

コーピングが自尊感情の変動性と自己概念に与える影響

原 田 宗 忠

問題

全体的自己に対する評価感情である自尊感情 (self-esteem) は、これまでに様々な精神的健康と関係していることが明らかにされてきた。たとえば、自尊感情が高いと人生に対する満足感が高く (Huebner, 1991), 抑うつが低く (Tennen & Herzberger, 1987), 学業成績がすぐれている (Hattie, 1992) ことなどが報告され, 自尊感情を高めることで精神的健康を保とうとする様々な実践的な取り組みがなされている (川井・吉田・宮元・山中, 2006など)。しかし, これまでの自尊感情の研究は, そのほとんどが自尊感情の高さについて注目をしてきた。

一方, 近年, 自尊感情の高さは安定した特性ではなく状況によって変動することや, 自尊感情の変動性 (小塩, 2001) が怒りの表出 (Kernis, Grannemann & Barclay 1989) や自己評価の正確さ (Wells & Sweeney, 1986) などに影響することが明らかにされている。また, Kernis, Whisenhunt, Waschull, Greenier, Berry, Herlocker & Anderson (1998) の縦断的研究において, 自尊感情の変動性が抑うつ形成を予期していたことを考えると, 自尊感情の変動性は精神的健康に影響を与えると考えられ, 自尊感情は, その高さだけでなく, 変動性についても注目する事が必要であると言える。

自尊感情が変動する理由としては, 自己概念が貧困であることや (Kernis et al., 1998), 自己像が不安定であること (小塩, 2001), 随伴性自尊感情の領域と呼ばれる, 個人が自己の価値を置き, 重要視している自己概念の領域に関係する出来事が生じること (Crocker, 2002) などがあげられている。つまり, 自己概念の中でも, 個人が重要視し, 強く関与している領域の自己概念が貧困であると, 随伴性自尊感情の領域に関係する出来事が生じた時に, その出来事に対する評価基準が曖昧になり, それに伴って自己に対する評価も変動するため, 自尊感情も揺れると考えられる (小塩, 2001)。

しかし一方で, 自己概念が豊富であると, 自尊感情は揺れやすくなるとも考えられる。つまり, 自己概念が豊富であると, 自己に対する評価基準は安定するものの, 重要視している自己概念の領域に関係する出来事を認知する機会も増えると考えられるからである。実際に, Rafaeli-Mor & Steinberg (2002) は自己概念が豊富であることが, 自尊感情の振幅への緩衝要因になるという緩衝仮説については, 支持する結果 (Dixon & Baumeister, 1991; Linville, 1985) と支持しない結果 (Woolfolk, Novalany, Gara, Allen & Polino, 1995) とがあることを述べている。

こうした矛盾を考慮すると, 自己概念だけから自尊感情の変動性を説明する事は難しいのではないかと考えられる。たとえば, 随伴性自尊感情の領域に関する出来事が生じて, その原因を

自己にではなく外的要因に帰属したり、「環境からの要求や自身の内部に生じた要求によって生じたストレス反応を軽減するために行われる、認知的、または行動的努力」と定義されるコーピング (Folkman & Lazarus, 1980) をうまく行えば、自尊感情は必ずしも揺れないと考えられる。また、情動的な苦痛を低減させるための情動焦点型コーピングをうまく行ってストレス反応をやわらげたり、外部の環境の問題や自身の問題を解決するために行われる問題焦点型コーピングをうまく行って、その問題の解決策を見出す事ができれば、自尊感情は揺れないかもしれない。つまり、自尊感情の揺れを考える際には、随伴性自尊感情の領域に関する出来事が生じて、それに対してどのように本人が認知し、原因帰属を行い、対処するかを考慮する必要があると考えられる。また、自尊感情が変動することによって、自己に注目し自己概念を見直す機会が与えられる (溝上, 2001; Crocker, Brook, Niiya & Villacorta, 2006; 原田, 2005) という点では、自尊感情の変動性が逆に自己概念に影響を与えるとも考えられる。しかし、現在のところ、自尊感情の高さとコーピングとの関係を明らかにした研究はあるものの (Kahng & Mowbray, 2005など)、自尊感情の変動性をコーピングの観点から検討した研究や、自尊感情の変動性が自己概念に与える影響を明らかにした研究は見られない。

コーピングが自尊感情に与える影響と、自尊感情の変動性が自己概念に与える影響を明らかにする事は、精神的健康に影響を与えると考えられる自尊感情の変動性に対する臨床的な介入方法や、自己概念の形成過程を明らかにすることにもつながり、意義があると考えられる。よって本研究では、まず、自尊感情に影響を与える出来事が生じた際に、どのようなコーピングを行うことが自尊感情の変動性に影響するかを明らかにすることを目的にする。そして、表出された自己概念を特定の分類基準によって分類した際のカテゴリ数である自己概念数に注目し、自尊感情の変動性が自己概念の数に対して与える影響について明らかにすることを目的にする。

