

主観的自己と社会的自己とのズレ —基本的構えとの関係—

木 澤 光 子

家政学部生活科学科生活科学専攻

(2014年9月30日受理)

Gap between Subjective Self and Social Self —Relationship of a fundamental style—

Department of Home and Life Sciences, Faculty of Economics,
Gifu Women's University, 80 Taromaru, Gifu, Japan (〒501-2592)

KIZAWA Mitsuko

(Received September 30, 2014)

要 旨

本研究では、交流分析の基本的構えを基に、社会適応の高い「自他肯定」群は主観的自己と社会的自己が一致し、不適応である「自他否定」群、「自己否定・他者否定」群は主観的自己と社会的自己が不一致となるという仮説を検証した。その結果、「自他肯定」型は、主観的自己と社会的自己の2つの自己を持っていることが明らかになった。それに対し「自他否定」型も2つの自己を感じており、「自己否定・他者肯定」型は1つの基準で自己を決定し、主観的自己と社会的自己との葛藤は生じないと考えられた。

はじめに

I. 問題と目的

心理臨床の場面や講義において、人格検査の結果を見ることが多い。そのような場面で、クライアントや学生が感じている自己が、筆者から見えているクライアントの姿と著しく異なる場合が少なくない。例えば、他者から見ると、不安定で他人に対し攻撃的・批判的であると見えているが、本人は攻撃的ではなく寛容であり、自分こそ迫害されていると自

己認識している場合である。このようなケースは人間関係がうまくいかず、多かれ少なかれ社会不適応を起こしている。他人から見えている客観的なその人像と主観的自己との乖離は、問題を起こす原因となる。

主観的自己を含め自分をどのようにみるかということは、自己概念であり、認知的、情動的、行動的側面を含む包括的基礎概念であると榎本博明(1992)は述べている。この領域の研究は、現在主体としての自己を追究する研究が主流である。

主体としての自己を研究する流れの中に、

他者の目に映る自分をどのように感じているかということ明らかにしようとする研究がある。主体としての自己概念のズレに注目した研究では、現実自己と可能自己の不一致に関するものが多い。

筆者は、主体としての自己である主観的自己（自分自身が見ている自分）と、外の人からはどのように見えるかという社会的自己との間にズレがある場合、社会不適応を起こすのではないかと、という仮説を立てた。

そこで本研究では交流分析の基本的構えを基に、次のことを明らかにする。

①社会適応の高い「自己肯定」群は主観的自己と社会的自己が一致するか。

②また不適応である「自己否定」群、「自己否定・他者否定」群は主観的自己と社会的自己が不一致となるか。

II. 方法

①調査時期と調査対象

2014年7月、岐阜県岐阜市の大学において、講義時間の最後に質問紙を配布し、その場で回答、回収した。

調査対象は家政学部4年生13人と文化創造学部4年生13人の計26名である。全員保育士資格取得希望者である。

②調査内容

人格検査 TEG を使用し、TEG 用紙とは別に A4用紙1枚の左半分は自分が認識している自分（主観的自己）、右半分は他者から見える自分（社会的自己）を答えるように回答欄を設けた用紙を配った。

TEG は批判的・道徳的自我、母性的・包容的自我、合理的・知的自我、自由・快楽的自我、従順・協調的自我の5つの自我で構成されている。それぞれ質問が10問ずつあり、3件法（はい、いいえ、どちらでもない）で

回答を求めた。

データの処理には、エクセル及び SPSS 13.0を用いた。

III. 結果と考察

交流分析の理論の1つであるエゴグラムには基本的構え理論がある。表1は新里里春ら（1986）によって作成された表を基に作成した。各ケースの基本的構えを表1の基準を基に検討した結果、基本的構え別にみた人数は表2のとおりであった。

