# 自他分離に関する考察

## —上方比較場面における効果と共感性要因との関連について—

# Consideration on self-other separation

## — The effect in upward comparison scene and the relationship with empathic factors —

奥村真子[1]，松本拓真[2]

Okumura Mako[1], Matsumoto Takuma[2]

［キーワード Keyword］　自他分離（self-other separation），共感性（empathy），上方比較（upward comparison），状態自尊心（state self-esteem）

［所　　属 Institution］　[1]岐阜市子ども・若者総合支援センター“エールぎふ”，[2]岐阜大学教育学部（Faculty of Education, Gifu University）

［要　　旨 Abstract］　優位な他者との比較による自己への影響の大きさには，たとえそれが同じ条件下であったとしても，個人差が生じる。本研究はこの個人差の要因として，自他分離に注目し，その効果と関連する要因についての検討を行うことを目的とし，大学生・大学院生75名を対象に質問紙調査を行った。その結果，自他分離高群の方が低群に比べて，上方比較による状態自尊心の低下量が小さくなる傾向があったことから，上方比較の影響を緩和する個人差要因として自他分離が関連することが示された。また，自他分離に対して認知的他者理解が正の影響，情緒的共感性が負の影響を与えていたことから，他者からの影響を受けすぎてしまうといった自他分離に関わる不適応を抱える人に対して，認知的他者理解が高まるような介入・働きかけを行うことが，自他分離を促進する，有効な援助となり得る可能性が示唆された。

## 1. 問題と目的

### 1. 1. 憧れ

人は自分よりも優れた人，良い状態にある存在を見て，あの人のように，あのように自分もなりたいと憧れを抱く。その思いは，自分を鼓舞したり，向上心の源となったりするだろう。一方で人は，自分よりも良い状態にある存在に対し，憧れのようなポジティブな感情だけでなく，嫉妬といったネガティブな感情も抱く。そしてその存在と自分を比べ，自分はだめだと，時にはひどく落ち込むこともある。しかし，人は自分より優れた人を見たとき，必ずしも自尊心を低下させないのではないだろうか。本研究ではこの疑問を元に，上方比較に対する反応の違いに着目した。

### 1. 2. 日本人の自己観と自他分離

日本人には文化的に，自分と他者の区別が曖昧な特徴があると言われている（高田・松本, 1995）。文化的な自己観について，欧米において優勢とされ他者から分離した独自の実体として自己を捉える相互独立的自己観と，日本において優勢とされ他者とお互いに結びついた人間関係の一部として自己を捉える相互協調的自己観の違いとして，自他の分離の程度が考えられる（Markus & Kitayama, 1991）。文化的自己観はそれぞれの文化の歴史の中で育まれ，そこにある慣習や言語の用法，社会的状況，社会制度など，文化そのものの性質を規定し，現在の社会の事象を構成している。このように，文化的自己観はそれぞれの文化の根底に流れている概念や観念などから成る複合物として存在しているため，その傾向は時代を経ても，文化的な背景としてその文化に所属する人々にある程度根付いているものと考えられる（北山, 1994）。日本的自己に関する研究を行った高田（2004）は，日本の近代化の中で社会における人間関係が変化したことにより，日本人が今なお持ち続けている，個人が集団の価値観や規範に自らを寄せ，集団に溶け込むことが重要視される伝統的な自己観と日本社会の近・現代化との矛盾あるいは葛藤が，対人恐怖症や社会的ひきこもりといった青年期の不適応の問題としてあらわれていると指摘している。日本人が文化として持つ集団への没頭は，他者との融合を迫られるがゆえに，自分と他者という存在との線引きの困難さ，つまり自他分離に関する問題としてあらわれると推測される。したがって，日本人青年を対象とし自他分離についての検討を行うことで，対人関係における心理的健康に寄与できるのではないかと考える。

### 1. 3. 自他分離の定義と関連要因

本研究では自他分離の定義を，発達心理学領域で用いられることが多い自他分化の定義を参考とし作成した。

そもそも自他分化とは，発達心理学辞典によれば，広義には心的な経験や行動の主体が自分と自分以外のもの，自分に属するものと属さないものとの分離性や境界を認識することをいう（谷村, 1995）。また今まで様々な文脈で議論がされており，一般他者や特定の相手（母親），外界環境との関係性についての文脈がある他，分化する「自己」に関して身体的自己や心理的自己など複数の水準に触れるもの，さらに，同じ水準の分化であっても，行動的，認知的，情意的などの側面における分化というような区別もあるように，とても多義的な概念であるため，研究者間の共通認識が乏しいという（谷村, 1995）。このように，自他分化は多義的な意味合いを持つため，本研究では特に身体的な分化の水準を含まない，「心理的に他者からの影響を受けにくい独自の存在としての自己」の側面に注目し，「他者から影響されにくい独自の実体として自己を捉える」ことと定義した。

### 1.4. 関連要因としての共感性の二側面

共感性については現在まで数多くの研究者によって取り上げられてきたが，必ずしも一貫した定義づけがされてきたわけではない。それら多数の定義に共通する基本的な違いは，共感性の「認知面」と「情緒面」のどちらに，どの程度重点が置かれているかにあると考えられる。現在では各研究者による誤差はあるにしろ，一般的には，共感性は認知と情緒の両側面を包括することが適切であると考えられている。そのため本研究では論を進めていくにあたり，両側面が表現されていると考えられる森下（1990）の「状況や他者の気持ちを理解した上で，他者と同じような情緒的反応を経験すること」という定義を採用する。