方法

調査時期 2006年6月

調査手続き 調査は二つの段階に分かれた。調査1は一般教養の心理学の授業を用い、集団法で行われた。調査2は調査1の終了後に質問紙を配布し、その日の夜から7日間、毎晩就寝前に質問紙に記入するよう求め、翌週の授業時に回収を行った。なお、調査1と調査2における調査対象者の照合は、携帯電話の下5桁を聞くことで行った。また、希望者には結果をフィードバックすることをその場で約束し、後日フィードバックを行った。

調査対象者 近畿、中国地方の私立大学学生212名 (男性156名、女性56名) が調査1に参加した。そのうち、157名が調査2に参加したが、調査2において7日分全ての記入を行った115名を分析対象者とした (男性78名、女性37名、平均年齢 19.30 ± 1.52 歳)。

調査1の調査内容

(a) **自己概念** 個人にとって重要な自己概念の数を測定するために、TS-WHY法 (原田, 2005) を用いた。個人にとって重要な自己概念の数を測定する方法としては溝上 (1995, 1997, 1999) のWHY答法があるが、WHY答法は、ある問題に対して“はい/そう思います”, “いいえ/そうは思いません”の強制二択法で回答を求めたのち、「それはなぜですか」という質問をするこ

とで、調査対象者がどのような理由からその問題に答えたかを尋ねるというものである。溝上(1995, 1997, 1999)は、「私は、全体的には自分自身に満足しています」という自己評価センテンスに対し、強制二択法で回答を求めたのち、WHY答法を用いる事で、調査対象者の自尊感情を支える自己概念を表出させている。しかし、この方法の場合、「はい/そう思います」と答えた者に対しては肯定的自尊感情を支える自己概念のみが、「いいえ/そうは思いません」と答えた者に対しては否定的自尊感情を支える自己概念のみが表出され、表出されなかった次元の自己概念については明らかにすることはできないという問題点が存在する。一方、TS-WHY法(原田, 2005)では、「私は、全体的には自分自身に満足しています」という自己評価センテンスを用い、「はい」と答えた調査対象者には、「はい」と答えた理由をできる限り多く箇条書きで回答させ、回答が終わると、「一方で『自分自身に満足していない』と思う気持ちもどこかにあります。その気持ちが浮んできたら、その理由を答えてください」と教示し、満足できない理由をできる限り多く箇条書きで回答させた。また、最初の教示に対し「いいえ」と答えた調査対象者には、「いいえ」と答えた理由を回答させ、回答が終わると、「一方で『自分自身に満足している』と思う気持ちもどこかにあります。その気持ちが浮んできたら、その理由を答えてください」と教示し、満足できる理由を回答させた。この方法によって、「はい」と答えた者も「いいえ」と答えた者も、ともに肯定次元、否定次元の自己概念を表出することができる。

なお、TS-WHYの制限時間は、両次元あわせて10分とした。

(b) コーピング 自尊感情の変動性が日々の出来事に対して生じる自尊感情の揺れであることを考えると、自尊感情の変動性に影響するのは日常生活の中で生じる些細な出来事に対するコーピングであると考えられる。よって、日常場面におけるストレスへの対処行動を評価することのできる辻ら(1999)の日常ストレス対処行動尺度を用いて、日常場面において用いているコーピングを測定した。なお、日常ストレス対処行動尺度は33項目からなっており、原法では「ストレスを感じたときにどのような行動をとったかを思い起こし…」と教示を行っている。しかし、本研究では、自尊感情が揺れる場面における対処行動を調べる事が目的であるため、以下のように教示を変更した。まず、『私はいろいろ不満や反省がないわけではないが、基本的には今のままの自分でいいと思う』という気持ちがあり、これを自尊感情と呼ぶ』と教示した上で、「こうした自尊感情は、日々揺れたりするものですが、あなたは、自尊感情が揺れている時にどのようにしていますか」と教示し、回答を求めた。なお、辻ら(1999)の日常ストレス対処行動尺度は4段階評定で行われ、項目例としては、「うまくいくようにやり方を変えてみた」や、「ぐっとがまんした」や、「誰かに話して、気持ちをわかってもらった」などがあつた。

調査2の調査内容

(c) 自尊感情の高さと変動性 自尊感情の高さと変動性を測定するために、多くの先行研究と同様に(Kernis, Grannemann, & Barclay, 1992; Kernis, Cornell, Sun, Berry, & Harlow, 1993), 山本・松井・山成(1982)で邦訳されたRosenbergの自尊感情尺度(1965)10項目を用いた。各調査対象者には、一ページに一日分の自尊感情尺度が記載されている冊子を配布し、「この調査は一定の期間における1人ひとりの心のありかたを調べるものです。毎晩就寝前に、記入してください」と教示した。なお、毎回の自尊感情尺度の項目配列は同じであつた。そして、毎晩就寝前にその日の分の自尊感情尺度に記入し、7日間連続して自尊感情尺度への記入を続け

