊感情研究をレビューし、自尊感情の高い人が持つ特徴として a) 過度に肯定的な自己評価を行うこと、b) 本来コントロールできないものを自分の力でコントロールできるという幻想を抱く

こと、c) 未来に非現実的な楽観視をしていること、の3つを挙げている。彼女らはこの3つの特徴が現実的な認知ではないことを示し、自尊感情の高さは自己の望ましい特徴を正確に認知したものではないと主張している。

この a), b), c) の特徴は総じて「ポジティブ幻想」と呼ばれ、このポジティブ幻想をめぐって、近年多くの研究が為されてきた。その中でも Colvin & Block (1994) は近年のポジティブ幻想研究をレビューした上で、高い自尊感情・ポジティブ幻想は精神的健康・社会適応の視点から考えて肯定的な結果にも否定的な結果にも繋がり得るという重要な指摘を行っている。この主張は Taylor & Brown (1988) が挙げた一つの例と Colvin & Block (1994) の挙げた例を並べると理解しやすい。末期のガン患者についての記述において Taylor ら (1988) はポジティブ幻想を抱くことがその悲劇的状況の対処に有効だったと述べ、逆に Colvin ら (1994) は自分ではどうにも出来ないような深刻な状況で、楽観的にコントロールできると思うことは不適応であるという例を挙げているのである。

自尊感情研究は、膨大な研究の蓄積があるにもかかわらず、研究領域全体として明確な知見を創造できていない(遠藤由美, 1999)と言われている。その理由を筆者は、自己をポジティブに歪めて認知・評価するという人間の持つ基本的な動機が、全面的に支持されている(水間, 2002)にも関わらず、そのことを従来の自尊感情研

究で扱ってこなかったためではないかと考えている。自尊感情得点の高揚や高得点にはポジティブに歪んだ認知や評価の存在を考慮しなければならない。このことは、先行研究において自尊感情と自己愛傾向とが比較的高い相関をもつという結果(小塩, 1997)からも伺われるであろう。よって筆者は、自尊感情研究のひとつの柱として、ポジティブ幻想研究における基礎的なデータの蓄積が必要であると考えている。

(2) 無条件の受容体験によって揺れ動く自尊感情

ジェームズ (James, W) によって「社会的自己 social me」の概念が発表されて以来、「他者からの反動的評価」は「自分の願望や理想との比較」や「他者との社会的比較」と並び、自尊感情の重要な源泉の一つとして考えられている(伊藤, 2002)。近年の自尊感情研究では Sullivan (1986) の言う「自己組織」から発展した概念である「ソシオメーター理論」(Baumeister & Leary, 1995) に代表されるような、「周囲の他者が自分を承認しているのかどうかをモニターすることによって揺れ動く自尊感情」が多く扱われるようになってきている。またこのような「揺れ動く自尊感情」を、特定の実験的手法を用いた実証的研究において明らかにする試みも数多く行われている。Baldwin, Carrell & Lopez (1990) は権威者・専門家の否定的な表情を閾値下で提示する手法を実施することによって、自尊感情が引き下げられることを明らかにし、また Heatherton & Polivy (1991) は実験室での課題を失敗だと評定する方法によって自尊感情が下がること、そして10分ほどの休憩の後では再び元に戻ることを示している。さらに Schimel, Arndt, Pyszczynski & Greendberg (2001) は「想像課題 (Visualization Exercise)」(Baldwin & Sincler, 1996) を用いて「無条件の受容 (Rogers, 1959)」を実験的に操作し、その効果を検討している。彼らは、実験の参加者に自身のことを心から認めてくれる人物を思い浮かべさせること(想像課題)によって、実験後に参加者の防衛は低下し、自尊感情得点が高くなることを示している。

しかし、この無条件の受容を実証的研究で扱う場合、これらの実験的手法では生態学的妥当性が極めて低いと筆者は考えている。実験場面に対して被験者が抱く主観的な意味と研究者が意図する環境経験の意味とが対応していなければ、生態学的に妥当な行動場面であるとは言えない (Bronfenbrenner, 1979) ためである。現実の相互交渉場面における、二人の人物の心理的な関わり、関係性、言語による相互交渉が実験室実験においても扱われる必要がある。よって筆者は上に示した閾値下の刺激 (Baldwin ら, 1990) や「想像課題 (Baldwin ら, 1996)」では、現実の相互交渉場面にまで一般化するだけの妥当性が十分ではないと考えているのである。実験的な手法