表1 基本的構えと特徴

基本的構えタイプ	特徴
自己肯定	私も他人も OK であるという人生態度。この態度で生きる人は、相手も自分も生かすことのできる温かい血の通った人間関係を持つことができる。典型的なエゴグラムは NP をピークとして AC へと下がっていく山型で、P や A の機能が高いのが特徴である。他の人と楽しい関係を築くことができやすい。FC もある程度高いので自分を適切に表現できる。
自己否定	私も他人も OK でないという人生態度。人生には何もよいことはないと感じる悲観的な傾向を持ち、自分の殻に閉じこもりがちである。典型的なエゴグラムは、NP を底とし、AC へ登っていく谷型で、P や A の機能が弱く、C の機能が強いのが特徴である。NP が低いと、他の人との温かい交流が持ちにくい。また、AC が高いと、自分に対する公的構えが持ちにくい。
自己肯定 他者否定	私は OK だが他人は OK ではないという人生態度。この態度を持つ人は他者に対して支配的で、相手を自分の思い通りに動かそうとするため、人間関係の摩擦が起こりやすい。自信を持っているが排他的で責任転嫁的である。典型的なエゴグラムは、CP と FC が高く、NP と AC が低い逆 N 型である。他の人には批判的で、自分を積極的に生かそうとする。CP や FC 機能が表に出やすい。
自己否定 他者肯定	私は OK でないが、他人は OK であるという人生態度。劣等感に悩んだり、憂鬱になったりしやすい。典型的なエゴグラムは、NP と AC が高く、CP と FC が低い N 型で、自分を抑えても他の人との関係を良くしようとする。内部に矛盾や葛藤を抱えやすい。

表2 基本的構え別にみた人数

	典型	亜型
自他肯定	0人	1人
自他否定	0人	2人
自己肯定 他者否定	4人	0人
自己否定 他者肯定	3人	0人
その他	16人	
計	26人	

各基本的構えのタイプごとに主観的自己評価と社会的自己評価のズレを検討した結果、以下のことが明らかになった。

1) 「自他肯定」型 (亜型)

ケース1の主観的自己評価は、Aが低く、典型「自他肯定」型ではないが、NPとFCが高く、CP・ACが低いことから「自他肯定」型に分類した。主観的自己評価と社会的自己評価のズレを見ると、CPは主観的自己が+6点、NPは0点、Aは+8点、FC+1点、AC-6点である。ズレの大きいところが、CP、A、ACで、ズレの少ないところはNPとFCである。他者からはAの合理性や客観性を低く見られていると思っているが、自分自身は論理的思考をしていると思っている。優しさ、楽しさについて他者からも同じようにみられていると感じている。定型で自己他者ともにOKであると考えているタイプであるが、他者からは「自己否定・他者肯定」のタイプと認識されていると感じている。ズレはCP、NP、A、FC、ACのズレ合計19点であった。形から見ると、他人からは自分は自己肯定的に見えていると感じていることは、自己肯定感に影響を与えず、健全な自己は維持されている。他者から見えているだろう自己像は、自分が思う自己像よりもしっかりルール

を守るのではなく、合理的・知的ではないと見えていると感じている。しかし、必ずしもネガティブな受け止め方にはなっていない。他者は自分のことを批判的で合理的な行動をとるしっかりした人とは思ってないだろう。しかし自分はダメなことはダメと物を言うし、知的な思考・行動をとっている、と感じていることが窺われる。他者は自分を優しい人と見えていると思うが、自分はもう少し厳しく有能だと考えている。この認識は、社会的自己も自己肯定的であり、主観的自己も無論自己肯定的に受け止められていると考えられる。

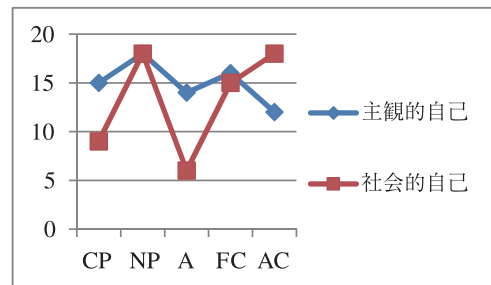


図1 「ケース1」

2) 「自他否定」型

「自他否定」型とは、自分も他人もOKではないと考えるグループである。このグループの純型は本調査対象者にはいなかった。しかし、亜型が2人であり、その形は図2、図3である。

ケース2の主観的自己と客観的自己のズレは、CP0点、NP-4点、A1点、FC-3点、AC4点で、合計12点であった。図3 ケース3のズレを見るとCP-3点、NP-10点、A3点、FC11点、AC0点、計26点である。ケース2とケース3のズレの平均は19点であった。

「自己肯定」型の図1はNPとFCのズレが小さかったが、「自他否定」型の図2、図3ではCPとAのズレは少ないが、NPとFC

のズレが大きく、「自他肯定」型と正反対のズレを示した。

エゴグラムを見ると、図2はACをピークとする尻上がり型だったのが、社会的自己ではNPとFCをピークとするM字型になっている。

図3もACをピークとするが、極端なN字型であり、NPとACが高い「自己否定・他者肯定」型に見られていると感じている。

ケース2及びケース3は主観的自己とは違う見方を他者からされていると感じている。

自分が思うよりも自分のことを人は優しく楽しい人だと思っているが、自分はそのような人ではない。優しくないし楽しいと感じていないと自己否定をする主観的自己があると考えられる。

