修士論文（要旨）
2022 年 1 月

青年期における傷つきが対人関係と感情に与える影響
―自尊感情を媒介変数とした検討―

指導　久保　義郎　教授

心理学研究科
健康心理学専攻
219J4951
余　丹

Master's Thesis (Abstract)
January 2022

The effect of adolescents' vulnerability on interpersonal relationships and emotions: The mediating role of self-esteem

Dan Yu
219J4951
Master's Program in Health Psychology
Graduate School of Psychology
J. F. Oberlin University
Thesis Supervisor: Yoshio Kubo

目次

第１章　序論……1
1.1　青年期の友人関係における「傷つき」とは……2
1.2　傷つき体験と自尊感情……3
1.3　傷つき体験がアサーションに与える影響……4
1.3.1　アサーションの定義……4
1.3.2　アサーションに影響すると考えられる要因……5
1.3.2.1　対人関係におけるアサーションの現状……5
1.3.2.2　青年期におけるアサーションの重要性……5
1.3.2.3　自尊感情とアサーションとの関係……5
1.4　傷つき体験が自己開示に与える影響……6
1.4.1　自己開示の定義……6
1.4.2　自己開示に影響すると考えられる要因……6
1.4.2.1　対人関係における自己開示の現状……6
1.4.2.2　対人関係における自己開示の重要性……6
1.4.2.3　自尊感情と自己開示の関係……6
1.5　傷つき体験が気分・感情に与える影響……7
1.5.1　気分・感情に影響すると考えられる要因……7
1.5.1.1　対人関係における気分・感情の現状……7
1.5.1.2　自尊感情と気分・感情との関係……7
1.6　本研究の目的……8
1.7　仮説……8

第２章　方法……10
2.1　調査対象者……10
2.2　調査時期……10
2.3　手続き……10
2.4　質問紙の構成……10
2.4.1　フェイスシート……10
2.4.2　測定に用いる尺度……10
2.5　倫理的配慮……11

第３章　結果……12
3.1　分析対象者の属性……12
3.2　本研究で使用した尺度の因子間の相関……12
3.2.1　傷つき回数と各尺度の因子との相関……12

3.2.2　対人的傷つきやすさ尺度と、自尊感情尺度、自己表現尺度、自己開示尺度、POM 2の各因子との相関……12
3.2.3　健康な青年の持つ傷つきやすさ尺度と自尊感情尺度、自己表現尺度、自己開示尺度、POMS 2の各因子との相関……13
3.2.4　自尊感情尺度と自己表現尺度、自己開示尺度、POMS 2の各因子との相関……13
3.3　過去１ヶ月間の傷つき回数と対人的傷つきやすさの関連……15
3.4　対人的傷つきが自己表現、自己開示、気分感情に及ぼす影響……15
3.4.1　傷つきやすさ尺度と自尊感情、及び自己表現尺度の各因子との関係……15
3.4.2　傷つきやすさ尺度と自尊感情、自己開示尺度の関係……16
3.4.3　傷つきやすさ尺度と自尊感情、気分感情との関係……16

第４章　考察……21
4.1　本研究で明らかになったこと……21
4.2　過去１ヶ月間傷つき回数と対人的傷つきやすさの関係の検討……21
4.3　自尊感情における傷つきと気分感情との相関関係の検討……22
4.4　傷つき体験におけるアサーション（自己表現）尺度の関係の検討……23
4.5　対人的傷つきやすさにおける自己開示尺度の関係の検討……24
4.6　対人的傷つきやすさにおける気分感情の関係の検討……25
4.7　今後に向けて……25

引用文献
資料

第１章　序論

日常的な場面において、多くの人が傷つきを体験しうる。その傷つきはその人の気分や自尊感情、および他者との関係にネガティブな影響を与えることがあると考えられる。傷つき体験が長期間に心に残り、心理的に苦痛を与え、他者に対して不信感、孤独感を持ち、怒りや緊張感、不安を生じやすく、抑うつ状態になる可能性があると考えられる。