を用いた実証的研究においては、より現実的な相互交渉の要素が取り入れられた手続きを採用することが必要ではないだろうか。

II 目 的

本研究の目的は、ロール・レタリング (春口, 1987) から発展した手法の一つである想定書簡法 (福島・牛久, 1995) を用いて、実験の協力者に無条件の受容体験を与えることにより、ポジティブ幻想の変化を検討することである。

ポジティブ幻想の変化に関しては、まず Taylor ら (1988) による概念の記述を測定可能なものにするために、「ポジティブ幻想尺度」の作成が行なわれる。ここではポジティブ幻想の3つの構成概念が尺度に十分反映されていることが確認される。さらに実験の結果得られたポジティブ幻想尺度の得点変化は、従来の自尊感情研究に見られた結果との比較が行われるなどして考察される。無条件に受容される体験が自己概念や自己受容の肯定的な変化をもたらすことは Rogers (1959) によって体系的に説明が為されており、さらに「他者からの肯定的評価」が自尊感情の High 群、Low 群にどのような影響を及ぼすかについては自尊感情理論 (Jones, 1973) において「自尊感情の低い人の方が高い人よりも自己評価を高める」という信頼のおける結果が得られている。本研究においても Rosenberg の自尊感情尺度によって実験の協力者 High 群と Low 群に分け、それぞれの群においてポジティブ幻想得点の変化が検討される。本研究では、ポジティブ幻想得点の変化が自尊感情得点と同様の変化を見せ、「自尊感情の低い人の方が高い人よりもポジティブ幻想を高める」ことが想定されているが、得点変化の詳細に関しては探索的である。

本研究の第2の目的は、相互交渉の要素を取り入れた実験手法としての想定書簡法 (福島ら, 1995) を用いることである。福島ら (1995) によると想定書簡法とは、ある特徴を持った人物を思い浮かべさせて、その人物と架空の手紙のやり取りを行う方法であるとされている。この実験手法を使用する狙いは以下に述べる3つである。一つは Baldwin ら (1996) の「想像課題」と同様、実験の参加者に自身のことを心から認めてくれる人物を思い浮かべさせること、二つ目はその人物に向けて自分の状態や性格について伝える作業を行うこと(言語化課題)、そして三つ目はその人物からの受容的な手紙を自ら書き、そして読むことによって、あるがままの自分を認められるという「無条件の受容体験」をすることである。もちろんこの想定書簡法による実験的手法も、全ては実験の協力者個人によって行われるという点で、現実の相互交渉にまで一般化しうる十分な生態学的妥当性を確保して

いるとは言い難い。しかしこの手法で筆者が重視しているのは、想定した人物との心理的な関わりや関係性、実際に手紙を書き、読むという「言語による相互交渉」の要素が取り入れられている点である。

つまり本研究の目的は「i. ポジティブ幻想の概念を採用することにより、自尊感情研究に新たな視点を提供すること」「ii. 実証的研究における新たな手法として想定書簡法を用いた実験的手法を試み、提案すること」の二つである。

III 方 法

(1) 参加者

K大学の学生46名(男性22名, 女性24名)が任意で実験に参加した。全参加者の平均年齢は20.43才(SD1.20)、男性では20.72才(SD1.42)、女性では20.17才(SD0.92)であった。

(2) 実施期間

2001年10月23日から12月10日まで。

(3) 手続き

a 質問紙作成の手続き

ポジティブ幻想尺度は大学生262名(男性93名, 女性165名, 不明4名)に質問紙調査を行い実験前に作成された。全参加者の平均年齢は20.35才(SD1.47, レンジ18-27)であった。その項目の一部分はTaylor & Brown(1988)やColvin & Block(1994)のレビュー論文の記述を元に自己愛傾向測定尺度(小塩, 1997), 多面的楽観性測定尺度(安藤, 中西, 小平ほか, 2000)から構成された。

b 実験の手続き

実験は簡素で静かな部屋で実験者と参加者の一対一で行われた。テーブルの上には鉛筆が2本(1本は予備)と消しゴムが一つ, B6の用紙, 実験者用のメモ用紙が置かれていた。実験を実施する1週間以上前には, 実験の参加者にRosenbergの自尊感情尺度(山本・松井・山成, 1982)とポジティブ幻想尺度が測定された。実験の詳細は以下の通りである。