共感性の「認知面」は，他者の心的状態を認識し，推測し，理解する能力，つまり他者理解での認知的な処理の文脈において検討されてきた（Premack & Woodruff, 1978）。一般的には「共感性」という言葉には情緒的なニュアンスが内包される印象が持たれやすいが，本研究ではより他者の視点取得的な側面を取り扱いたいと考えるため，これを便宜的に「認知的他者理解」と呼び，「他者の視点に立って事象を考えること」と定義する。この他者視点取得の能力としては「心の理論」が注目されており，これまで数々の研究，特に発達心理学や自閉症研究の領域において検討されてきた。この「心の理論」は，定型発達児においては4〜5歳ごろに獲得されるものであるとされ，同時にこの「心の理論」の欠損が自閉症の中核的な障害であると考えられてきた（子安・木下, 1997）。またこの「心の理論」は三項関係の発展型であり（熊谷, 2014），その獲得の有無の判断として誤信念課題が用いられることがある。この課題を通過するためには，第三者である主人公の視点で状況を観察していく必要がある。つまり，「自分は知っているが主人公は知らない」というような，自他の違いの理解が前提となっていると言えよう。このように認知的他者理解は，自己と他者を別個の存在と知り，理解することであると考える。

一方，共感性の「情緒面」だが，当初，他者の心の理解に関する研究において注目されていたのは，専ら心の理論をはじめとした認知的な側面に基づくものであった。しかしその過程の中で，認知に加え，発達初期からの他者との情緒的なかかわり合いを通して心の理解を考えていこうとする立場が生まれた（Hobson, 1995 /2000）。またHoffman（2000）は道徳性についての研究を行う中で，情緒と認知を含む共感性の発達について考察しており，共感性の情緒的要素は発達早期から存在する生得的なものであり，認知的な要素を欠いている最早期の共感は，対象恒常性が獲得される以前の大まかで未分化なものであるとした。それは例えば, 実際に苦しんでいるのは誰か（自分ではない），という認識が欠如していても，他児が転び泣くのを見ると自分も泣き出す，という事象が挙げられる。このように，認知発達を経ることなく，情緒の共感的発生が生じるとした考えも生まれた。本研究ではこれを「情緒的共感性」と呼び，森下（1990）の言葉を借りて「他者と同じような情緒的反応を体験すること」と定義する。

以上が共感性に含まれる各側面の概要であるが，ここで，共感性に包括されている認知的他者理解と情緒的共感性は，個人内でどのように存在しているのか，という疑問が生じる。これについて，特に心の理論研究においては，対象者に誤信念課題を出し，課題に通過すれば心の理論を獲得している，不通過であれば獲得していない，というように二分法で検討されることが多い。しかし森野（2005）の研究のように，二分法では捉えきれない段階的な個人差を捉えようとした考えも生まれた。一方共感性全体の研究では，その個人差を尺度などを用いて調査し，多次元的に捉える見方が主流となっている（登張, 2003）。またPasalich, Dadds, & Hawes（2014）は，3〜9歳の男児の自閉ス

ペクトラム症傾向ならびに無感覚・無感情傾向と共感性との関連を，共感性を他者の感情を認識し理解する認知的共感と，他者の感情をともに感じる感情的共感の2つの側面に分けて検討している。この結果，自閉スペクトラム症傾向は認知的共感（本研究で言う認知的他者理解）の欠如との関連はあったが感情的共感とは関連がない，つまり認知的な他者視点の獲得の程度（他者理解）が直接情緒的共感性の程度に対応するものではないことが示された。また神経科学研究において，少なくとも成人においては共感性の認知面と情緒面の神経システムが部分的に異なるという知見が示された（Shamay - Tsoory, 2011）。したがって，認知的他者理解の発達が，認知面と情緒面を包括した共感性全体の発達の程度に関連するとしても，認知的他者理解の程度と情緒的な共感性の程度，バランスや各要因の優勢度合いは個人によって異なると考える。

上述した通り，人間は誕生早期には自他分化がほとんどなされておらず，情緒的共感性においてそれは情緒伝染という形であらわれると考えられる。しかし，発達の中で情緒伝染が徐々に見られなくなるということは，情緒的共感性が発達につれ低下していく，失われていくということなのだろうか。あるいは何か別の要因によって抑制されていくのだろうか。本研究ではその要因の一つとして，認知的他者理解の影響を予想する。認知的他者理解の能力は，認知的な他者視点が形成されるのが幼児期後期～児童期であることから，情緒的共感性よりも比較的後続して獲得されるものであると推察される。その認知的な発達と情緒伝染が見られなくなっていくのがほとんど同時期であることから，認知的他者理解の能力の発達により情緒的共感性が抑制されていくと考えられる。

以上，ここまで乳幼児期・学童期における共感性についての緒論をみてきた。本研究では，他者からの影響の受けにくさと認知的他者理解の能力の発達には関連があると予想する。乳幼児は，自分と相手の感情が異なることに気付き理解し，自分と相手を別個の存在であると捉えて区別することで他者の視点を得て，状況に対処することが可能になっていく。つまり，「他者の視点に立って事象を考える」認知的他者理解の能力が高まることと，「他者から影響されにくい独自の存在として自分を捉える」自他分離には関連があると予想する。一方，自他分離を抑制するだろう要因として，情緒的共感性が予想される。なぜならば，「他者と同じような情緒的反応を体験すること」である情緒的共感性は，自他を同一的なものとして捉える要素があると考えられるためである。自他分離の程度は，これら認知的他者理解と情緒的共感性の相互作用の結果として規定されるものであると考える。しかし，認知的他者理解と情緒的共感性，自他分離の関連に類似した研究はほとんどない。そのため，本研究では自他分離と認知的他者理解・情緒的共感性との関連について検討していきたいと考える。