るよう求めた。なお、回答は「全く当てはまらない」から「とてもよく当てはまる」までの5件法で行った。

結果

調査1のデータの整理

自己概念 TS-WHYにおいて、満足として表出された理由、不満足として表出された理由の数を自尊感情を支える自己概念の数とし、調査対象者ごとに「肯定的自己概念数」と「否定的自己概念数」を算出し、全体の平均値とSDを算出した（「肯定的自己概念数」の $M=2.50$, $SD=2.09$, 「否定的自己概念数」の $M=3.62$, $SD=2.35$ ）を算出した。

日常ストレス対処行動尺度 日常ストレス対処行動尺度に関して、辻ら（1999）は「問題への取り組み」「自己統制」「外的資源の活用」「積極的気分転換」「陰性感情発散」の5因子を見出しているが、古野（2005）は再度、探索的因子分析を行い、「問題への取り組み（8項目、項目例：“見方や考え方を変えてみた”）」「対人接触（5項目、項目例：“誰かに話して、気持ちをわかってもらった”）」「陰性感情発散（5項目、項目例：“どなったりして大声を出した”）」「自己統制（8項目、項目例：“時間が解決してくれるのを待った”）」「気晴らし・自己肯定（7項目、項目例：“遊びに熱中することで気分を変えた”）」の5因子（信頼性係数は、順に、 $\alpha=.81$, $.77$, $.81$, $.70$, $.71$ ）を得て、多少の因子間の項目の違いはあるものの、おおむね辻ら（1999）とほぼ同様の因子を見出し、妥当性を確認している。よって、本研究では古野（2005）による因子構造を用い、各下位尺度の得点を合計し、それぞれ「問題への取り組み」得点（ $M=18.45$, $SD=4.45$ ）, 「対人接触」得点（ $M=12.62$, $SD=3.63$ ）, 「陰性感情発散」得点（ $M=8.34$, $SD=2.76$ ）, 「自己統制」得点（ $M=20.93$, $SD=3.65$ ）, 「気晴らし・自己肯定」得点（ $M=17.83$, $SD=4.62$ ）とした。

調査2のデータの整理

自尊感情の高さと変動性 先行研究にしたがい（Kernis, Cornell, Sun, Berry, & Harlow, 1993; Kernis, Whisenhunt, Waschull, Greenier, Berry, Herlocker, & Anderson, 1998など）, 自尊感情の高さは、逆転項目の処理を行った上で一日ごとに合計得点を算出し、7日分の合計得点の平均値をもって「自尊感情の高さ」得点（ $M=30.29$, $SD=7.23$ ）とした。また、自尊感情の変動性についても先行研究にしたがって個人の7日分の「自尊感情の高さ」得点から標準偏差を算出したが（ $M=2.47$, $SD=1.59$ ）, 床効果が見られたため、対数変換を行った。対数変換後、分布の正規性が確かめられたため、「自尊感情の高さ」得点から算出した標準偏差を対数変換した値を「自尊感情の変動性」得点とした（ $M=.50$, $SD=.20$ ）。

各得点間の相関 各変数間の相関をTable1に示す。「自尊感情の高さ」と「自尊感情の変動性」との間には有意な負の相関が見られた。また、「自尊感情の高さ」は、有意傾向であるが「問題への取り組み」と正の相関が見られ、「対人接触」との間には有意な正の相関が見られた。また、「自尊感情の変動性」は「自己統制」との間に正の相関が見られた。

一方、コーピングの各下位因子間の相関については、まず、「問題への取り組み」は「対人接触」と「気晴らし・自己肯定」との間に正の相関が見られ、「自己統制」との間に負の相関が見られた。そして、「対人接触」は「自己統制」との間に負の相関が、「気晴らし・自己肯定」との

Table1 各変数間の相関 (N=115)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1 自尊感情の高さ								
2 自尊感情の変動性	-.20*							
3 問題への取り組み	.16†	.00						
4 対人接触	.19*	.06	.42***					
5 陰性感情発散	-.13	.00	-.06	.16†				
6 自己統制	-.10	.20*	-.21*	-.36***	.08			
7 気晴らし・自己肯定	.11	.03	.37***	.57***	.13	-.13		
8 肯定的自己概念数	.36***	.02	.20*	.15	.02	-.07	.18†	
9 否定的自己概念数	-.26**	.08	.12	-.08	.07	.12	.09	.41***

