

[学術論文]

自我体験の経験のされ方の違いによる 死や曖昧さに対する態度の相違

—大学生を対象とした質問紙調査より—

The impact of the seriousness of Ego-experience on the attitudes for the death and ambiguity: the research by questionnaire by undergraduates' sample

天 谷 祐 子

Yuko AMAYA

Studies in Humanities and Cultures

No. 25

名古屋市立大学大学院人間文化研究科『人間文化研究』抜刷 25号
2016年1月

GRADUATE SCHOOL OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

NAGOYA CITY UNIVERSITY
NAGOYA JAPAN
JANUARY 2016

[学術論文]

自我体験の経験のされ方の違いによる 死や曖昧さに対する態度の相違

—大学生を対象とした質問紙調査より—

The impact of the seriousness of Ego-experience on the attitudes for the death and ambiguity: the research by questionnaire by undergraduates' sample

天谷 祐子
Yuko AMAYA

要旨 「私はなぜ私なのか」という問いを考えること—自我体験—の経験者は、そうでない人と比較してうつ状態や神経症傾向等のネガティブな心的状態と関連のあることが明らかとなっている。本研究では、単に自我体験を経験することのみがネガティブな心的状態と関連するわけではなく、経験のされ方—深刻に考えたか否か—によって変動することを明らかとすることを目的とした。大学生を対象に、質問紙調査により、自我体験の経験の有無と体験のされ方を尋ね、あわせて自己受容・死に対する態度との関連を検討した（研究1）。その結果、自我体験を経験した人で深刻に経験した人の方が、未経験者よりも死の意味を見出していることが示された。また研究2では自我体験の経験の有無・体験のされ方と、曖昧さへの態度・ネガティブな反すうとの関連を検討した。その結果、自我体験を経てかつ深刻に経験している人が、曖昧さへの不安が高く、ネガティブな反すうが高い傾向が見出された。これらから、単に自我体験を経験することがネガティブな心的状態と関連しているわけではなく、自我体験を経験した人の中で深刻に経験することがネガティブな心的状態と関連しており、一方で深刻に自我体験を経験する人がそうでない人に比べ、死の意味を見出すというポジティブな影響も見出された。

キーワード：自我体験、曖昧さに対する態度、死に対する態度

1. 問題と目的

「私はなぜ私なのか」という問いについて考えること—自我体験—は小学校高学年から中学にかけて、約半数の人に経験される現象である（天谷，2011）。天谷（2002）における自我体験に

関するインタビュー調査結果からは、自我体験を経験した38名の中学生の経験回数について、「最初の経験後一定期間何回か見られた」人が28名、その後「今でも」経験すると回答した人が9名見られ、1回のみを経験である人は3名となっている（一人あたり複数の自我体験の経験を報告しているので合計は38名以上となる）。また、自我体験経験者の中には、経験時に恐怖感や不思議さを感じる事例も報告されている。自我体験の経験される回数や経験時の感情に関わるこれらの知見からは、恐怖感といったネガティブな感情を感じるような自我体験の内容を繰り返し考えることで、精神的不健康状態に陥る可能性が高くなることが推測される。

この推測を裏付けるように、天谷（2011）における中学生を対象とした自我体験に関わる質問紙調査からは、自我体験の経験者がそうでない未経験者と比べて抑うつ傾向が高いことを示している。また天谷（2005）においては、自我体験経験者の大学生の方が未経験者よりも神経症傾向が高いことを明らかにしている。これらの知見は、自我体験の思考の「内容」が精神的不健康に親和的であるという捉え方につながりやすい。

しかし一方で、自我体験経験時の感情について「普通の考え事」であるという報告も一部得られている（天谷，2002）。つまり、自我体験を経験している人の中でも、深刻に考える人とそうでない人が存在していることがうかがえる。ここから、自我体験の経験のされ方には個人差があり、その個人差により精神的健康の状態や神経症傾向の程度が異なってくる可能性が考えられる。

また本研究では、自我体験の思考の経験される「パターン」に注目して、精神的不健康状態や神経症傾向といったネガティブな心的特徴との関連を明らかにすべきであると考ええる。つまり、自我体験の経験のされ方の中で深刻に経験している人は、思考される「内容」が深刻さをもたらしているのではなく、経験時の「パターン」が深刻さに関与していると考えられるのである。このような思考の「パターン」について本研究では、曖昧さへの態度とネガティブな反すうという2つの変数を取り上げる。