青年期は自己価値を見つめる時期で、周囲の他者の評価から自分を認識する傾向がある。少子化など社会問題の影響によって、敏感で脆弱性という特性があり、他者からのネガティブな評価を受け入れられず、人間関係もうまくできない、他者に対して不信感があり、自尊感情が低いという報告は少なくないと考えられる。現代青年の友人関係において、他者から低い評価を受けない警戒心があり、他者からの評価に過敏で、お互いに傷つけないよう注意することで、他者との関係にはお互いに一定の距離をおき、表面できて、親密的な関係になるのが困難である。

傷つきを持つ人は、他者からのネガティブな評価を受け入れず、不安や緊張を生じやすく、適切な自己表現が困難となり、自尊感情が低くなり、自分の考えを相手に伝えることができず、対人恐怖症や引きこもりなどの問題になり、心理的に不健康な状態にあるといえる。ほかに、人間関係にも希薄になり、他者との良好な関係を構築することにネガティブな影響を与えると考えられる。現代青年において、自尊感情の高さによる傷つき体験がその人の心理的健康にどのように影響するかを検討する必要があると考えられる。

本研究の目的では、青年期における日常的な対人場面での傷つき体験が、その後にネガティブな感情（怒り、不安、抑うつ）やアサーション、自己開示に与える影響の程度を検討することで、傷つき体験が他者との関係にどのように影響を及ぼすかについて検討することを目的とする。また、それらのネガティブな影響を低減するために、自尊感情による影響を検討する。

第２章　方法

桜美林大学に在学する大学生（204 名）を対象として、①過去 1 カ月間の傷つき経験回数、②鈴木・小塩（2002）による対人的傷つきやすさ尺度１因子 10 項目、③浜崎（1999）が作成した健康な青年の持つ傷つきやすさ尺度の３因子 23 項目、④内田・上埜（2010）が作成した Rosenberg 自尊感情尺度日本版 1 因子 10 項目、⑤内山（2020）が作成した自己表現尺度の３因子 19 項目、⑥片山（1996）による自己開示の否定的効果尺度の３因子 13 項目、⑦横山（2015）が作成した気分状態を測定する尺度 POMS 2 日本版の 4 因子 20 項目について、Google Form を用いたオンラインによる質問紙法調査を行った。有効回答 198 名（男性 31 名、女性 163 名、その他 4 名；平均年齢は 20.2 歳、SD＝0.98）について、①を説明変数、②③をそれぞれ目的変数として回帰分析を行うとともに、②③を外生変数、④を媒介変数、⑤⑥⑦をそれぞれ内生変数としてパス解析を行った。

第３章　結果

本研究の結果は以下の通りであった。

①過去１ヶ月間の傷つき回数は、対人的傷つきやすさに有意な正の影響を示していた（β=.19, R^2=.03, p<.01）。傷つき体験の回数が多い人は、対人的関係で傷つき傾向が増大する可能性が高いと考えられる。
②対人的傷つきやすさは、「非主張的表現」、「攻撃的表現」に有意な正の影響を示していた。傷つきのある人は、他者に対して自己を表現することができず、攻撃性が高い可能性があると考えられる。
③傷つきやすさは、「アサーティブ表現」（β=-.21, R^2=.05, p<.05）に負の影響があり、「攻撃的表現」に正の影響を示していた（β=.16, R^2=.03, p<.05）。傷つきを体験しやすい人は、自己表現ができず、他者に対して敵意を示しやすいと考えられる。
④対人的傷つきやすさは、「対自的傷つき」（β=.37, R^2=.24, p<.01）、「対他印象の低下」（β=.26, R^2=.22, p<.01）、「無効性」（β=.31, R^2=.10, p<.01）に有意な正の影響を示していた。対人的傷つきは自己に対して否定的でネガティブな行動をとる可能性が高いと考えられる。
⑤自尊感情は、POMS 2の「怒り―敵意」（β=.14, R^2=.06, p<.05）、「緊張―不安」（β=.12, R^2=.26, p<.05）のみに影響を示していた。自尊感情が高いと、怒り、敵意、緊張、不安を示しやく、気分感情の否定的な側面があると考えられる。
⑥対人的傷つきやすさは、「怒り-敵意」（β=.20, R^2=.06, p<.01）、「抑うつ―落ち込み」（β=.44, R^2=.20, p<.01）、「緊張―不安」（β=.38, R^2=.26, p<.01）に正の影響を示していた。傷つきやすい人は、緊張や不安を感じやすく、自分自身を受け入れられない傾向があり、怒りや敵意を示しやすく、他者との関係にネガティブな影響を与えるといえる。