なお，これまで概観してきたように「他者視点」は発達の過程の中で乳幼児期に「獲得」されるものであり，その観点で言うと青年期にはある程度は獲得しているものと考えられる。しかし，発達的に他者視点を獲得した上でも，個人の持つ多次元的な共感性の傾向には個人差があるとされている。そのため，本研究を青年期を対象として行うにあたり，認知的他者理解を「能力」ではなく「個人の持つ傾向」であると捉えて，検討を行うこととする。

### 1. 5. 本研究の目的

本研究は，自他分離に関する以下の仮説を検証することを目的とし，調査を行うものとする。

相互協調的自己観が優勢な個人は，集団の価値観や規範に自らを寄せ集団に溶け込むことを重要視するために，社会的比較を行う頻度とその結果を自己認識の手がかりとして用いる傾向が高く，また自己卑下・自己批判的傾向が強く自尊感情が低い傾向にあると言われている（高田, 1993；上瀬・堀野, 1995；中間, 2013）。おそらく自他分離をしていない傾向にある個人も他者からもたらされる影響が大きいと考えられることから，同様の傾向を持つと考えられる。そこで本研究では自他分離の程度と関連する場面として，社会的比較場面の中でも特に自尊心の変化の個人差がみられやすいと考えられる上方比較場面を取り上げる。上方比較とは，自分より望ましい状態にある人と自分を比べることであり，これを行うことで自己の向上を目指すポジティブな行動にも繋がる場合もあるが，一般には比較他者が自己評価（自己価値）に脅威を与えるため，状態自尊心が低下すると言われている（磯部・浦, 2002）。上述より，自他分離をしている傾向にあるほど他者からの影響を受けにくい独自の存在として自己を捉えるために，社会的比較の結果を自己認識の手がかりとして用いる傾向が低く上方比較の結果による影響が小さくなり，自他分離をしていない傾向にある者と比較して自尊心の急激な低下が抑制されると考える。以上から次の仮説を立てる。

仮説1.自他分離をしている傾向にある人ほど，上方比較を行うことによる状態自尊心が低下しにくい。

Hobson（1995/2000）やTrevarthen（1998/2005）は乳幼児の自他認識の文脈において，他者の情緒が自分にも伝染するように喚起される自他未分化な状態から，共同注意の体験を契機として自他の存在の違いの理解が始まり，他者視点取得といった認知発達を経ることによって他者の情緒反応にとらわれない対処行動が可能となるとした。これより，自他の分離と他者理解における認知的な発達には関連があると考えられる。また他者理解における認知的な働きは共感性の「認知面」（本研究において「認知的他者理解」と呼ぶ）とされているが，これと相補的に発達をしていくと考えられている共感性の「情緒面」（本研究において「情緒的共感性」と呼ぶ）は，情緒伝染のように認知発達を経ることなく喚起される（Hoffman, 2000）ため，認知的な他者理解とは反対方向で自他分離に関連すると予想される。本研究では青年期を対象に共感性の認知面・情緒面を個人の傾向として数量化し調査することにより，その個人差と自他分離の程度についての検討を行うこととする。 以上から次の仮説を立てる。

仮説2.認知的他者理解の高い人ほど，自他分離をしている傾向にある。反対に，情緒的共感性が高い人ほど自他分離をしていない傾向にある。

以降の分析は，フリーソフトウェアであるHAD version17.101（清水，2020）を使用した。また，無効回答は見られなかった。

## 2. 予備調査

### 2.1. 目的

本調査に先立ち，調査で用いる上方比較場面の想起を促す教示の妥当性について検討することを目的として，質問紙調査を行った。

### 2.2. 方法

調査参加者　大学生・大学院生57名が参加し，実験群30名，対照群27名の2群にランダムに振り分けた。平均年齢は21.33歳 ，$SD = 1.80$）であった。

質問紙は阿部・今野（2007）による状態自尊心尺度（9項目）を用い，各項目について「全く当てはまらない（1点）」から「とても当てはまる（7点）」の7件法で回答を求め，加算して得点化した。状態自尊心とは置かれた状況によって変化する自尊感情のことであり，この変動を計測する手段としては，二時点の自尊感情尺度の実施における回答の一致度や，4から7日間，毎日一度か二度評定される自尊感情尺度得点の個人内の変化量によるものがあるが（小塩, 2001），ここでは二時点において状態自尊心尺度の回答を求め，その得点の低下量をもって変動を計測することとした。教示による場面想起の前後に1回ずつ回答を求め，教示前の合計得点から教示後の合計得点を引いた数値を状態自尊心の低下量得点とした。つまり，低下量が正の値であれば，教示による場面想起によって状態自尊心が低下したことを，負の値であれば，教示による場面想起によって状態自尊心が高まったことを意味する。両群に対して教示を提示する前に，協力者と同じ学部に所属する親しい友人の想起を促す教示（Figure.1）を行い，その後，想起した友人のイニシャルについて記述式での回答を求めた。実験群に対しては上方比較場面の想起を促す教示（Figure.2）を，対照群に対しては自他同等場面の想起を促す教示（「ある日，大学の成績が開示されました。その結果は前ページで思い浮かべた友人と同じくらいの成績でした。」）を行った。