曖昧さへの態度については西村（2007）が、「曖昧さに耐えられない」といった曖昧さ耐性の低さといった否定的側面と、「曖昧さを好んで関わる」という肯定的な側面の両方を設定して曖昧さへの態度を測定する尺度を開発している。本研究においても、曖昧さへの否定的側面である「曖昧さへの不安」「曖昧さの排除」と、曖昧さへの肯定的側面である「曖昧さの受容」の3下位因子を取り上げて、自我体験を経験する人の中で深刻に経験する人が、これらの曖昧さへの態度がより強いとして両者の関連を検討する。つまり自我体験を経験し深刻に経験する人は、答えがすぐに見つからない自我体験の思考に取り組むことそのものに対して不安や受け入れられなさを感じている結果、精神的不健康状態に陥りやすいというプロセスが考えられるのである。

そしてネガティブな反すうについては伊藤・上里（2001）が「その人にとって、否定的・嫌悪的な事柄（ネガティブなこと）を長い間、何度も繰り返し考え続けること」と定義して、測定する尺度を開発している。ネガティブな反すうは、うつ状態のリスクファクターであることが指摘

されている（伊藤・上里，2001）。本研究においては、自我体験の経験者の中でも深刻に経験している人が、そうでない人や未経験者に比べ、ネガティブな反すうをしやすいくことを明らかにする。つまり、自我体験の経験者の中でも深刻に経験している人は、そうでない人に比べ、長い間繰り返し考え続けてしまい、その結果精神的な不健康状態に陥りやすくなる、もしくは元来反すうをしやすいく特徴を持つ人が、たまたま自我体験を経験した際に何度も繰り返し考え続けることになってしまった結果、精神的な不健康状態に陥りやすくなるというプロセスが考えられる。

さて、自我体験を経験しかつ深刻に考えることに、積極的意義は全くないのであろうか。自我体験における問いの内容は普遍的回答のない問いであるが、問いの答えを探そうと試行錯誤するプロセスが、自身の人生に対する生死という根源的な位置づけや意味を考えることにつながる場合もあると思われる。天谷（2010）における自我体験を経た意味を分類した研究からは、ポジティブな意味づけがなされる割合が相対的に高く、ニュートラル・ネガティブな内容は中学生から大学生に共通して2割程度にとどまっていることが示されている。さらにポジティブな内容の中でも、自己理解や自己存在の実感、生命・人生について考えるというものが抽出されている。

このような自我体験を経た意味内容により、自我体験を経験しかつ深刻に考える人は、そうでない人よりも生命に関わる思考、特に死の意味に関してポジティブにとらえる傾向があるのではないかと考えられる。死生観の発達についてはそれほど日本において研究がさかんになされているわけではないが、少なくとも中学生を対象とした死に対する態度についての実証的研究は行われている（例えば丹下，1999）。死に対する態度の中でも、死について考えることについて意味あることだとポジティブに捉える思考は、自我体験経験者の中でも特に深刻に考えた人が見出す考え方であることが予想される。また、天谷（2010）では自我体験経験者が自己理解に関わる思考についても経験した意味のパリエーションの一つとして見出していることから、自己受容の程度が相対的に高いことも推測される。

本研究では、自我体験を経験している人をさらに深刻に経験している人とそうでない人という2つのグループに分け、経験のされ方によって、精神的な健康の状態や思考に関わる認知的ありようが異なるという仮説を、大学生を対象に質問紙調査により検証することを目的とする。研究1では、自我体験の経験者でかつ深刻に経験した人が、自己理解をより深めたり、生死にかかわる根源的な問題に肯定的に考えたりするのではないかとという仮説を明らかにする。そして研究2では、自我体験の経験者で精神的な不健康状態にかかわるのは、深刻に経験している人のみであることを、自我体験の取り組む際の思考パターンに注目しながら明らかにする。深刻に経験する人は、恐怖感といったネガティブな感情を伴いながら繰り返し考える特徴をもつと考えられ、うつ状態に寄与しているネガティブな反すうを行いやすいく特徴を持っている傾向があるのではないかと推測される。また答えのない問いに取り組むというあいまいな状態に対して情動的に不安になったり、あいまいな状態を拒否したりする傾向があるのではないかと推測される。これらの仮説を検