(i) 「想像課題」

まず参加者には以下のような教示を行った。

「あなたのことを心から認めてくれる人物を思い浮かべてください。その人物はあなたのこれまでの人間関係の中でもしくは現在の人間関係のなかで接したことのある人物で, いちいちあなたを評価したりせず, あるがままのあなたの姿を受容してくれるような人です。あなたがどのような状況にあっても, あなたの言い分をじっくり聞いてくれて理解しようと試みてくれるような人です。」

(ii) 「言語化課題」

参加者が思い浮かべることができたら, 自分の本質的な特徴がよく表れていると思う出来事などを考えてもらい, 思い浮かべてもらった人に宛ててその内容を手紙(B6の用紙)に書いてもらう。用紙には宛て先を書く欄があり, そこには思い浮かべてもらった人のイニシャルかあだ名を書いてもらった。

(iii) 「無条件の受容体験」

参加者が書き終わると, 「今書いた手紙を実際に相手の人が読んでくれて, その人はその内容を良いもしくは悪いといちいち評価するのではなく心から認めてくれている, と思ってください。」と教示を与えた。次にその手紙の内容を心から理解してくれて参加者の本質的な特徴を受容してくれる人(最初に思い浮かべてもらった人)からの返事を, その人になりきってもらって自分自身で書いてもらった。そして最後に「この手紙があなたの思い浮かべた人物から実際に返ってきた返事だと思って読んでみてください」と教示を与えた。

上記の手続きが完了すると, 再び「ポジティブ幻想尺度」が測定された。質問紙の記入も合わせて実験に要した時間は平均するとおよそ40分であった。

IV 結 果

(1) ポジティブ幻想尺度の構成

全27項目に対して主因子法・promax回転による因子分析を行い(Table 1), 全27項目をポジティブ幻想尺度(平均86.18, SD8.93)とした。第1因子(7項目, $\alpha=.86$)は「過度な自己評価」(平均19.71, SD3.96), 第2因子(5項目, $\alpha=.74$)は「対人的楽観」(平均19.44, SD3.70), 第3因子(5項目, $\alpha=.78$)は「他者評価の期待」(平均16.82, SD3.26), 第4因子(6項目, $\alpha=.63$)は「運のコントロール」(平均18.78, SD1.98), 第5因子(4項目, $\alpha=.58$)は「非現実的楽観」(平均11.38, SD2.98)と名付けられた。また累積寄与率は5因子で51.19%であった。

ポジティブ幻想尺度の因子分析によって5つの因子が抽出され, それぞれの因子はポジティブ幻想のa), b), c)の特徴と対応させa)「過度な自己評価」, b)「運のコントロール」, c)「非現実的楽観」とし, 他2因子はポジティブ幻想の社会・対人的な側面である「対人的楽観」「他者評価の期待」と命名された。当初ポジティブ幻想概念と対応する三因子を想定していたが, その他の「対人的楽観」は「非現実的楽観」と共にc)非現実的楽観視の概念にあてはまる項目内容であり, この二つの下位尺度間に比較的高い相関関係が見られた $r(262)=.48$ ため, 同じカテゴリーに位置付けることができるであろう。また「他者評価の期待」を占める項目内容はa)過度に

Table 1
 ポジティブ幻想尺度の因子分析結果(主因子法・プロマックス回転後)