「あなたと同じ学部に在籍する，同性の親しい友人をひとり，思い浮かべてください。あなたとその友人はいつもだいたい同じくらいの成績です。」

Figure.1　親しい友人の想起を促す教示

「ある日，大学の成績が開示されました。それはあなたが特に入念に準備をして臨んだ試験の結果でした。しかし，成績評価について話している際に，いつも自分と同じくらいの成績である友人が，自分よりもかなり良い評価を取っていることが分かりました。」

Figure.2　上方比較場面の想起を促す教示

### 2.3. 結果

状態自尊心の低下量得点はそれぞれ実験群（$M = 5.83$, $SD = 8.70$）と対照群（$M = -4.04$, $SD = 8.76$）であり，実験群では上方比較後に状態自尊心が低下しているが，対照群では上方比較後に状態自尊心が高まる傾向にあった。Welchの対応のない$t$ 検定を行った結果，2群間で有意な差がみられた（$t$ （54.30）= 4.26 , $p$ <.001, $d$ =1.12）。

### 2.4. 考察

実験群・対照群の両群において，教示前後で状態自尊心得点に質の異なる変化がみられた。対照群に比較し実験群が，上方比較場面の教示を行った場合の状態自尊心の低下量が有意に大きいことから，本教示が上方比較場面の想起を促すものとして妥当であると考えた。また一方で，対照群では教示後に状態自尊心が高まっていたことから，親しい友人と同程度の成績であることにより状態自尊心が高められることが推察された。

## 3. 本調査

### 3.1. 目的

本調査では，予備調査の実験群への教示を用いて，上方比較時の状態自尊心の低下に対する自他分離の効果に関する仮説の検討をすることを目的とする。さらに，自他分離に共感性の二側面がどのように影響するかも合わせて検証する。

### 3.2. 方法

調査参加者　大学生・大学院生107名が参加し，統制条件である友人との親しさ要因（7名）と学業成績の重要度の要因（27名，うち2名は親しさ要因による除外対象者と重複）に該当する者を除いた，75名を分析対象者とした。年齢の平均は21.27歳（$SD = 2.00$）であった。

調査方法

(1) 質問紙の構成

①フェイスシート：タイトルは「人間関係に関するアンケート調査」とし，調査への協力を依頼するとともに，調査対象者の属性として性別，学年，年齢の回答を求めた。なお，以下の②③④では，各項目について「当てはまらない（1点）」から「当てはまる（4点）」の4件法で回答を求め，加算して合計得点とした。

②親和傾向

杉浦（2000）による親和動機尺度のうち，人と親密な関係を維持したいと思う傾向に関する9項目を用いた。自他分離が高いことに関する要因として，他者への親和傾向の低さが予想されたため，親和傾向の自他分離への影響を検討することを目的として採用した。

③認知的他者理解と情緒的共感性

Davis（1983）による多次元共感測定尺度の日本語版（桜井, 1994）のうち他者視点取得的な傾向について尋ねる「視点取得」（7項目）と情緒反応傾向や他者志向的な情緒の共感的反応傾向について尋ねる「共感的配慮」（7項目）の項目を用いた。それぞれ本研究における認知的他者理解と情緒的共感性の定義と重なると考えられたため，両者を測定する尺度として採用した。

④自他分離

鈴木・木野（2008）による多次元共感性尺度（MES）のうち「被影響性」とされる。他者の感情や意見に影響されやすい傾向に関する5項目を用いた。他者からの影響の受けやすさを尋ねる項目で構成されており，本研究での自他分離の定義を逆転させたものと重なると考えられたため，自他分離を測定するものとして採択した。

⑤状態自尊心の低下量

予備調査と同様に，阿部・今野（2007）による状態自尊心尺度（9項目）を用い，上方比較場面の想起を促す教示の前後二時点で測定を行った。教示は，予備調査で実験群に提示したものと同様の文（Figure.2）を使用した。加えて，想起した友人との親しさ要因を統制することを目的として「想起した友人との親しさの程度」への回答を求め，「1：全く親しくない」から「5：とても親しい」の5点スケールのうち，1または2と回答した7名を除外した。また，回答者における学業成績の重要度の要因を統制することを目的として「大学での成績の重要度」への回答を求め，「1：全く重要ではない」「2：どちらかといえば重要ではない」「3：どちらかといえば重要である」「4：とても重要である」のうち，1または2と回答した27名（2名は親しさ要因により除外したものと重複）を除外した。

以上から構成される質問紙調査を行った。各尺度内の質問項目はランダム配置された。

(2) 手続き　Googleフォームにおける筆者の知人や知人を介した縁故法と，大学での対面の講義を利用して集団に一斉に質問紙を配布する方法を用いて実施した。

### 3.3. 結果

#### 3.3.1. 自他分離と上方比較後の状態自尊心の関連

自他分離得点の平均値（$M = 10.49$）を境に，11点以上を高群（$N = 36$），それ未満を低群（$N = 39$）とした。各群の上方比較による状態自尊心の低下量得点の平均値をTable.1に示す。Welchの対応のない $t$ 検定を行った結果，自他分離高群（$M = 3.81$）と自他分離低群（$M = 7.64$）の差は有意傾向に留まった（$t$（71.35）$= 1.87$，$p < .10$）。ただし効果量が0.43と比較的大きかったことから，上方比較前の状態自尊心得点が影響している可能性を考えた。上方比較前（元々）の状態自尊心得点は自他分離高群（$M = 41.03$, $SD = 10.27$）の方が低群（$M = 36.15$, $SD = 11.19$）よりも高い傾向にあった（$t$（73.00）$= 1.97$，$p < .10$）。