証することを目的とする。

2. 研究1

【目的】

研究1では、大学生を対象に、過去の自我体験の経験のされ方の違いによって、自己受容・死への態度のありように関して違いが見られるということを明らかにすることを目的とする。これにより、自我体験の経験のされ方によって、ネガティブな変数のみならずポジティブな特徴を持つ変数と関連があることを示すことができる。

【方法】

- (1) 調査協力者：愛知県内の大学生214名（男性116名、女性98名、平均年齢20.11歳（SD 1.17））であった。
- (2) 質問紙の構成：
 - i. 自我体験の経験の有無を測定する尺度：天谷（2004）による自我体験尺度を使用した。1因子15項目から構成されており（例：私はなぜ私なのだろう。）、5段階（「思ったことがある」、「近いことを思ったことがある」、「何となくあったような気がする」、「思ったことがない」、「わからない」）で評定を求め、その後自身が最もよく思ったことのある項目について、自由記述にてその内容を記載するよう求めた。深刻さの程度については、水間（2003）による自己嫌悪感へのとらわれの項目（4項目）を本研究の内容に見合う表現に改変して尋ねた。5件法であった。
 - ii. 自己受容を測定する尺度：宮沢（1987）による自己受容尺度の4因子のうち3因子（「自己理解」、「自己承認」、「自己価値」）を使用した。「自己理解」は8項目（項目例：私は自分の性格を知っている。）、「自己承認」は6項目（項目例：私は今の自分を大切にしたい。）、「自己価値」は6項目（項目例：私は自分で決めたことには責任を持つ。）から構成されている。
 - iii. 死に対する態度を測定する尺度：丹下（1999）による死に対する態度尺度全6因子のうち2因子（「死後の生活の存在への信念」、「人生に対して死がもつ意味」）を使用した。「死後の生活の存在への信念」は7項目（項目例：死後の世界はある。）、「人生に対して死がもつ意味」は6項目（項目例：死について考えることは人を成長させる。）であった。iiとiiiの尺度については5件法であった。
- (3) 調査の実施：大学の講義の時間を利用して集団実施された。なお実施時期は2006年の12月であった。

【結果】

(1) 自我体験経験の有無・経験のされ方の分類

調査協力者を3群に分類した。第1の群は「自我体験未経験」群である。この群に分類された調査協力者は、自我体験尺度における5段階評定について、全て「2」または「1」の低い評定を行い、かつ自由記述内容が見られなかった群であった。この群は33名となった。次に第2群と第3群に分類するために、その前段階として「自我体験経験」群を作った。この群に分類された調査協力者は、自我体験尺度において少なくとも1項目以上、5段階の「3」または「4」または「5」に評定を行い、かつ自由記述内容が自我体験とみなせると評定された群である。自由記述内容について、自我体験とみなせるか否かに関する基準は天谷（1999）に沿って評定された。この群は74名となった。さらにこの「自我体験経験」群について、水間（2003）による体験時の深刻さの程度について4項目の合計点の平均値を求めた。その結果、平均値は10.24（SD 3.93）であった。この平均値よりも得点の高い群を第2の群とし、「自我体験経験深刻」群とした。そしてこの平均値よりも得点の低い群を第3の群とし、「自我体験経験非深刻」群とした。その結果、「自我体験経験深刻」群は32名、「自我体験経験非深刻」群は41名となった。

以上の3群以外の調査協力者のデータは分析対象から外した。全調査協力者における自我体験経験者の割合は34.1%であった。

(2) 各下位尺度の基礎統計量

自我体験尺度、自己受容尺度について、「自己理解」・「自己承認」・「自己価値」各下位因子、死への態度について「死後の生活」・「死の意味」各下位因子に含まれる項目の構成に沿って α 係数を求めた。その結果、自我体験尺度については $\alpha = .94$ 、曖昧さへの態度を測定する尺度・ネガティブな反すう尺度については $\alpha = .70 \sim .80$ の範囲内であった。十分な内的一貫性が得られていると判断され、各項目を合計して各下位尺度得点を算出した（Table 1-1）。