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

間に正の相関が見られた。また有意傾向ではあるが、「対人接触」は「陰性感情発散」との間にも正の相関が見られた。

仮説モデルの作成 コーピングが自尊感情及び自己概念数に直接的に、また間接的に与える影響を明らかにするために、コーピングと自尊感情及び自己概念数間における仮説パスモデルを作成した。

まず、自尊感情に影響を与えた出来事に対するコーピングは、その後の自尊感情の高さに影響を与え、それが一週間における自尊感情の変動性に影響を与えると考えられる。よって、Table1の結果から、「問題への取り組み」「対人接触」が「自尊感情の高さ」に影響を与え、また「自己統制」が「自尊感情の変動性」に影響を与えると考えられるため、これらの変数間にパスを引いた。さらに、問題に取り組む事によって解決策が生じるならば、そのことは否定的自己概念を解消したり、新たに肯定的自己概念を形成することにもつながると考えられる。よって、「問題への取り組み」から、「肯定的自己概念数」及び「否定的自己概念数」へパスを引いた。

次に、自尊感情が揺れやすい者では自尊感情を支える自己概念が貧困であり (Kernis, Whisenhunt, Waschull, Greenier, Berry, Herlocker, & Anderson, 1998), 抑うつが高いことと (Kernis, Grannemann & Mathis, 1991), 自尊感情が高い者では自己概念が豊富であり (原田, 2005), 抑うつが低いこと (Tennen & Herzberger, 1987) とを考えると、自尊感情の高さと変動性は相互に影響を与え合っている可能性が考えられる。よって、「自尊感情の高さ」と「自尊感情の変動性」との間に双方向のパスを引いた。一方、自尊感情が揺れた際に、自己に注目が向いて自己概念について考え直すことが、重要な自己概念の形成にとって大切であると考えられる (溝上, 1999) ことを考えると、自尊感情の揺れは、肯定的自己概念の形成にも、否定的自己概念の形成にも影響を与えると考えられよう。したがって、「自尊感情の変動性」から「肯定的自己概念数」と「否定的自己概念数」へパスを引いた。

また、気分一致効果 (Bower, 1981) を考慮すると、自尊感情が高いと肯定的自己概念の想起が多くなり、自尊感情が低いと否定的自己概念の想起が少なくなると考えられ、自尊感情の高さは自己概念の数に影響を与えると考えられる。したがって、「自尊感情の高さ」から「肯定的自

己概念数」と「否定的自己概念数」へパスを引いた。

最後に、自己概念が豊富であるということは、肯定的自己概念も否定的自己概念も同様に豊富であると考えられ、自己概念が貧困であるということは、肯定的自己概念も否定的自己概念も同様に貧困であると考えられよう。つまり、「肯定的自己概念数」と「否定的自己概念数」との間には相関関係が存在すると考えられる。よって、「肯定的自己概念数」と「否定的自己概念数」の誤差変数の間に、共分散を引いた。

以上より構成されたパスに加え、Table1で見られた有意な相関が見られたコーピングの各下位因子間に共分散を引き、仮説モデルを作成した（Figure 1）

モデルの検討 Amos5を用い、仮説モデルにパス解析を行った結果、仮説モデルは非有意であり棄却できないと言えた（ $\chi^2=22.01$, $df=19$, $p=.28$, $GFI=.96$, $AGFI=.91$, $CFI=.98$, $AIC=74.01$, $RMSEA=.04$ ）。しかし、パス係数の値が非有意であるパスが存在することやモデルの適合度からは、仮説モデルに対して修正を行う必要があると考えられた。

モデルの修正 コーピングと自尊感情及び自己概念数間におけるパスモデルに関して、より適切なモデルを明らかにするために、モデルの修正を行った。

まず、仮説モデルにおいて非有意であったパス（「問題への取り組み」から「肯定的自己概念数」へのパス、「問題への取り組み」から「自尊感情の高さ」へのパス、「自尊感情の高さ」から「自尊感情の変動性」へのパス）を削除した¹。

次に、自己の肯定的な側面が明確になってくると、自らの至らないところや欠点にもより目が向くようになると考えられ、また逆に、自己の否定的な側面が明確になってくると、より自らのできているところや長所にも目が向くようになると考えると、「肯定的自己概念数」と「否定的自己概念数」の間には相互に因果関係があると想定できる。したがって、「肯定的自己概念数」と「否定的自己概念数」との間の共分散を削除し、2変数間に相互にパスを引いた。

さらに、Table1においては非有意であったが、情動焦点型コーピング（Folkman & Lazarus, 1980）であると考えられる「対人接触」「陰性感情発散」「気晴らし・自己肯定」「自己統制」との間には相関関係が見られると推測される。よって、Table1において相関係数の絶対値が.10以上であることを基準にして、「対人接触」と「陰性感情発散」との間、「陰性感情発散」と「気晴らし・自己肯定」との間に新たにパスを引いた。

