

青年期における強みを受け入れる困難さについて—被受容感と個人要因の視点から—
Difficulties in Strength Acceptance in Adolescence: Perspectives on Sense of Acceptance
and Individual Factors

224J2013 船田 果穂
Kaho Funada

指導 井上 直子 教授
Thesis Supervisor: Naoko Inoue

国際学術研究科国際学術専攻心理学実践研究学位プログラム 臨床心理分野
Master of Arts Program in Clinical Psychology Master's Program in International Studies
International Graduate School of Advanced Studies J. F. Oberlin University

【問題】臨床領域においては、自身の能力や肯定的側面を「強み」として受け入れることに困難を示す事例は少なくない。強みは適応や心理的健康にとって重要であるとの研究が盛んに行われる中、社会に出る前の大学生の支援において、強みを受容する難しさに関連する体験や個人要因を知ることは有用であろう。

森本・高橋（2024）は、強み受容を「強みの受容」「強みの否認」「強みの卑下」の3因子で捉え、個人要因との関連を示した。森本・高橋（2024）の研究では、他者との関わりと強み受容の関連を取り上げられていなかったことを課題としている。他者に受け入れられたという体験は、自己を受容していくプロセスに大きく関わっているとされており（森山，2024），強みを受容するプロセスにも被受容感が関わっている可能性がある。特に、最も身近な家族と、社会的な評価の場でもある大学生活という2つの場面における被受容感が、個人要因（自己志向的完全主義認知、自尊感情の変動性、社会的比較志向性）を媒介して、どのように強み受容に影響するかを検討することを目的とした。

【方法】都内私立大学生 321 名（18 歳～25 歳）を対象に Web 調査を実施した。分析には共分散構造分析（SEM）を用い、2 場面の被受容感が個人要因（高目標設置、完全性追求、ミスへのとらわれ、自尊感情の変動性、社会的比較志向性）に影響を与え、それが強みの3側面（受容・否認・卑下）につながるプロセスモデルを検証した。

【結果と考察】分析の結果、家族対象場面での被受容感は、強みの受容を直接的に促進し、かつ強みの否認を直接的に抑制し、不適応的な認知を抑制することで、強みの卑下を低減させることが示された。対照的に、大学生活対象場面での被受容感は、多重共線性による統計的な不安定さを考慮する必要があるものの、家族との共有成分を除いた固有の性質として、ミスへのとらわれを強め、結果として強みの卑下を促進することが示唆された。これは、家族の無条件の受容に対し、大学固有の受容が条件付きの側面を持つ可能性が示された。大学生活対象場面での被受容感が本質的に不適応である、というわけではなく、家族からの無条件の受容が確保されていない状態で、大学での条件付きの受容を過度に求めることは、学生を認められなければならない、という強迫的な心理状態に追い込む可能性が考えられる。また、家族関係を良好に保ち、リソースとして利用できる関係性を築くことの重要性や、支援者が無条件の肯定的関心をもって関わることの重要性が示されたと考えられる。

また、本研究の結果、被受容感が個人要因を変化させ、それが強みの受容に関連するというプロセスを検討した。特に、家族からの受容がミスへのとらわれを緩和し、それが強みの卑下を低減させるというパスが確認されたことは、情緒的な支えが認知的な柔軟性を生み出し、それが自己評価の改善につながるという可能性を示している。

また、本研究の結果、強みの受容と強みの卑下の間には有意な共分散が認められず、その生成プロセスも明確に異なっていた。尺度構成や測定状況の影響を考慮する必要があるが、本研究の結果からは、自らの強みの卑下をやめることと、強みを受け入れることは別個の課題である可能性が示唆された。従って、学生の支援においては、不安や防衛を取り除くアプローチと、安心感の提供を、それぞれの目的に応じて検討する必要があると考えられる。

参考文献

- 森本 啓介・高橋 誠（2024）．自己の強みの受け容れに関する研究－強み受容尺度の作成と信頼性，妥当性の検証－ 兵庫教育大学研究紀要，65，105-114.
- 森山 夏衣（2024）．自己受容プロセスにおける他者の影響に関する文献展望 跡見学園女子大学心理学部紀要，（6），107-121.