Table 1-1 各尺度得点の α 係数と平均値とSD

		α 係数	平均値	SD
自我体験		.94	32.83	13.82
自己受容	自己理解	.66	18.11	3.22
	自己承認	.70	18.31	4.48
	自己価値	.70	13.38	3.29
死への態度	死後の生活	.80	11.76	4.23
	死の意味	.73	14.33	3.75

(3) 自我体験の経験の有無や経験のされ方の違いによる自己受容・死に対する態度の相違

自我体験の経験の有無や、経験のされ方の違いによって、自己受容尺度における3下位尺度、死への態度尺度における2下位尺度得点に相違が見られるか否かについて、一要因分散分析を行い検討した。自我体験の経験の有無と経験のされ方の違いについては「自我体験未経験」群、「自我体験経験深刻」群、「自我体験経験非深刻」群の3群を使用した。その結果 (Table 1-2)、死への態度尺度における「死の意味」下位尺度で主効果が見られた ($F(2, 104) = 3.25$, $p < .05$)。Tukey法による多重比較を行ったところ、「自我体験経験深刻」群が「自我体験未経験」群よりも有意に高い結果となった ($p < .05$)。そして自己受容尺度における「自己理解」下位尺度と、死への態度尺度における「死後の生活」下位尺度において有意傾向が見られた ($p < .10$)。なお、自我体験尺度得点についても群による主効果が見られ ($F(2, 104) = 43.27$, $p < .001$)、Tukey法による多重比較の結果、「自我体験経験深刻」群が「自我体験経験非深刻」群よりも得点が有意に高く、さらに「自我体験経験非深刻」群は「自我体験未経験」群よりも得点が有意に高かった ($p < .05$)。

Table 1-2 自我体験の経験のされ方による自己受容尺度・死への態度尺度得点の相違

			平均値	SD	F値	
自己受容	自己理解	未経験	17.22	3.45	2.85	+
		経験非深刻	18.52	2.61		
		経験深刻	19.07	3.52		
	自己承認	未経験	17.81	5.08	1.13	
		経験非深刻	19.31	4.36		
		経験深刻	18.17	4.02		
	自己価値	未経験	12.81	4.24	0.26	
		経験非深刻	13.40	3.31		
		経験深刻	13.17	2.78		
死への態度	死後の生活	未経験	10.58	4.70	2.49	+
		経験非深刻	12.41	3.13		
		経験深刻	10.71	4.10		
	死の意味	未経験	13.44	4.61	3.25	*
		経験非深刻	14.10	3.45		
		経験深刻	15.72	2.87		
自我体験	未経験	18.88	10.29	43.27	***	
	経験非深刻	35.88	11.64			
	経験深刻	42.34	10.99			

***: $p < .001$, *: $p < .05$, +: $p < .10$

【考察】

本研究の結果、自我体験経験群の中でも深刻に経験した人の方が、未経験者よりも死への態度における死の意味についてより考えていることが見出された。丹下 (1999) は、死の意味を考えることは死に関して人生に肯定的な作用を持つと説明している。天谷 (2011) において、自我体験経験者は未経験者に比してうつ傾向が高いことが示されたが、自我体験を経験することがネガティブな心的状態のみと関連しているわけではなく、ポジティブな意義を持つ変数とも関連して

いることが明らかとなった。自我体験は自身の存在に関する根源的な疑いを喚起させる現象であるが、自我体験で深刻に考えた経験が、関連領域である人間の生死にかかわる思考に関してもポジティブな意義を見出す方向の寄与をしていると考えられる。または自我体験で深刻に考えた経験が、死という一見恐怖感を感じさせる概念に関しても、ネガティブにとらえずに意味を見出す方向の思考に貢献しているのかもしれない。

また本研究では自己受容における「自己理解」に関して有意傾向が見られた。方向性としては、経験を深刻にとらえている人の方が、未経験よりも自己理解への意識が高い傾向となっている。有意傾向にしかすぎないので、明確に主張することは避けるべきであるが、自我体験を深刻に経験することが、必ずしもネガティブな変数と関連しているわけではない方向の結果となっているのは注目すべき点である。