最後に、情動焦点型コーピングだけでは単独ではストレスの軽減につながりにくいものの（Penley, Tomaka, & Wiebe, 2002）、問題焦点型コーピング（Folkman & Lazarus, 1980）と結びつくことで、情動焦点型コーピングがストレスの上昇を抑えたり、ストレスを減少させる（Shimazu & Kosugi, 2003）という知見を考慮すると、情動焦点型コーピングが問題焦点型コーピングを介して、ストレスなどと関わりがある自尊感情や、自尊感情を支える自己概念の数にも影響を与えうると考えられよう。したがって、情動焦点型コーピングにあたると考えられる「対人接触」「陰性感情発散」「気晴らし・自己肯定」「自己統制」のうち、問題焦点型コーピングにあたると考えられる「問題への取り組み」と有意な相関が見られた「対人接触」「陰性感情発散」

¹「自尊心の高さ」から「自尊感情の変動性」へのパスの標準化係数の値は.33であり、比較的低いとは言えないものの非有意であった。これは、パス係数の標準誤差の値が影響したためである。

原田：コーピングが自尊感情の変動性と自己概念に与える影響

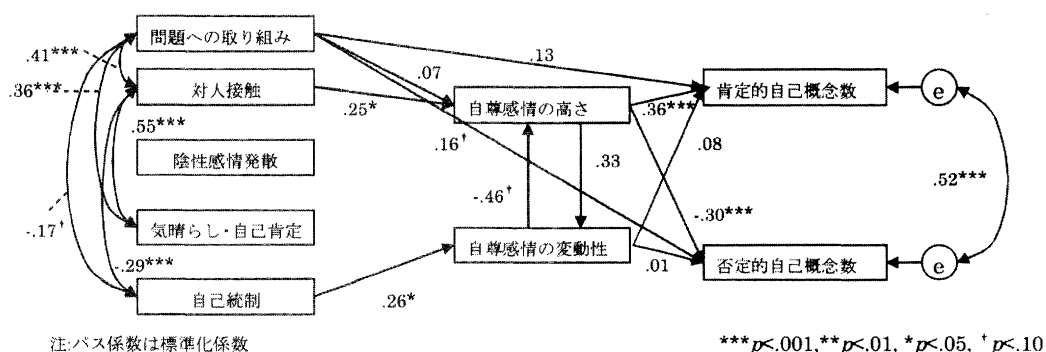


Figure1 コーピングと自尊感情及び自己概念数間における仮説パスモデル

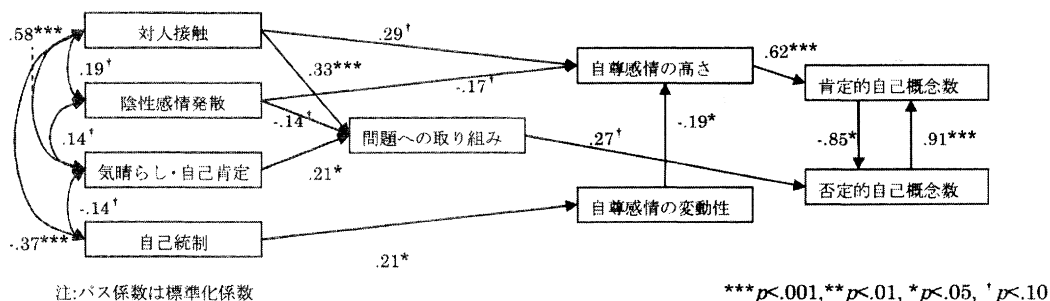


Figure2 コーピングと自尊感情及び自己概念数間におけるパスモデル

「気晴らし・自己肯定」から、「問題への取り組み」へとパスを引いた。

以上の様に修正したモデルに対してパス解析を行った結果、モデルは非有意であり棄却できず、($\chi^2=12.47, df=20, p=.90, GFI=.98, AGFI=.95, CFI=1.00, AIC=62.47, RMSEA=.00$), また AIC の値から仮説モデルより適合度の高いモデルであると言えた。よって本モデルをコーピングと自尊感情及び自己概念数間におけるパスモデルとした (Figure2)。

考察

自尊感情と自己概念との関係 パス図からは、自尊感情の変動性から、肯定的自己概念数や否定的自己概念数に対して直接の影響は見られず、肯定的自己概念数や否定的自己概念数に直接影響を与えるのは自尊感情の高さであった。このことは、まず自尊感情を向上させる介入を行い、その後に自尊感情の変動性に介入することによって自尊感情に安定性を与えることが、肯定的自己概念を形成したり否定的自己概念を減らすためには効果的であることを意味する。