	1	2	3	4	5	共通性	信頼性 係数
【過度な自己評価】							
24. 私は周りの人に影響を与えることができるような才能を持っている	.91	.00	-.02	-.14	-.07	.69	$\alpha = .86$
18. 私は周りの人達より、ずばぬけたものを持っていると思う	.78	-.09	.08	.02	-.14	.56	
28. 私は才能に恵まれた人間であると思う	.75	-.05	.01	.07	.04	.62	
31. 自分は他人より有能な人間であると思う	.69	-.13	.13	-.03	.12	.62	
16. 私は周りの人が学ぶだけの値打ちのある長所をいくつか持っている	.69	-.02	.03	.05	-.17	.43	
17. 自分の意見はいつも採用されると思う	.58	.06	-.10	-.09	.07	.33	
15. 人は誰でも私の話を喜んで聞きたがる	.51	.17	-.06	.02	.00	.32	
【対人的楽観】							
1. 困ったことがあったら、きっと誰かが助けしてくれると思う	-.13	.85	.00	.05	-.19	.59	$\alpha = .74$
26. 失敗しそうになると、必ず何かが助けしてくれると思う	.04	.77	.06	.09	-.14	.55	
36. 周りの人は、自分に親切にしてくれるだろうと考えている	.03	.66	.00	-.17	.18	.60	
37. 人に頼み事をした時には、必ずきいてもらえると思う	.06	.42	.00	-.09	.27	.37	
19. 人が私のためにいろいろしてくれるのを期待している	.02	.38	.14	-.20	-.06	.20	
【他者評価の期待】							
2. 私には、注目の的になってみたいという気持ちがある	-.08	.07	.91	.12	-.08	.76	$\alpha = .78$
9. どちらかといえば、私は注目される人間になりたい	.00	-.07	.87	.09	.06	.77	
22. ここというときには、私は人目につくことを進んでやってみみたい	.18	.01	.50	-.12	.16	.46	
33. 私は人からほめられることを望んでいる	-.02	.13	.39	-.17	.18	.28	
3. 私には自分の体を人に自慢したいという気持ちがある	.22	.08	.37	.04	-.14	.24	
【運のコントロール】							
23. 自分はじゃんけんをするときいつも負けるような気がする	-.10	.02	.05	.61	-.03	.33	$\alpha = .63$
25. 朝、悪いことがあると、ついてない1日になりそうだと思う	-.02	-.23	.06	.54	-.06	.32	
12. 半分の人があたるくじを引く時、自分はずれを引くと思う	-.04	.03	.11	.53	.00	.28	
10. 何か失敗をしてしまうのではないかと、という気持ちになる	.09	-.04	-.25	.34	.20	.26	
29. 自分は運が強いと思う	.21	.29	-.14	.32	.07	.35	
14. 成功するか失敗するか5分5分の事態ではたいてい成功すると思う	.20	.04	.03	.32	.21	.33	
【非現実的楽観】							
34. 交通事故にあったとしても、私はかすり傷程度ですむと思う	-.08	-.13	.02	.03	.65	.33	$\alpha = .58$
35. 将来、自分の住んでいるところに大きな地震は起きないと思う	.02	-.12	.00	-.09	.56	.32	
27. 自分は犯罪に巻き込まれないと思っている	-.17	.14	-.01	.06	.48	.26	
20. 私は致命的な病気になっても、最後には必ず治ると思う	.02	.06	.13	.16	.37	.27	
因子間相関							
	1	—	.25	.43	.32	.51	
	2		—	.17	.06	.48	
	3			—	-.06	.24	
	4				—	.25	
	5					—	

Table 2
自尊感情得点とポジティブ幻想得点の相関係数

	過度な自己評価	他者評価の期待	運のコントロール	非現実的楽観	対人的楽観	ポジティブ幻想合計
自尊感情得点 (実験前)	0.52**	0.20	0.02	0.16	-0.08	0.32**
(実験後)	0.25	0.09	0.12	0.19	-0.06	0.21

肯定的な自己評価と対応する「過度な自己評価」の項目に見られる内容を他者に期待するものだといえる。この二つの下位尺度間にも比較的高い相関 $r(262)=.43$ が見られたため、これも同じカテゴリーに位置付けることが可能であると思われる。よって本研究においてポジティブ幻想尺度は5因子、3カテゴリーの構造と考えられている。