3. 研究2

【目的】

研究2では、大学生を対象に、過去の自我体験の経験のされ方の違いによって、曖昧さへの態度、ネガティブな反する傾向に関して違いが見られるということを明らかにすることを目的とする。これにより、同じように自我体験を経験したとしても深刻に経験している人が、深刻でない人・未経験の人よりも、うつ状態に陥りやすい認知的特徴を持っており、自我体験を単に経験することのみがネガティブな特徴と関わっているわけではないことを示すことにつながると考えられる。

【方法】

- (1) 調査協力者：愛知県内の大学生209名（男性104名、女性104名、不明1名、平均年齢18.68歳（SD 1.1））であった。
- (2) 質問紙の構成：i. 自我体験の経験の有無を測定する尺度：天谷（2004）による自我体験尺度を使用した。1因子15項目から構成されており（例：私はなぜ私なのだろう。）、5段階で評定を求め、その後自身が最もよく思ったことのある項目について、自由記述にてその内容を記載するよう求めた。さらに自我体験経験者に対しては、その際の深刻さの程度について質問した。深刻さの程度については、杉浦（2001）による思考の制御困難性の項目（5項目）を本研究の内容に見合う表現に改変して尋ねた。ii. 曖昧さへの態度を測定する尺度：西村（2007）による尺度を使用した。全5因子から「曖昧さへの不安」6項目（項目例：はっきりしない状況ではどうしたらいいかわからなくなる。）、「曖昧さの受容」5項目（項目例：不完全なままにしておいた方がよい時もある。）、「曖昧さの排除」3項目（項目例：どっちつかずな立場はどちらか一方にはっきりさせるべきだ。）の3因子を取り上げた。6件法により尋ねた。iii.

ネガティブな反すうの程度を測定する尺度：伊藤・上里（2001）による尺度を使用した。全2因子からうち1因子「ネガティブな反すう傾向」因子7項目を取り上げ使用した。項目例は「何日もの間、嫌なことを考えるのに没頭することがある」というものである。6件法により尋ねた。

- (3) 調査の実施：大学の講義の時間を利用して集団実施された。なお実施時期は2007年の5月であった。

【結果】

(1) 自我体験経験の有無・経験のされ方の分類

研究1と同様に、研究2においても、全調査協力者について、自我体験経験の有無・経験のされ方について分類を行った。方法は、研究1の分類方法と同じ手続きを取った。その結果、「自我体験未経験」群は28名、「自我体験経験深刻」群は29名、「自我体験経験非深刻」群は29名であった。自我体験経験群に尋ねた「深刻さの程度」を尋ねた5項目の得点を合計した平均値は14.87 (SD 5.97) であった。全調査協力者における自我体験経験者の割合は27.8%であった。

(2) 各下位尺度の基礎統計量

自我体験尺度、曖昧さへの態度を測定する尺度における「曖昧さへの不安」・「曖昧さへの受容」・「曖昧さの排除」下位尺度、ネガティブな反すう尺度について、各因子に含まれる項目の構成に沿って α 係数を求めた。その結果、自我体験尺度については $\alpha = .94$ 、曖昧さへの態度を測定する尺度・ネガティブな反すう尺度については $\alpha = .70 \sim .86$ の範囲内であった。十分な内的一貫性が得られていると判断され、各項目を合計して各下位尺度得点を算出した (Table 2-1)。

Table 2-1 各下位尺度得点の α 係数と平均値とSD

		α 係数	平均値	SD
自我体験		.94	30.76	14.01
曖昧さへの態度	曖昧さへの不安	.70	25.79	5.22
	曖昧さの受容	.73	18.39	4.52
	曖昧さの排除	.73	12.03	3.72
ネガティブな反すう		.86	24.99	8.48

(3) 自我体験の経験の有無や経験のされ方の違いによる各下位尺度得点の相違

自我体験の経験の有無や、経験のされ方の違いによって、曖昧さへの態度尺度における3下位尺度、ネガティブな反すう尺度得点に相違が見られるか否かについて、一要因分散分析を行