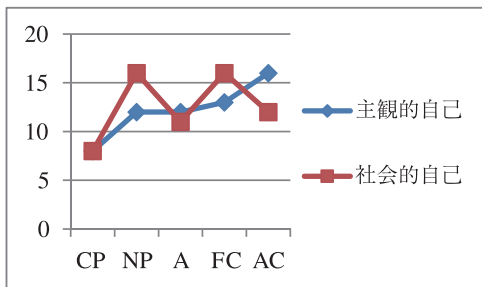


図2 「ケース2」

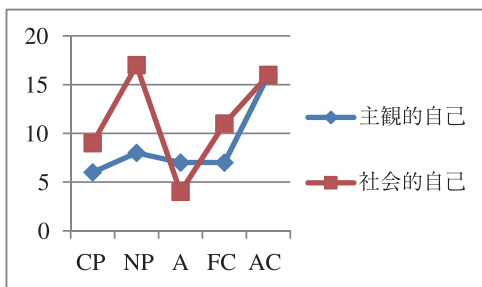


図3 「ケース3」

3) 「自己肯定・他者否定」型

図4～図7は「自己肯定・他者否定」型である。このグループは、自信を持っているが、

排他的で責任転嫁的な人生観を持つグループである。

図4のケース4では、主観的自己と社会的自己のズレが、CP 2点、CP 5点、A 5点、FC 2点、AC-3点で、計17点である。形はCP、FCをピークとする逆N字型であり、その形は社会的自己も変わらない。

図5 ケース5のズレは、CP-1点、NP-3点、A 1点、FC-4点、AC 0点、計9点であった。形はCP、A、FCを高い値とする逆N型であるが、社会的自己もCPとFCをピークとする逆N字型である。

図6「ケース6」を見ると、ズレはそれぞれCP 1点、NP-2点、A 4点、FC-4点、AC 4点であり、計15点であった。また形はFCをピークとして、次にCPが高い逆N字であり、「ケース4」「ケース5」と同じである。

図7「ケース7」のズレは、CP-1点、NP-4点、A-2点、FC 2点、AC 4点、計13点であった。形はCPとFCを高得点とする逆N字であり、社会的自己も逆N字である。

自己肯定が高い「他者否定」型のグループのエゴグラムは、主観的自己と社会的自己のズレが17点、9点、15点、13点で、平均13.5点だった。

「自他肯定」型、「自他否定」型に比べるとズレが5.5点低く、しかもエゴグラムの形が、主観的自己と社会的自己でほとんど変わらないということが明らかになった。

自己肯定が高く他者否定のグループの場合、自分が思っている自己の姿と同じように他者も自分を見ていると感じている。すなわちこのグループの人は、他者の目線を意識する必要はなく、彼らの行動や精神状態に他者の目線の影響を受けることが少ないことが窺われる。