(2) 尺度・因子間相関

自尊感情得点と実験前に測定されたポジティブ幻想尺度(下位5尺度)、実験後に測定されたポジティブ幻想尺度(下位5尺度)間でそれぞれ相関関係が検討された(Table 2)。実験前の「過度な自己評価」と自尊感情との間に正の相関関係 $r(262)=.52, p<.01$ が認められているが、実験後の「過度な自己評価」と自尊感情との間に有意な相関関係は見られなくなっている。また「ポジティブ幻想尺度」の合計得点においても同じことが言えるため、「ポジティブ幻想尺度」が実験の効果によって変化した可能性が考えられる。

(3) ポジティブ幻想得点の変化

実験前の自尊感情得点(平均33.74, SD 6.01)の最頻値(MODE33, 34)を基準にHigh群(18名)とLow群(17名)を特定した。ここでは参加者の群High-Low(2)×実験前・実験後(2)の二要因の分散分析によって、ポジティブ幻想尺度の合計得点が検討された(Table 3)。実験の主効果と群の主効果は見られず、交互作用が見られた $F(1,34)=4.256, p<.05$ 。またLow群の得点上昇は10%水準ではあるが、その傾向 $t=1.817, p<.10$ が確認された。これはポジティブ幻想尺度の合計得点に関して、自

Table 3
自尊感情 High - Low 別のポジティブ幻想得点の平均

自尊感情		ポジティブ幻想合計	
		実験前	実験後
High (n=18)	M	87.39	85.94
	SD	9.03	9.76
Low (n=17)	M	81.53	84.35
	SD	8.16	9.64

尊感情得点のHigh群よりもLow群の方が、ポジティブ幻想得点を上昇させるという結果であり、ポジティブ幻想の5因子全体としては、自尊感情の高揚と同様のメカニズム、つまり自尊感情理論(Jones, 1973)に当てはまる結果であることが確認されたと言える。

(4) ポジティブ幻想下位尺度得点の変化

(3)のポジティブ幻想尺度合計得点の分析において行われたのと同様、参加者の群High-Low(2)×実験前・実験後(2)の二要因の分散分析が5つの下位尺度ごとに行われた(Table 4)。

「過度な自己評価」得点に関しては、交互作用 $F(1,34)=12.35, p<.001$ のみが認められた。High群は「過度な自己評価」を低下させる傾向 $t=-1.82, p<.10$ がみられ、Low群は「過度な自己評価」を有意に上昇させる $t=3.312, p<.01$ ことが明らかになった(Fig.1)。「非現実的楽観」の得点においては、実験の主効果 $F(1,34)=7.28, p<.05$ が認められ、さらにLow群は「非現実的楽観」を有意に上昇させる $t=2.43, p<.05$ ことが

Table 4
自尊感情 High - Low 別のポジティブ幻想下位尺度得点の平均

自尊感情		過度な自己評価		他者評価の期待		運のコントロール		非現実的楽観		対人的楽観	
		実験前	実験後	実験前	実験後	実験前	実験後	実験前	実験後	実験前	実験後
High (n=18)	M	20.89	19.72	17	16.44	18.67	17.83	11.44	12.17	19.39	19.78
	SD	3.95	3.97	3.2	4.51	1.78	3.78	3.62	3.75	4.35	4.93
Low (n=17)	M	17.76	19.59	16.18	16.35	18.53	17.53	10.35	11.35	18.59	19.53
	SD	3.61	3.69	3.7	3.52	2.03	2.24	2.26	2.91	3.14	3.39