Table.1 自他分離高群・低群の上方比較による状態自尊心の低下量得点の平均・標準偏差およびt検定の結果

| | *M* | *SD* | *t* | *p*値 | *d* |
|---|---|---|---|---|---|
| 状態自尊心の低下量得点 | | | | | |
| 高群（$n$ =36） | 3.81 | 9.16 | 1.87 | .065 | 0.43 |
| 低群（$n$ =39） | 7.64 | 8.53 | | | |

また仮説1に付随する検討として，自他分離と親和傾向の関連についての検討を行った。自他分離の高低を独立変数，親和傾向得点を従属変数とした対応のないWelchの$t$検定において，自他分離高群（$M = 24.11$, $SD = 4.28$）と低群（$M = 25.44$, $SD = 3.20$）の間には有意な差がみられなかった（$t$（64.61）$= 1.51$，$p = .14$）。

### 3.3.2. 認知的他者理解・情緒的共感性と自他分離の関連

認知的他者理解得点の平均値（$M$= 17.76）と情緒的共感性得点の平均値（$M$= 18.49）を用いて，平均値以上を高群，それ未満を低群とした。各群の自他分離得点の平均値をTable.2に示す。自他分離得点を従属変数として，それぞれの高群・低群による二要因分散分析を行った。その結果，情緒的共感性の主効果（$F(1, 71)$ = 8.16，$p$ < .01，$\eta^2$ = .10）と認知的他者理解の主効果（$F(1, 71)$ ＝7.67，$p$<.01，$\eta^2$ = .10）が有意となった。しかし，認知的他者理解と情緒的共感性の交互作用（$F(1, 71)$ ＝.20，$p$ ＝.66，$\eta^2$ < .01）はみられなかった。

すなわち認知的他者理解の高い人ほど自他分離をしている傾向にあり，反対に情緒的共感性が高い人ほど自他分離をしていない傾向にあることが示された。したがって仮説2は支持されたと言える。またこの結果において，認知低-情緒低群と認知高-情緒高群の自他分離得点の平均値は同程度であることが示された。しかし，認知的他者理解と情緒的共感性を包括した意味での共感性が低い認知低-情緒低群と，共感性が高い認知高-情緒高群の自他分離が同程度であることから，認知低-情緒低群に属する人と認知高-情緒高群に属する人は対人場面において同様の特徴を有する，と考えることは妥当なのだろうか。

そこで本研究では，認知的他者理解と情緒的共感性の高低によって振り分けられた4群それぞれの特徴について検討するため，上方比較前の状態自尊心得点と親和傾向得点について追加の分析を行うこととした。

各群の上方比較前の状態自尊心得点と親和傾向得点の平均値をTable.3に示す。認知的他者理解得点と情緒的共感性得点の高低を独立変数，上方比較前の状態自尊心得点を従属変数とした二要因分散分析において，認知的他者理解と情緒的共感性の交互作用（$F(1, 71)$ ＝2.42，$p$ ＝.12，$\eta^2$ = .03）はみられず，認知的他者理解の主効果が有意であった（$F(1, 71)$ = 13.63，$p$ < .01，$\eta^2$ = .16）。つまり，認知的他者理解が高いほど，上方比較前の状態自尊心が高いことが示された。また，認知的他者理解得点と情緒的共感性得点の高低を独立変数，親和傾向得点を従属変数とした二要因分散分析において，認知的他者理解と情緒的共感性の交互作用（$F(1, 71)$ ＝.25，$p$ ＝.62，$\eta^2$ < .01）はみられなかった。また，情緒的共感性の主効果が有意であった（$F(1, 71)$ = 7.80，$p$ < .01，$\eta^2$ = .10）。つまり，情緒的共感性が高いほど，親和傾向が高くなることが示された。

### 3.3.3. 仮説モデルについての検討

上述の分析結果を受け，元々（上方比較前）の状態自尊心への自他分離からの影響を統制し，自他分離が上方比較後の状態自尊心に与える影響について検討するため，Figure.3のような仮説モデルを構築した。自他分離得点に対し認知的他者理解に正の主効果，情緒的共感性に負の主効果がみられたことから，自他分離に対して認知的他者理解が正の影響，情緒的共感性が負の影響を与えると考えられる。そして，上方比較前の状態自尊心に対する認知的他者理解の正の主効果がみられたことから，認知的他者理解の高さは上方比較前の状態自尊心の高さと関連すると考えられる。また，

Table.2 認知的他者理解高群・低群と情緒的共感性の高群・低群による自他分離得点との二要因分散分析結果

| | 情緒的共感性-高 | | 情緒的共感性-低 | | 主効果 | | 交互作用 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 認知的他者理解-高 | 認知的他者理解-低 | 認知的他者理解-高 | 認知的他者理解-低 | 情緒 | 認知 | |
| | $M$ ($SD$) | $M$ ($SD$) | $M$ ($SD$) | $M$ ($SD$) | $F$値 (偏$\eta^2$) | $F$値 (偏$\eta^2$) | $F$値 (偏$\eta^2$) |
| 自他分離得点 | 20.57 (5.48) | 17.46 (5.37) | 25.00 (5.86) | 20.69 (5.19) | 8.16** (.10) | 7.67** (.10) | 0.20 (.00) |