また、自尊感情の変動性は自尊感情を低くし、また、自尊感情を低くする事を通して自尊感情の変動性は間接的に肯定的自己概念数に負の影響を与えていた。そして、自尊感情の高さと肯定的自己概念数を経由して、否定的自己概念数には正の影響を与えるとされた。つまり本結果からは、自尊感情が揺れやすいと自尊感情が高くなることが抑制され、肯定的自己概念が形成されに

くくなり、否定的自己概念の形成が促進されると考えられる。Kernis et al. (1998) や Roberts & Kassel (1997) は、自尊感情の変動性が抑うつと関係している事を明らかにしているが、本研究における以上の結果からも自尊感情の変動性が精神的健康に否定的な影響を与えると推測される。

しかし、肯定的自己概念数から否定的自己概念数に対しては負のパスが存在するものの、否定的自己概念数から肯定的自己概念数には正のパスが存在していた。このことから、肯定的自己概念が増えると否定的自己概念が気にならなくなったり、減少するものの、否定的自己概念が増えると、自己の肯定的な面に目が向くようになっていたり、肯定的自己概念が形成されると考えられるだろう。つまり、否定的自己概念数から肯定的自己概念数への正のパスを考慮すると、自尊感情の揺れは自尊感情を低くすることで間接的に否定的自己概念数を増やす働きを持つものの、否定的自己概念が増えることで肯定的自己概念の数も増やすという肯定的な働きをも持っていると言え、自尊感情が揺れることを否定的にのみ捉える事はできないと考えられる。なお、自尊感情の揺れを通して形成された自己概念と、自尊感情が安定したまま形成された自己概念とでは、安定度など質的な面に差がある可能性が考えられる(原田, 2005)。したがって、今後は、自尊感情の揺れが、自己概念の形成や維持、そして形成された自己概念の質的側面にどのように関与するかを明らかにした上で、自尊感情が揺れることの肯定的側面と否定的側面を検討してゆくことが必要であろう。

また、自尊感情の高さは自尊感情の変動性に対して影響を与えるとは言えず、自尊感情の変動性から自尊感情の高さに対して負のパスが存在していた。これは、自尊感情を高くしても自尊感情の揺れは抑制できず、また、自尊感情の揺れを抑制しないでいると自尊感情が低下してゆくおそれがあることを意味するだろう。近年、自尊感情の向上を狙った実践的介入が行われているが(川井ら, 2006)、そのような介入によって向上した自尊感情を維持するために、自尊感情の変動性に働きかける介入方法を開発してゆくことも重要であろう。

コーピングのもたらす影響 「自己統制」から「自尊感情の変動性」に正の影響がみられたことから、情動を自分の中だけで抱えたり、耐えようと我慢することによって、自尊感情は揺れやすくなると考えられよう。さてここで「自己統制」の項目をみると、“ぐっとがまんした”、“なんとかしようと思っているうちに時間がたってしまった”に見られるように、自尊感情の揺れに伴う情動を処理しようとしながらも、十分に対処できずに葛藤している状態がうかがわれる。こうした自己統制の内容を考慮すると、本研究からは、自尊感情の揺れが自尊感情が影響を受けた際に生じる情動を抱えることによって生じるのか、それとも抱えた情動を十分に処理できずに葛藤が生じるために、つまり、心理的な器(Bion, 1962)が脆弱であるがために生じるのかは明らかではない。今後、情動を抱える事と、抱えた情動を処理することの区別を行った上で、自己統制のどの側面が自尊感情の変動性に影響を与えるのかを明らかにすることが必要であると言えよう。

さて、「問題への取り組み」からは、「自尊感情の高さ」や「肯定的自己概念数」にはパスが引けず、「否定的自己概念数」にのみパスが引けたが、そのパス係数は正であった。このことから、自尊感情が揺れた際にその原因を考えたり、よくなかった点を改めることは、直接には自尊感情を高めたり肯定的自己概念を形成することにはつながらず、むしろ自己の欠点に対する注目を増加させたり、否定的な面を新たに見つけることにつながると考えられる。コントロールが難

しいストレスに対して積極的に問題を解決しようとすることは、ストレス反応の上昇につながると言われており (Schaufeli & Bakker, 2004; 島津, 2006), 近年, 積極的な問題解決の否定的な側面が指摘されているが, 本結果もこの見解を支持すると考えられる。また, 「否定的自己概念の数」から「肯定的自己概念の数」へと正のパスが存在していることから, 否定的自己概念が増えることによって, 自己の肯定的な側面にも注目が向くようになると考えられよう。原田 (2006) は, 否定的自己に注目することは必ずしも否定的に捉えられず, 二次的に自己評価の上昇につながることもあると述べているが, 本結果において, 否定的自己概念の数が問題への取り組みを媒介して肯定的自己概念の数に正の影響を与えていたことから, 問題への取り組みが二次的には肯定的自己概念の形成につながることを示唆するだろう。つまり, 自尊感情が揺れた際にその原因を明らかにしたり, 情報を集めて解決しようとすることは, 直接には否定的自己概念への注目を増加させるが, 二次的には自己の肯定的な面への気づきや, 新たに自己の長所を作り出すことにもつながりうると考えられる。