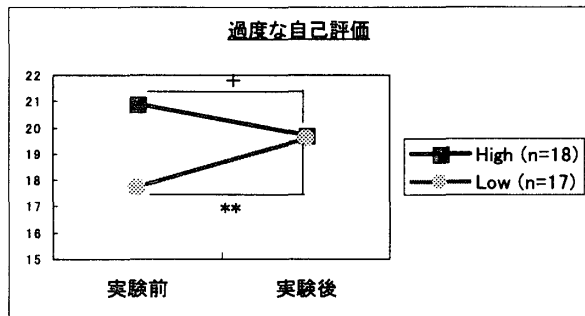


Fig. 1 自尊感情High - Low別の「過度な自己評価」得点

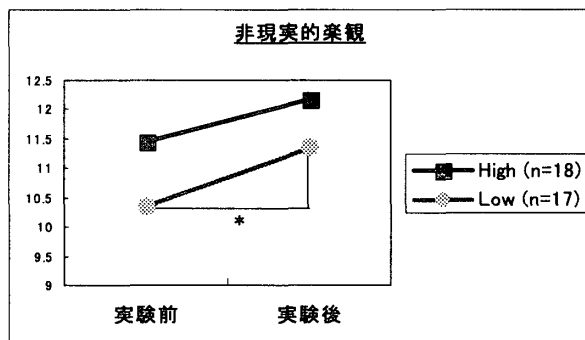


Fig. 2 自尊感情High - Low別の「非現実的楽観」得点

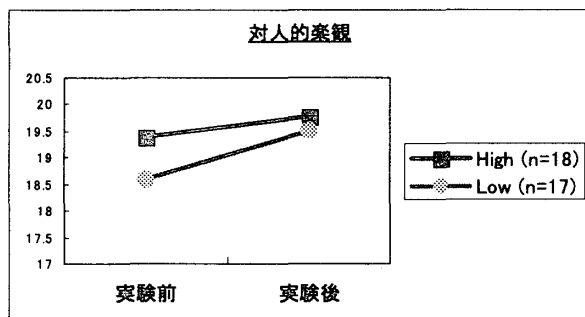


Fig. 3 自尊感情High - Low別の「対人的楽観」得点

明らかになった (Fig.2)。また「対人的楽観」においては実験の主効果 $F(1, 34)=3.52, p<.10$ が有意傾向でみられた (Fig.3)。

ここでは「過度な自己評価」の得点に交互作用が見られ自尊感情理論 (Jones, 1973) と同様の結果が見られたことを述べた。しかし自尊感情得点 High 群が実験後に「過度な自己評価」得点を低下させる傾向が見られたことは、さらに考察が為される必要があるだろう。

また「非現実的楽観」と「対人的楽観」の得点は、実

験前の特異自尊感情の高低に関わらず「無条件の受容体験」によって高まることが明らかになった。特に「非現実的楽観」においては Low 群のみに得点を上昇させる傾向がみられたという点で自尊感情理論 (Jones, 1973) に当てはまる結果であったといえるが、全体的に得点が上昇した点に関してはさらに考察が為される。ちなみに「非現実的楽観」と「対人的楽観」は項目内容の類似性や因子分析時の相関の視点から同じカテゴリーとして括られる可能性を述べていたが、この2下位尺度に同様の主効果が見られたことによって、その妥当性が強化されたと考えてよいだろう。ここで記述されなかった「他者評価の期待」「運のコントロール」は全てにおいて有意な結果は確認されなかった。

IV 考 察

(1) 「過度な自己評価」に見られた両方向の変化

分散分析の結果、自尊感情が高くもともと「過度な自己評価」を抱いていた High 群の協力者は「無条件の受容体験」によってその自己評価の高さが抑えられる傾向が見られ、自己評価の低かった Low 群は、より自己評価を高めるという結果が示された。この結果は、大まかには「自尊感情の低い人の方が他者からの肯定的なフィードバックによって得点を上昇させやすい」という自尊感情理論 (Jones, 1973) と合致する結果であったが、過度な自己肯定感を抑えさせるという結果は従来の研究に同様の結果はほとんど見られない。しかし野島 (1977) はエンカウンター・グループの効果の一つに自尊感情の「両向性の変化促進」を挙げており、本研究で見られた結果も同様の効果であった可能性が考えられる。

本研究で見られた両方向への変化のうち、High 群の得点の低下傾向に関しては、仮説生成的に二つの説明が可能である。一つは本研究における「無条件の受容体験」が防衛的に高まっていた自己評価 (High 群) を低めさせたのではないかと、という仮説的説明である。自己評価は否定的な評価を避ける自己防衛動機によって歪められる可能性がある (伊藤, 2002) と言われており、また「無条件の受容体験」によって、防衛が低下することが実証されている (Shimel ら, 2001) ためである。そしてもう一つ考えられる説明は、ロール・レタリングの心理作用の一つである「文章による感情の明確化」や「自他双方からの視点の獲得」 (春口, 1987) による効果である。感情の明確化や他者視点の獲得から、自分に気づく体験が実験によって起きたと考えると、一時的に自己を高く評価することができなくなることは十分考えられることである。ただし、この二つの仮説的な説明は二者択一のものではなく、説明上分けられたものである。両者は相互に関連し、両立しうるものだと考えるべきであろう。