**$p$ < .01

Table.3 認知的他者理解高群・低群と情緒的共感性の高群・低群による上方比較前の状態自尊心と親和傾向との二要因分散分析結果

| | 情緒的共感性-高 | | 情緒的共感性-低 | | 主効果 | | 交互作用 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 認知的他者理解-高 | 認知的他者理解-低 | 認知的他者理解-高 | 認知的他者理解-低 | 情緒 | 認知 | |
| | $M$ ($SD$) | $M$ ($SD$) | $M$ ($SD$) | $M$ ($SD$) | $F$値 (偏$\eta^2$) | $F$値 (偏$\eta^2$) | $F$値 (偏$\eta^2$) |
| 状態自尊心得点 | 43.38 (10.67) | 30.18 (6.84) | 41.86 (10.17) | 36.48 (10.80) | 0.90 (.01) | 13.63** (.16) | 2.42 (.03) |
| 親和傾向得点 | 26.33 (4.72) | 26.00 (2.93) | 23.36 (3.50) | 23.93 (3.04) | 7.80** (.10) | 0.02 (.00) | 0.25 (.00) |

**$p$ < .01

認知的他者理解と情緒的共感の間には比較的強い正の相関があると考えられる。

Figure.3のモデル図について，最尤法による共分散構造分析を行ったところ，Figure.4に示す結果となった。数値は標準化されたものである。なお，*CFI* = .99, *RMSEA* = .09 （95%Cl [.00,.29]），*SRMR* =.04，*AIC* = 39.21であったことから，比較的適合は良いと考えられる。

分析結果において，Figure.4の結果はモデル作成時の予想と概ね合致するものであった。しかし，このモデルにおける「自他分離」から「上方比較後の状態自尊心」の関連は，「認知的他者理解」と「情緒的共感性」の影響によるものである可能性が考えられた。そのため，新たに「認知的他者理解」と「情緒的共感性」から「上方比較後の状態自尊心」へのパスを加え，再度最尤法による共分散構造分析を行った。その結果，新たに加えた「認知的他者理解」と「情緒的共感性」から「上方比較後の状態自尊心」へのパスでは，有意な係数が得られなかった。また，適合度指標の値は*CFI* = 1.00, *RMSEA* < .01（95%Cl [.00,.00]), *SRMR* <.01, *AIC* = 40.00であり，Figure.4のモデルの方が*AIC*の数値が低いことなどから，Figure.4のモデルを採択した。つまり「自他分離」から「上方比較後の状態自尊心」への関連は，「自他分離」そのものの効果である可能性が高いと考えられる。

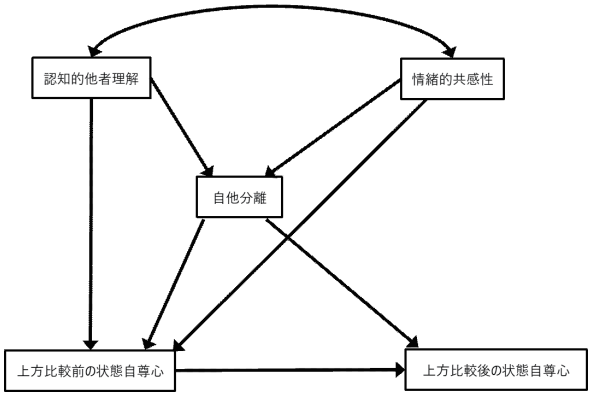


Figure.3
本研究において想定したモデル

### 3.4. 考察

#### 3.4.1. 自他分離と上方比較後の状態自尊心の関連

一般に，自分よりも優れた他者との比較は比較他者が自己評価（自己価値）に脅威を与えるため，状態自尊心を低下させると言われており（磯部・浦, 2002），特に比較他者が自分と類似しているかつ，自己にとっての重要性が高い事象についての比較を行った場合に，その比較は自己評価に対し，より大きな影響を与えると考えられている（Festinger, 1954）。そのため今回の調査では，比較他者（想起した友人との親しさ）や比較を行う事象の自己重要性（学業成績の重要度）を問う項目にて条件に合わない回答を除外して行ったが，その上で優位他者との比較による状態自尊心の低下量にはばらつきがあり，それは上記のFestinger（1954）の社会比較モデルの中に存在する個人差を反映したも