い検討した。自我体験の経験の有無と経験のされ方の違いについては「自我体験未経験」群、「自我体験経験深刻」群、「自我体験経験非深刻」群の3群を使用した。その結果 (Table 2-2)、曖昧さへの態度を測定する尺度における「曖昧さへの不安」下位尺度と、ネガティブな反すう尺度において主効果が見られた (順に $F(2, 83) = 4.95, p < .01, F(2, 83) = 7.70, p < .001$)。Tukey法による多重比較を行ったところ、「曖昧さへの不安」尺度に関しては、「自我体験経験深刻」群が「自我体験未経験」群よりも有意に高い結果となった ($p < .05$)。そしてネガティブな反すう尺度に関しては、「自我体験経験深刻」群が「自我体験未経験」群・「自我体験経験非深刻」群よりも有意に高い結果となった ($p < .05$)。なお、自我体験尺度得点についても群による主効果が見られ ($F(2, 83) = 67.08, p < .001$)、Tukey法による多重比較の結果、「自我体験経験深刻」群が「自我体験経験非深刻」群よりも得点が有意に高く、さらに「自我体験経験非深刻」群は「自我体験未経験」群よりも得点が有意に高かった ($p < .05$)。

Table 2-2 自我体験の経験の有無や経験のされ方の違いによる各下位尺度得点の相違

			平均値	SD	F値		
曖昧さへの態度	曖昧不安	未経験	22.00	6.46	4.95 **	未経験 < 経験深刻	
		経験非深刻	24.28	4.92			
		経験深刻	26.55	4.88			
	曖昧受容	未経験	16.96	4.49	1.99		
		経験非深刻	19.31	4.56			
		経験深刻	18.23	4.26			
曖昧排除	未経験	12.04	4.10	1.00			
	経験非深刻	11.48	3.81				
	経験深刻	12.93	4.02				
ネガティブな反すう	未経験	20.50	7.60	7.70 ***	未経験 < 経験深刻 経験非深刻 < 経験深刻		
	経験非深刻	20.37	8.06				
	経験深刻	27.72	8.41				
自我体験	未経験	13.76	5.03	67.08 ***	未経験 < 経験非深刻 < 経験深刻		
	経験非深刻	32.32	11.25				
	経験深刻	44.31	12.50				

注.**: $p < .01$, ***: $p < .001$

【考察】

研究2においては、曖昧さに対する不安について、未経験の人よりも自我体験を経験しかつ深刻に経験した人の方が得点が高かった。また、ネガティブな反すうについて、自我体験を経験しかつ深刻に経験した人の方が、未経験の人や深刻でない経験者よりも得点が高かった。

曖昧さへの態度については、曖昧さに対する態度のポジティブな側面である「受容」に関しては、自我体験の経験のされ方で違いが見られず、曖昧さに対する態度のうちネガティブな側面である「不安」に関して、自我体験経験深刻群が未経験の人よりも高い結果となった。自我体験において生起される問いの普遍的回答は見られない (天谷, 2002)。回答の見られない問いに取り組み続けることは、認知的に曖昧さへの耐性が低い人には情緒的不安を喚起させるものであると考えられる。自我体験を経験し、回答が得られないという状態が情緒的混乱を招き、自我体験の

経験をより深刻にさせている可能性が考えられる。また、元来曖昧さへの不安はあいまい性耐性の低さと関連する中心的態度であり、不適応につながりやすい否定的態度でもある（西村，2007）。曖昧さへの不安を抱きやすい特性をもつ人が、自我体験を経験した場合、深刻に経験しやすいということも考えられる。曖昧さへの不安を抱きやすい特徴と、自我体験を経験して深刻に経験しやすいことについて、両者のうちどちらが先行要因であるのかは議論の余地があるが、少なくとも自我体験を単に経験することのみが、曖昧さへの不安を持ちやすい特性につながっているわけではないことが示されたと言える。