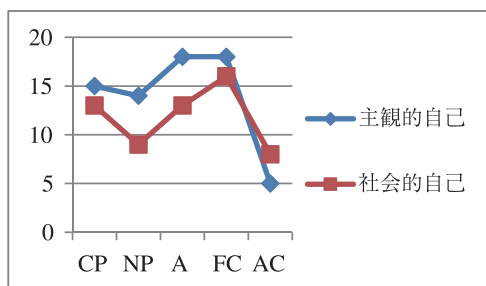


図4 「ケース4」

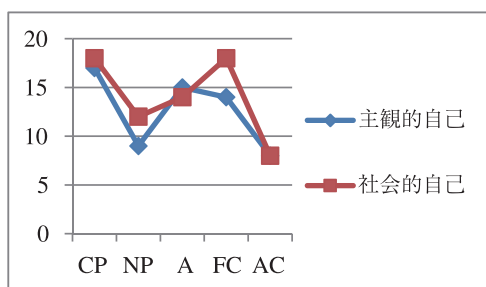


図5 「ケース5」

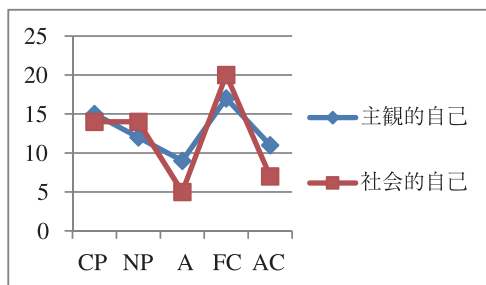


図6 「ケース6」

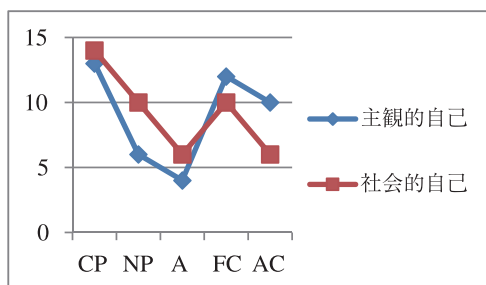


図7 「ケース7」

4) 「自己否定・他者肯定」型

①典型

「自己否定・他者肯定」型は、表1のとおり劣等感・無力感を持っている人である。

図8から図10は自己否定・他者肯定の典型である。

図8「ケース8」の主観的自己と社会的自己のズレを見ると、CP 9点、NP 1点、A 6点、FC 3点、AC 2点、計21点であった。形は、主観的自己の場合 AC をピークとし、次に NP が続く N 字型である。それに対し社会的自己は、CP と A の値が極端に低くなるものの N 字型であった。

図9「ケース9」のズレは、CP -4点、NP 1点、A 2点、FC 2点、AC 2点、計11点である。折れ線の形は主観的自己、社会的自己ともに N 字型である。

図10「ケース10」のズレを見ると、CP 1点、NP -1点、A 4点、FC 0点、AC 4点であり、計10点であった。形は AC をピークとする N 字型であり、社会的自己は NP と A が同点になるもののほぼ N 型である。

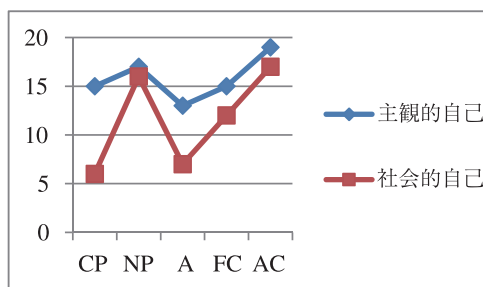


図8 「ケース8」

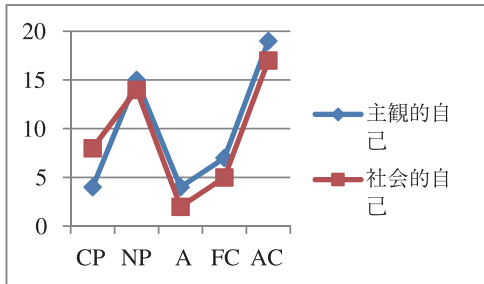


図9 「ケース9」

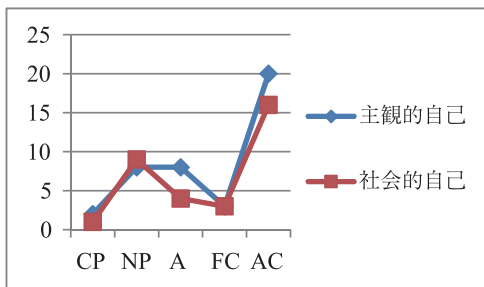


図10 「ケース10」

「自己否定・他者肯定」型の主観的自己と社会的自己のズレは「ケース8」21点, 「ケース9」11点, 「ケース10」10点で平均17点であった。また形は主観的自己と社会的自己はともにN型で, 同じ形を示していた。「自己肯定・他者否定」型と比べると, 主観的自己と社会的自己のズレは大きい。形はN型で変わらないが, より折れ線が鋭角な形になることが認められた。

NPは, ケース10, ケース11, ケース12の全てにズレが1点であった。他の自我のズレに比べると, NPは主観的自己と社会的自己が一致する傾向があると考えられる。またA, FC, ACは社会的自己が主観的自己よりも低く, 知性, 自由さ, 協調性について, 他者は自分を低く見積もっているとの認識を持っていることが明らかになった。

IV. 総合的考察

本研究は, 交流分析の1技法であるエゴグラム(使用質問紙: TEG)を使用し, 基本的構えを基に, 次のことを明らかにすることを試みた。

①社会適応の高い「自己肯定」群は主観的自己と社会的自己が一致するか。

②また不適応である「自己否定」群, 「自己否定・他者否定」群は主観的自己と社会的自己が不一致となるか。

ケースは, 「自己肯定」「自他否定」「自己肯定・他者否定」「自己否定・他者肯定」の4種類に分類した。そしてそれぞれの基本的構えの典型・亜型ごとに, 主観的自己と社会的自己のズレを検討した。その結果, 次のことが明らかになった。