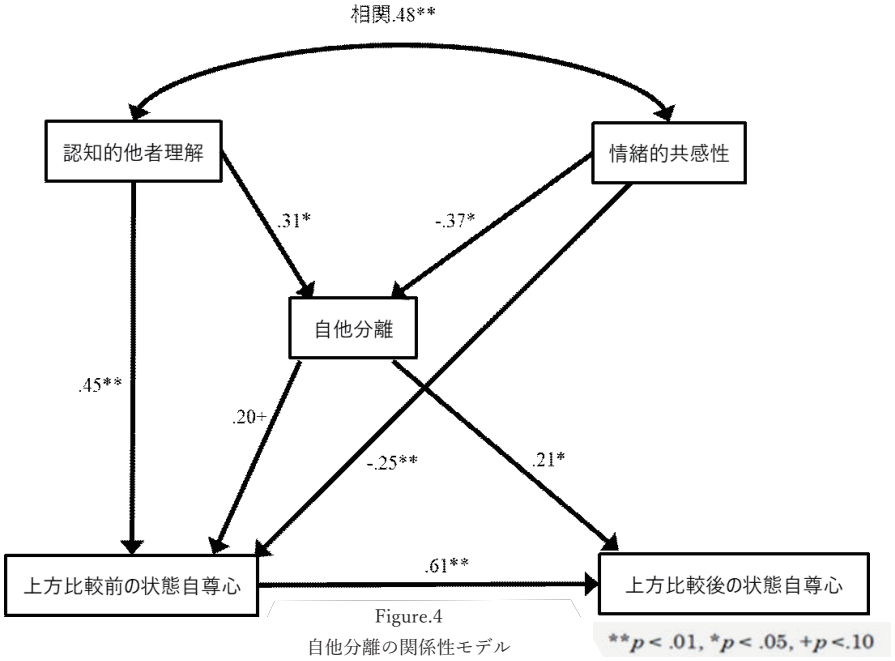


Figure.4
自他分離の関係性モデル
（最尤法による共分散構造分析結果）

のと推測される。

当初は「他者からの影響を受けにくい」自他分離の傾向を高める要素として，「他者とは関わらない，他者への興味がない」といった対人場面における孤立性の要因，すなわち個人が持つ他者へと向かう親和傾向の低さによる影響が予想されたが，自他分離と親和傾向の関連の検討によって，両者には関連がほとんどないことが示された。したがって，自他分離をしている傾向にあることは排他的，孤立的な個人の性質によっては説明されないと考えられる。またこの結果より，孤立的であっても自他分離をしていない傾向にある個人が存在する可能性が考えられる。むしろ他者から距離を取る者の中には，個人の内部で自他の分離が困難であることから，物理的な距離を確保しようと行動した結果である者も存在する可能性があり，高田（2004）が指摘するように社交不安症や社会的引きこもりのような不適応状態とも関連している可能性が考えられる。そのような特徴を有する例として，シゾイドパーソナリティ特性を持つ人が挙げられる。シゾイドパーソナリティ特性は自己愛パーソナリティとともに，社会的引きこもりの者たちの多くに共通するパーソナリティ特性であるとされている（衣笠, 1999）。その特性が顕著に表れるとされるシゾイドパーソナリティ障害は，精神疾患に関する国際的な評価基準として用いられている『精神疾患の診断・統計マニュアル第5版（DSM-5）』（APA, 2013）によると，社会的な関係からの離脱や，対人関係場面での情動表現の範囲の限定の広範な様式というような基本的な特徴を有する。近藤（1999）もまたスキゾイド（分裂病質）パーソナリティ特性は引きこもりケースを理解する上で重要な概念であると述べた。そしてスキゾイドの病理について，自分が相手に対して抱く陽性感情までもが相手を破壊してしまう，また反対に自分が相手によって迫害されてしまうといった強い不安に脅かされるとし，実際の社会的引きこもりの事例において，被援助者が「相手が自分の中に侵入してくる」「相手に支配されてしまい，自分がなくなってしまう」「相手に飲み込まれる」「喰われる」等の不安を訴える例が少なくないと報告した。上述のように，シゾイドパーソナリティ特性と社会的引きこもりには自他の区別が困難であり，巻き込まれてしまう，飲み込まれてしまうような感覚を持つ点において共通していると考えられ，そのような困難に対する不安を持つために他者との接触を回避していると推察する。

### 3.4.2. 共感性要因と自他分離の関連

結果から，認知的他者理解の高い人ほど自他分離をしている傾向にあり，反対に情緒的共感性が高い人ほど自他分離をしていない傾向にあることが示された。加えて，認知低-情緒低群と認知高-情緒高群の自他分離得点の平均値は同程度であることが示された。この結果を受けて行った追加分析の結果から，4群はおおよそ以下（Figure.5）のような特徴を有すると考える。

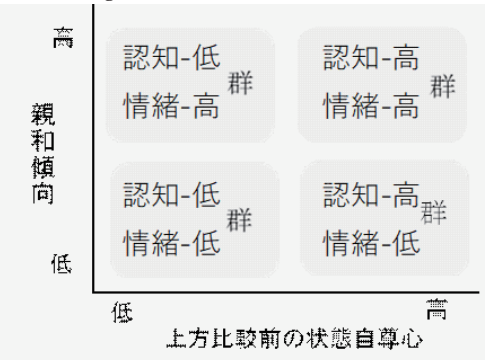


Figure.5
追加分析による４群の特徴

認知的他者理解・情緒的共感性と自他分離の関連の検討から，認知低-情緒低群と認知高-情緒高群の自他分離は同程度であることが示されたが，元々の状態自尊心と親和傾向によってそれぞれ異なる特徴を有すると考える。これは状態自尊心と特性自尊心には高い正の相関があること（阿部・今野, 2007），また親和傾向の高さが大学生の日常生活スキル，つまり効果的に日常生活を過ごすために必要な学習された行動や内面的な心の働きの高さに繋がること（島本・石井, 2006）を踏まえると，自他分離が同程度であったとしても，社会生活において認知高-情緒高群の方がより適応的であると推察される。