なお, 自尊感情の高さや肯定的自己概念, 否定的自己概念などの精神的健康を代表すると考えられる変数に対して各コーピングが与える影響は, 仮説モデルのように各コーピングがそれぞれ独立して影響を与えると考えるより, 「問題への取り組み」が「対人接触」や「気晴らし・自己肯定」を媒介して否定的自己概念に影響を与えていたように, 異なったコーピングが組み合わさって影響を与えるという過程を考慮した方が適切であると言えた。したがって, 単独では精神的健康にとって否定的な影響を与えるコーピングであっても, 他のコーピングとの組み合わせによっては肯定的な影響を与える可能性があるといえよう。今後, 自尊感情の向上や肯定的自己概念の形成, 否定的自己概念の減少にとって, どのようなコーピングの組み合わせが適切であるかについて検討してゆくことが必要であろう。

本研究の限界と今後の課題 本研究では, コーピングと, 自尊感情の変動性, 自己概念との関係について検討を行った。しかし, 本研究は, 縦断的研究ではなく, 実際に個人が状況に応じてどのようにコーピングを使い分けしているかが考慮されておらず, また, すでに形成されている自己概念の数を従属変数として用いることでコーピングから自己概念に対する影響を検討しているという問題点が存在する。したがって, 本研究で検討したモデルは推測の域を出ず, 一般化には慎重であるべきである。今後, 事例研究や縦断的研究などによって, コーピングが実際に自尊感情や自己概念に与える影響を検討する必要があるといえる。さらに, 自尊感情に影響を与えたストレスの種類や自尊感情を支える領域の種類, 状況, 短期的利点と長期的利点のどちらを重要視するかによっては, 有効なコーピングの種類も異なると考えられるため, 今後はこうした差異を考慮した上での研究が望まれる。

また本研究では, 自尊感情の変動性を性格特性とは考えずに, コーピングの仕方によって誰にでも生じるものとして扱った。しかし, DSM-IVにおいて境界性人格障害や自己愛人格障害の状態像として自尊感情の揺れやすさが挙げられることから (American Psychiatric Association, 1994), 特定の性格類型に特徴的な性格特性として自尊感情の変動性を捉える視点も必要であろう。今後, 臨床群の特定の性格類型において報告されている性格特性としての自尊感情の変動性が, コーピングによって誰にでも生じる自尊感情の変動性と質的に同じであるか否かを比較検討していくことも必要であろう。

参考文献

- American Psychiatric Association 1994 *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. 4th ed. Washington, D. C. American Psychiatric Association.
- Bion, W. R. 1962 Learning from experience. William Heinemann Medical Books.
- Bower, G. H. 1981 Mood and memory. *American Psychologist*, **36**, 129-148.
- Crocker, J. 2002 The costs of seeking self-esteem. *Journal of Social Issues*, **58**(3), 597-615.
- Crocker, J. , Brook, A. T. , Niiya, Y. , & Villacorta, M. 2006 The pursuit of self-esteem: Contingencies of self-worth and self-regulation. *Journal of Personality*, **74**(6), 1749-1772.
- Dixon, T. M. , & Baumeister, R. F. 1991 Escaping the self: The moderating effects of self-complexity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **17**, 363-368.
- Folkman, S. , & Lazarus, R. S. 1980 An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, **21**, 219-239.
- 古野裕子 2005 過換気症候群を症候群を抱える人のコーピング・スタイルおよび心理的構えについての一考察. 心理臨床学研究, **23**(1), 64-74.
- 原田宗忠 2005 青年期における, 自己評価のゆれと自己概念との関係. 京都大学大学院教育学研究科平成16年度修士論文. 未公開.
- Hattie, J. 1992 *Self-concept*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Huebner, E. S. 1991 Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly*, **6**, 103-111.
- Kahng, S. K. & Mowbray, C. T. 2005 Psychological traits and behavioral coping of psychiatric consumers: The mediating role of self-esteem. *Health and Social Work*, **30**, 87-97.
- 川井栄治・吉田寿夫・宮元博章・山中一英 2006 セルフ・エスティームの低下を防ぐための授業の効果に関する研究ーネガティブな事象に対する自己否定的な認知への反駁の促進ー. 教育心理学研究, **54**, 112-123.
- Kernis, M. H. , Cornell, D. P. , Sun, C. R. , Berry, A. J. , & Harlow, T. 1993 There's more to self-esteem than whether it is high or low: The importance of stability of self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, **65**(6), 1190-1204.
- Kernis, M. H. , Grannemann, B. D. , & Barclay, L. C. 1989 Stability and level of self-esteem as predictors of anger and hostility. *Journal of Personality and Social Psychology*, **56**(6), 1013-1022.
- Kernis, M. H. , Grannemann, B. D. , & Barclay, L. C. 1992 Stability of self-esteem: Assessment, correlates, and excuse making. *Journal of Personality*, **60**(3), 621-644.
- Kernis, M. H. , Grannemann, B. D. , & Mathis, L. C. 1991 Stability of self-esteem as a moderator of the relation between level of self-esteem and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, **61**(1), 80-84.
- Kernis, M. H. , Whisenhunt, C. R. , Waschull, S. B. , Greenier, K. D. , Berry, A. J. , Herlocker, C. E. , & Anderson, C. A. 1998 Multiple facets of self-esteem and their relations to depressive symptoms. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **24**(6), 657-668.
- 溝上慎一 1995 WHY答法による将来の生き方基底因. 心理学研究, **66**(5), 367-372.
- 溝上慎一 1997 自己評価の基底要因とSELF-ESTEEMとの関係ー個性記述の観点を考慮する方法としての外在的視点・内在的視点の関係. 教育心理学研究, **45**, 62-70.
- 溝上慎一 1999 自己の基礎理論ー実証的心理学のパラダイムー. 金子書房.
- 小塩真司 2001 自己愛傾向が自己像の不安定性, 自尊感情のレベルおよび変動性に及ぼす影響. 性格心理学研究, **10**(1), 35-44.
- Penley, J. A. , Tomaka, J. , & Wiebe, J. S. 2002 The association of coping to physical and