ネガティブな反すうについては、うつ状態をもたらす要因であることが元来指摘されているが、伊藤・上里（2001）では反すうする対象が自己であるかどうかではなく、ネガティブな事象であるかどうかを重要であることを示唆している。本研究においてネガティブな反すうが高かったのは、単に自我体験を経験しているか否かのみと関連しているのではなく、自我体験を経験しかつ深刻に経験している人が、深刻でない人よりも高かったという結果は、自我体験を経験することのみがネガティブに陥りやすいわけではないことを示唆している。自我体験の経験はある一定期間の間に繰り返し考える傾向が見られるが、繰り返し考えているからといって、必ずしも精神的不健康な状態につながるわけではないということが明らかにされたと言える。一方で、自我体験を深刻に経験したと報告している人はネガティブな反すうの傾向が高いことから、自我体験における思考内容を主観的にネガティブに捉えているのかもしれない。自我体験の経験者は、自身が自我体験の内容について考えているという事実を他者に開示しない傾向がある（天谷，2002）。他者に対して、自我体験を深刻に経験していることを開示せずに、反すうを繰り返していると精神的健康を損なうおそれがあるので、事前の心理教育等何らかの形で周囲のサポートがなされる必要性があるだろう。

4. 総合考察

本研究において、研究2では、自我体験経験者の中でも深刻でない形で経験している人は、深刻に考えている人よりもネガティブな反すうの傾向が低いことが示された。つまり、ネガティブな反すうの強さや曖昧さへの不安といった認知的にネガティブな特徴は、自我体験経験者全般にわたって関連があるのではなく、中でも深刻に経験している人と関連があることが示された。そして研究1では自我体験経験者の中でも深刻に経験している人が、そうでない人よりも死の意味を見出しているという肯定的特徴を持っていることが明らかとなった。自我体験に関わる今までの研究は、単に自我体験を経験することが、経験しないことに比してどのような特徴を持っているかということを明らかにしてきた。その中には、自我体験を経験するとネガティブな特徴と同様に関連が見られ、自我体験を経験することが精神的に不健康であるかのように論じられがちであった。しかし、本研究で得られた知見は、自我体験経験者の中でも深刻に経験している人の特

徴が、それに該当しているにすぎず、自我体験経験者の中で深刻に経験しているわけではない人は、相対的にそのような特徴は有していないことが明らかとなった。

さらに自我体験経験者の中で深刻に経験している人が、そうでない人に比べて肯定的な作用を持つ変数と関連していることも示された。自我体験を深刻に経験している人であっても、一様に精神的不健康につながるわけではないことがわかる。今後は自我体験を経験している渦中にある小学校高学年から中学生を対象に検討していくことが望まれる。

【文献】

- 天谷祐子（1999）. 面接法による自我体験の調査方法について 名古屋大学教育学部紀要, 46, 265-274.
- 天谷祐子（2002）. 「私」への「なぜ」という問いについて：面接法による自我体験の報告から 発達心理学研究, 13, 221-231.
- 天谷祐子（2004）. 質問紙調査による「私」への「なぜ」という問い—自我体験—の検討 発達心理学研究, 15, 356-365.
- 天谷祐子（2010）. 自我体験を経たことによる意味の内容に関する質的分析 東海学園大学紀要, 15, 3-13.
- 天谷祐子（2011）. 私はなぜ私なのか—自我体験の発達心理学— ナカニシヤ出版
- 伊藤拓・上里一郎（2001）. ネガティブな反すう尺度の作成およびうつ状態との関連性の検討 カウンセリング研究, 34, 31-42.
- 宮沢秀次（1987）. 青年期の自己受容性の研究 青年心理学研究, 1, 2-16.
- 水間玲子（2003）. 自己嫌悪感と自己形成の関係について—自己嫌悪感場面で喚起される自己変容の志向に注目して— 教育心理学研究, 51, 43-53.
- 西村佐彩子（2007）. 曖昧さへの態度の多次元構造の検討—曖昧性耐性との比較を通して— パーソナリティ研究, 15, 183-194.
- 杉浦義典（2001）. ストレス事態に関する思考の制御困難性と関連する対処方略—情報回避・情報収集・解決策算出と心配 教育心理学研究, 49, 186-197.
- 丹下智香子（1999）. 青年期における死に対する態度尺度の構成および妥当性・信頼性の検討 心理学研究, 70, 327-332.

注. 本研究は2008年のSociety for Research on Adolescence Biennial Meeting、2009年のSociety for Research in Child Development Biennial Meetingにてポスター発表されたものを加筆修正している。