第４章　考察

本研究の結果から、傷つきの回数が多いと、傷つきやすさが増す傾向が示された。また、対人的傷つきやすさが高いと、アサーションについては非主張的な傾向となり、自己開示についても否定的な傾向となることが示され、気分感情についても「怒り―敵意」、「抑うつ―落ち込み」、「緊張―不安」がそれぞれ高くなることが示された。しかし、自尊感情については、対人的傷つきやすさ、アサーション（自己表現）、自己開示のいずれに対しても有意な影響が認められず、すなわち当初仮説とした傷つきの緩和効果は認められなかった。その一方で、自尊感情が高いと、怒りや敵意、緊張不安を示しやすい傾向が示された。この点について、自尊感情が高いと、外界からのネガティブな評価を受け容れられない場合や自己愛的な反応として、小さな出来事であっても傷つき体験となり、自己評価を維持するための防衛的な反応を示したとも捉えられる。

以上より、他者との関係を改善するためには、日常生活において傷つきを体験しうる場面を予測できること、またその場面を回避したり、受け容れる対処行動を行えるようになることが大切と考えられる。

引用文献

安藤清志（1986）．　対人関係における自己開示の機能　東京女子大学紀要論集，36(2)，167-199.

遠藤辰雄・井上祥治・蘭　千壽（1992）．セルフ・エスティームの心理学―自己価値の探究―　ナカニシヤ出版，p.75.

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.

藤後悦子・井梅由美子・大橋　恵（2017）．　過去の傷つき体験の早期と子育てきの対人関係―対人関係に焦点をあてて―　コミュニティ心理学研究，20(2)，184-197.

浜崎美保（1999）．　青年期における傷つきやすさと友人関係について　第 41 回日本教育心理学会総会発表論文集，606.

原田宗忠（2008）．　青年期における自尊感情の揺れと自己概念との関係　教育心理学研究，56，330-340.

平木典子（1993）．　アサーショントレーニング-さわやかな＜自己表現＞のために-　金子書房

堀川徳子・柴山謙二（2006）．　現代大学生に対するアサーション・トレニングの効果について　熊本大学教育学部紀要，55，73-83.

福森崇貴・小川俊樹（2006）．　青年期における深い情動の回避が友人関係に及ぼす影響―自己開示に伴う傷つきの予測を媒介要因として　パーソナリティ研究，15(1)，13-19.

市村美帆（2012）．　自尊感情の変動性の測定手法に関する検討　パーソナリティ研究，20(3)，204-216.

池上貴美子・五十嵐早貴（2008）．自己関連語を用いた気分一致効果に関する自尊感情の検討　日本心理学第 72 回大会

石川浦佐育・石隈利紀・濱口佳和（2005）．　他尊感情と自尊感情が自記表現に与える影響　筑波大学心理学研究，29，89-97.

神谷真由美・岡本祐子（2010）．　青年期の自己愛的脆弱性に関する研究の動向と展望　広島大学大学院教育学研究科紀要，59，137-143.

片山美由紀（1996）．　否定的内容の自己開示への抵抗感と自尊心の関連　心理学研究，67(5)，351-358.