- psychological health outcomes: A meta-analytic review. *Journal of Behavioral Medicine*, **25**, 234-247.
- Rafaeli-Mor, E. , & Steinberg, J. 2002 Self-complexity and well-being : A review and research synthesis. *Personality and Social Psychology Review*, **6**(1), 31-58.
- Roberts, J. E. , & Kassel, J. D. 1997 Labile self-esteem, life stress, and depressive symptoms: Prospective data testing a model of vulnerability. *Cognitive Therapy and Research*, **21**(5), 569-589.
- Schaufeli, W. B. , & Bakker, A. B. 2004 Job demands, job resources and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, **25**, 89-112.
- 島津明人 2006 コーピングと健康.小杉正太郎（編）. ストレスと健康の心理学. 朝倉書店. pp.21-34.
- Shimazu, A. & Kosugi, S. 2003 Job stressors, coping, and psychological distress among Japanese employees: Interplay between active and non-active coping. *Work and Stress*, **17**, 38-51.
- Tennen, H. & Herzberger, S. 1987 Depression, self-esteem, and the absence of self-protective attributional biases. *Journal of Personality and Social Psychology*, **52**, 72-80.
- 辻裕美子・塚本尚子・岡田宏基・近喰ふじ子・川田まり・杉江征・永田頌史・宗像恒次・吾郷晋浩・石川俊男 1999 日常ストレス対処行動の評価尺度の作成. *精神保健研究*, **12**(45), 53-61.
- Wells, L. E. & Sweeney, P. D. 1986 A test of three models of bias in self-assessment. *Social Psychology Quarterly*, **49**, 1-10.
- Woolfolk, R. L. , Novalany, J. , Gara, M. A. , Allen, L. , & Polino, M. 1995 Self-complexity, self-evaluation, and depression: An examination of form and content within self-schema. *Journal of Personality and Social Psychology*, **68**, 1108-1120.
- 山本真理子・松井豊・山成由紀子 1982 認知された自己の諸側面の構造. *教育心理学研究*, **30**, 64-68.

（臨床心理実践学講座 博士後期課程3回生）

（受稿2007年9月7日、改稿2007年11月30日、受理2007年12月12日）

The Influence of Coping on Stability of Self-esteem and Self-concept

MUNETADA Harada

Many previous researches had shed light on the level of self-esteem. However few studies had focused on the stability of self-esteem. Recent researches showed that the stability of self-esteem was negatively correlated with psychological health. However, it is not clear what caused the instability of self-esteem. This study explored the influence of coping on stability of self-esteem and self-concepts, on 115 undergraduates (a mean age of 19.3 years). In this study, participants completed the questionnaire on their coping strategies in daily life, TS-WHY , and seven daily ratings of self-esteem. Results indicate that the instability of self-esteem negatively correlates with the number of positive and negative self-concepts. However, the instability has a positive side effect on the number of positive self-concepts and it is implied that the instability of self-esteem also might have a positive effect on the creation of positive self-concepts. It is also implied that it is necessary to keep high self-esteem to investigate clinical techniques of intervening the stability of self-esteem.