(2) 「非現実的楽観」「対人的楽観」に見られた変化

「対人的楽観」「非現実的楽観」に関しては、High群、Low群別に検討すると有意に上昇をしたのはLow群の「非現実的楽観」のみであるため、これを自尊感情理論 (Jones, 1973) と同様の結果とすることができる。つまり自尊感情得点のLow群の方が、自己高揚動機が高く、自分の将来や周囲の人への楽観的な期待を高めることによって、自己高揚を果たしていたと考えられる。しかしこの2下位尺度得点に関しては実験の主効果も見られ、得点は全体的に上昇している。

自尊感情の高揚や低下に影響を与える一つの要因として、特に日本においては「間接的な自己高揚」の概念が重要視されている (伊藤, 2002)。例えば、日本人は直接的な自己高揚を行うよりも、優れた他者との結びつきなどによって間接的な自己高揚を行う傾向にあることが示されているのである (遠藤由美, 1997)。筆者は、この「間接的な自己高揚」が、現在の自己への評価にとらわれずに自己高揚をもたらすための方略ではないかと考えている。自己の周辺に存在する要因を扱うことによって、現在の自己の本質的な状態を省みることなく自己高揚を行うことができるのである。

すると、自己の周辺に存在する要因として「対人的楽観」「非現実的楽観」の得点が増加したことが説明できないだろうか。直接的な自己高揚を行うよりも、自分の将来についての楽観や、周囲の人への楽観的期待を高めることが、「間接的な自己高揚」を現していると考えられ、これは特に日本人に見られる傾向だと推察できるのである。ただし、この結果をポジティブに歪んだ認知の増大と結論づけることには慎重を期さなければならず。またこの考察が実験室実験の枠を越えて広く一般化されるか否かも今後検討される必要があるだろう。

(3) 想定書簡法を用いた実験的手法の妥当性

本研究の目的の一つは、想定書簡法を用いた実験手法の提案であった。実験の結果としては、ポジティブ幻想尺度の得点変化において、また下位尺度の「過度な自己評価」と「非現実的楽観」の得点変化において、自尊感情理論とほぼ一致する結果が見られ、野島 (1977) のエンカウンター・グループの効果と同様の結果が「過度な自己評価」に確認されていた。このような結果がみられたことにより、「無条件の受容体験」を狙った実験的手法としての妥当性は高められたと考えることができる。

また実験後の協力者の感想からは「なんだか照れくさい感じ」「恥ずかしい」などが多く聞かれ、これは個人が「無条件の受容体験」を体験できた一つの指標となりうるであろう。先行研究において提案されている「表情を閾値下で提示する手法 (Baldwinら, 1990)」や「想像課題 (Baldwinら, 1996)」ではみられなかった、このよ

うな個人的な感情を伴った相互交渉が、本研究で提案された新たな手法において確認されたことが、筆者の狙いを最も明確に支持している。さらに、実験の手続きで記述された教示方法によって、協力者たちがすぐに「自分のことを心から認めてくれる人物」を思い浮かべることができたことも、今後、この手法が実施される際の重要な指標となり得るであろう。

しかしこの手法で想定されている「無条件の受容体験」は、全て実験の参加者個人によって行われた作業であることから、これを「他者からの無条件の受容体験」と定義することはできない。むしろこの手法では、他者の視点を自分に取り入れることによる自己受容の機能が働いたと考えるべきであろう。想定書簡法を用いた実験手法で、「他者からの受容」「他者からの評価」などを扱う場合には、この点に注意を払わなければならない。これに関しては、今後の課題として実験の参加者が書いた手紙の内容分析、もしくは事例的検討によって明らかにして行く必要があるだろう。