菊池　瞳・安藤寿康（2018）．　完璧主義と対人適応感の関係に自尊感情が及ぼす影響　日本教育心理学会第 60 回総会発表文集

木村譲崇（2011）．　青年期における自尊感情の変動性と関係的自己の可変性との関連　人間・環境学，20，1-11.

古賀弘之（2003）．　音楽と感情・気分に関する研究　広島大学大学院教育学研究紀要，　52，45-52.

永井暁行（2017）．　友人関係における傷つき経験の影響尺度の構成―信頼性と妥当性の検討―　日本教育心理学会第 59 回総会発表論文集

中間玲子・小塩真司（2007）．自尊感情の変動性における日常の出来事と自己の問題　福島大学研究年報，3，1-10.
梨本竜子・山城いつき（2018）．未就園児の保護者が持つ子どもの人間関係に関する意識について　新潟青陵大学短期大学部研究報告，48.
新見直子・川口朋子・江村理奈・越中康治・目久田純一・前田健一（2007）．青年期における自己愛傾向と自尊感情　広島大学心理学研究，7(1)，125-138.
丹羽　空・丸野俊一（2010）．自己開示の深さを測定する尺度の開発　パーソナリティ研究，18(3)，196-209.
小川 翔大（2020）．知覚された自尊感情の変動性尺度の日本語版作成と信頼性・妥当性の検討　心理学研究，91(3)，173-182.
岡田　努（1995）．現代大学生の友人関係と自己像・友人像に関する考察　教育心理学研究，43(4)，354-363.
岡田　努（1999）．現代青年に特有な友人関係の取り方と自己愛傾向の関連について　立教大学教職研，9，21-31.
岡田　努（2003）．現代青年の対人関係　思春学 ADOLESCENTOLOGY，21(1)，16-20.
岡田　努（2007）．大学生における友人関係の類型と，適応及び自己の諸側面の発達の関連について　パーソナリティ研，15(2)，135-148.
岡田　努（2011）．現代青年の友人関係と自尊感情の関連について　パーソナリティ研究，20(1)，11-20.
小塩真司（1998）．青年の自己愛傾向と自尊感情、友人関係のあり方との関連　日本教育心理学研究，280-290.
小田部貴子・加藤和生・丸野俊一（2009a）．「心の傷」に関する諸研究をどのように位置づけるか―「日常型心の傷」を取り入れた新たな枠組みの提案―　Kyushu University Psychological Research Vol.10，61-80.
小田部貴子・加藤和生・丸野俊一（2009b）．「傷つき体験」の内実とその心理的影響の解明　青年心理学研究，21，17-29.
Rosenberg, M.（1965）．Society and the adolescent self-image. Princeton University Press.
鈴木英一郎・小塩真司（2002）．対人的傷つきやすさ尺度作成の試み：信頼性・妥当性の検討　第44回日本教育心理学会総会発表論文集，278.
高濱怜美・沢崎達夫（2012）．非主張性研究の現状と課題　目白大学心理学研究，8，63-72.
高橋真悠・伊藤宗親（2015）．自動思考と否定的内容の自己開示との関連　日本心理学会第79回大会，423.
高野慶輔・坂本真士・丹野義彦（2012）．機能的・非機能的自己注目と自己受容，自己開示　パーソナリティ研究，21(1)，12-22.
玉瀬耕治・越智敏洋・才能千景・石川昌代（2001）．青年用アサーション尺度の作成と信頼性及び妥当性の検討　奈良教育大学紀要，50(1)，221-232.

内山有美（2020）．　自己表現尺度の作成おおよび信頼性と妥当性の検討　パーソナリティ研究，28(3)，247-249.
山根由梨・深見俊崇・石野陽子（2016）．　児童のアサーションと自尊感情との関連　教育臨床総合研究，15，107-121.
横山和仁（2015）．　POMS２　日本版　金子書房