①「自己肯定型」「自他否定型」は, 主観的自己と社会的自己との折れ線の形が異なる傾向があり, 他者の視点から見えているだろう自己像について意識している。

②「自己肯定・他者否定」型, 「自己否定・他者肯定」型は主観的自己と社会的自己の折れ線の形がほとんど変化せず, 他者からも同じように見えていると感じている。「自己肯定・他者否定」型は他者の視点を意識しない自己認知であるが, 「自己否定・他者肯定」型は他者から見える自分の姿が基準になっていると考えられる。つまり「自己否定・他者肯定」型は, 自分自身の物差しを持たないために折れ線の形のズレが生じにくいと考えられる。

③「自己肯定」型は, 他者からはあまりしっかりした人と見られていないと思っているが, 自分自身は合理的・知的・道徳的にきちんと物事をこなすことができていると感じており, 有能感がある。

④「自己否定」型は, NP, FCの値にズレが

大きい。これは「自他肯定」型と逆である。「自他否定」型は、他者から優しいとか楽しく遊ぶとの評価があると思っているが、本当の自分は優しくなく自由ではないと感じている。

⑤「自己肯定・他者否定」型と「自己否定・他者肯定」型は、折れ線の形はほとんど変化しないが、値のズレは「自己否定・他者肯定」型が大きい。しかも折れ線全体が低くなる傾向があり、自分が認識する自分よりも他者から知性・自由さ・協調性を評価されていないと感じていることが認められた。

以上より、「自他肯定」型は、自分が見ている主観的自己と他人は自分をこのように見ているだろうと感じる社会的自己の2つの自己を持っている。しかしその中でNPとFCのズレは少なく、優しさや自由さの生き方を楽しむ自我が安定している。それに対し「自他否定」型も2つの自己を感じており、NPとFCとズレの大きさから自分に優しくできず楽しめない主観的自己を感じていることが明らかになった。しかし、「自己否定・他者肯定」型の自己像が他者基準であったことから、自己を否定している「自他否定」型が自分基準の主観的自己を持っていることと矛盾する。「自他否定」型は否定的な主観的自己が確立し、しかも異なる社会的自己を持ち、主観的自己が社会的自己を否定するという自己間の葛藤が生じている、と考えられるのではないだろうか。「自己否定・他者肯定」型は1つの基準で自己を決定し、主観的自己と社会的自己との葛藤は生じないが、「自他否定」型は2つの自己の間でも葛藤が生じる。この葛藤のために問題が複雑になり、社会適応が困難になると考えられる。

主観的自己と社会的自己の2つの自己が乖離していることは、精神衛生上不健康ではないということが明らかになった。むしろ主観

的自己と社会的自己の一致は、主観的自己か、社会的自己のどちらかに基準を持ち、多面からの自己覚知ができず、健康な基本的構えであるとは言えない。

またNPとFCが一致していることが健康さと関係があると考えられ、今後NPとFCの働きに注目した研究を進めていきたい。また2つの自己像をもつことは臨床の場面でも不適応を引き起こす原因とされる場合が多いが、本研究では異なる社会的自己を持つことの方が健康であることが示唆された。今後被験者の数を増やし、統計的な根拠をもってこの結果が特別なケースかどうかを検証したい。

引用・参考文献

- 1) 榎本博明, 「『自己』の心理学 自分探しの誘い」, サイエンス社, 1998
- 2) 榎本博明, 「自己」, 氏原寛・亀口憲治・成田善弘・東山紘久・山中康裕編, 心理臨床大事典, 培風館, 2004, pp. 273-276
- 3) イアン・スチュアート ヴァン・ジョインズ 著 深沢道子訳「TA TODAY A New Introduction to Transactional Analysis 最新・交流分析入門」実務教育出版, 1991
- 4) 中間玲子, 「“自分探し” 類型化の試みとそれぞれの特徴について—“自己違和感”と“自己開拓意識”の枠組みからの検討」, 福島大学研究年報 第4号 2008 pp. 7-18
- 5) 中山奈央・田中真理, 「児童の自身が思う自己評価及び他者に映る自己評価が自尊感情に与える影響」, 教育ネットワークセンター年報, 2007, pp. 45-57
- 6) 新里里春・水野正憲・桂戴作・杉田峰康, 「交流分析とエゴグラム」, チーム医療, 1986