謝辞

本研究をまとめるにあたり、御指導いただきました九州大学人間環境学研究院教授大神英裕先生、同教授野島一彦先生、同助教授高橋靖恵先生に心よりお礼を申し上げます。

引用文献

- 安藤史高・中西良文・小平英志・江崎真理・原田一郎・川井加奈子・小川一美・崎濱秀行 2000 多面的楽観性測定尺度の作成 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要 (心理発達科学), 47, 237-245.
- Baldwin, M. W., Carrell, S. E., & Lopez, D. F. 1990 Priming relationship schemas: My adviser and the pope are watching me from the back of my mind. *Journal of Experimental Social Psychology*, 26, 435-454.
- Baldwin, M. W. & Sinclair, L. 1996 Self-Esteem and "If... Then" Congenities of Interpersonal Acceptance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1130-1141.
- Baumeister, R. F. & Leary, M. R. 1995 The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-526.
- Bronfenbrenner, U. 1979 *The Ecology of Human Development*. Harvard University Press. 磯貝芳郎・福富護 (訳) 1996 人間発達の生態学 川島書店, 119-142.
- Colvin, C. R. & Block, J. 1994 Do Positive Illusion

- Foster Mental Health? An Examination of the Taylor and Brown Formulation. *Psychological Bulletin*, **116**, 3-20.
- 遠藤辰雄 1992 セルフ・エスティーム研究の視座 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 ナカニシヤ出版, 8-25.
- 遠藤由美 1997 親密な関係性における高揚と相対的自己卑下 心理学研究, **68**, 387-395.
- 遠藤由美 1999 「自尊感情」を関係性からとらえ直す実験社会心理学研究, **39**, 150-167.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., Solomon, S., Pintel, E., Simon, L., & Jordan, K. 1993 Effect of self-esteem on vulnerability-denying defensive distortions: Further evidence of an anxiety-buffering function of self-esteem. *Journal of Experimental Social Psychology*, **29**, 229-251.
- 春口徳雄 1987 役割交換書簡法 創元社
- Heatherton, T. F., & Polivy, J. 1991 Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, **60**, 895-910.
- 福島脩美・牛久真理 1995 想定書簡法の効果の評価に関する研究 日本カウンセリング学会第28回発表論文集, 244-245.
- 伊藤忠弘 2002 自尊感情と自己評価 船津衛・安藤清志(編著) 自我・自己の社会心理学 北樹出版, 96-111.
- Jones, S. C. 1973 Self- and interpersonal evaluations: Esteem theories versus consistency theories. *Psychological Bulletin*, **79**, 185-199.
- 小塩真司 1997 自己愛傾向に関する基礎的研究 名古屋大学紀要, **44**, 155-163.
- 水間玲子 2002 自己評価を支える要因の検討—意識構造の違いによる比較を通して— 梶田叡一(編) 自己意識研究の現在 ナカニシヤ出版, 115-152.
- 野島一彦 1977 エンカウンター・グループの効果に関する一研究 九州大学教育学部紀要(教育心理学部門), **22**, 67-75.
- Rogers, C. R. 1959 A Theory of Therapy, Personality, and Interpersonal Relationships, As Development in the Client-Centered Framework. In Koch, S. (ed.) *Psychology: A Study of a Science*, **3**. New York: McGraw-Hill, 184-256. 大石英史(訳) ロジャース選集(上) 誠信書房, **17**, 286-313.
- Schimmel, J., Arndt, J., Pyszczynski, T., & Greenberg, J. 2001 Being Accepted Who We are: Evidence That Social Validation of the Intrinsic Self Reduces General Defensiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, **80**, 35-52.
- Sullivan, H. S. 1953 *The Psychiatric Interview*. W. W. Norton & Company Inc., New York. 中井久夫・松川周悟・秋山剛・宮崎隆吉・野口昌也・山口直彦(訳) 1986 精神医学的面接 みすず書房.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. 1988 Illusion and Well-Being: A Social Psychological Perspective on Mental Health. *Psychological Bulletin*, **103**, 193-210.
- 山本真理子・松井 豊・山成由紀 1982 自尊感情尺度 堀 洋道・山本真理子・松井 豊(編) 心理尺度ファイル 垣内出版, 67-69.