### 3.4.3. 仮説モデルについての検討

「情緒的共感性」と「認知的他者理解」の間に比較的強い正の相関が認められた。また，「自他分離」から「上方比較前の状態自尊心」に引かれた以外のパスで，それぞれ有意な係数が得られた。「自他分離」が「上方比較後の状態自尊心」に対し有意に.21の関連があることが示された。また「認知的他者理解」が「上方比較前の状態自尊心」に対し.45の効果,「情緒的共感性」が-.25の効果があることが示されたが,「認知的他者理解」と「情緒的共感性」からそれぞれ「上方比較後の状態自尊心」へのパスを加えたモデルの分析を行ったところ，両方のパスで有意な係数が得られなかった。つまり，パス係数の数値を考慮すると効果は大きいとは言えないが，「自他分離」から「上方比較後の状態自尊心」に対し有意なパスが出ていることは，自他分

離をしているほど，上方比較後の状態自尊心が高いということを意味する。加えて，上方比較前の状態自尊心にもパスが引かれていることにより，上方比較前の状態自尊心の影響を統制した状態において，自他分離が上方比較後の状態自尊心を高くすることを意味していると考えられる。上方比較後の状態自尊心を高めるということは，自他分離によって，状態自尊心の低下を抑制していると考えられる。つまり，自他分離をしている傾向にあるほど，上方比較前後における状態自尊心の低下量が小さくなる傾向にあることが示された。したがって，仮説1は一部支持されたと考える。

また共分散構造分析（Figure.4）の結果から，「情緒的共感性」と「認知的他者理解」の間には比較的強い相関がみられたにも関わらず，「自他分離」に対して両者は相反する効果を持つことが示されている。このことは3者間の関係において，特徴的な結果であると言えるだろう。

以上の検討から，自他分離傾向を高める介入として，認知的他者理解を高める介入が有効である可能性が示唆されたが，それは本研究における認知低-情緒高群のような人が主な対象となると考える。本調査における二要因分散分析の結果，最も自他分離をしていない傾向にあるのは認知低-情緒高群であった。すなわち認知的他者理解が低く，情緒的共感性が高い場合に，特に自他分離をしていない傾向があると考えられる。この群に属する人たちは，他者からの影響を受けすぎてしまうという困難を抱えている可能性が考えられる。

## 4. 総合考察

近代の日本の教育現場において「みんなで同じことを，同じように」といったクラス構成員の同一感・一体感を重視する傾向がみられ（文部科学省，2020），また思いやりや共感性を育むとして情緒的な結びつきを好む傾向にあるが（高田，2004），本研究の結果から，それを推し進めることが他者からの影響を受けすぎてしまうという不適応に繋がる可能性が示唆された。またそのような個人に対し認知的他者理解傾向を高める，つまり他者視点に立って物事を考える傾向を高める介入を行うことで，心理的適応に寄与出来る可能性が示唆された。その具体的な介入方法の一例として，「愛と自由の声（Voices of Love and Freedom : VLF）」と呼ばれる視点取得能力向上プログラムが挙げられる（渡辺，2001）。このプログラムを日本において15歳から19歳の非行少年に対し行った実践では，その有用性が確認されている（安藤・新堂，2013）。元来は集団での実施を目的として作成されたプログラムだが，安藤・新堂（2013）の研究では個別式で実施されていることから，個人への実施についても有用であると考えられる。また今後の研究として，本研究では青年期を対象に調査を行ったが，幼児期での検討をすることが挙げられる。情緒伝染が発達早期からみられることを踏まえると，情緒的共感性は人間が生来から有しているものだと考えられる。一方で認知的他者理解は発達の中で後続的に獲得されていくものであるため，元々有している情緒的共感性を調整する立場にあると考えられる。そのため，認知的他者理解が発達途上と考えられる幼児期での検討をしていくことで，発達的な視点における自他分離のありようとともに，他者との関係性についての考察を深められると考える。

## 5. 引用文献


阿部 美帆・今野 裕之（2007）．状態自尊感情尺度の開発　パーソナリティ研究，*16*，36-46.

American Psychiatric Association（2013）．*Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Fifth Edition DSM-5.* Washington, D. C : American Psychiatric Press.（アメリカ精神医学会 日本精神神経学会(監修)（2014）．DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル 医学書院）

安藤 有美・新堂 研（2013）．非行少年における視点取得能力向上プログラムの介入効果 ―視点取得能力と自己表現スタイルの選好との関連― 教育心理学研究，*61*，181-192.

Davis, M. H.（1983）. Measuring individual differences in empathy : Evidence for multidimen-siona1 approach. *Journal of Personality and Social Psychology, 44*, 113-126.

Festinger, L.（1954）. A theory of social comparison processes. *Human Relations, 7*, 117-140.

Hobson, R. P.（1995）. *Autism and the Development of Mind.* Psychology Press.（ホブソン, R. P 木下 孝司（監訳）（2000）．自閉症と心の発達―「心の理論」を越えて 学苑社）

Hoffman, M.L.（2000）. *Empathy and moral development: Implications for caring and justice.* Cambridge: Cambridge University Press.

礒部 智加衣・浦 光博(2002)．内集団成員との上方比較後の感情・状態自尊心に，集団間上方比較と特性自尊心が及ぼす影響 実験社会心理学研究，*41*，98-110.

衣笠 隆幸(1999)．「ひきこもり」とスキゾイドパーソナリティ―スキゾイドの病理学的研究の歴史 精

神分析研究, *43*, 101-107.

北山 忍（1994）. 文化的自己観と心理的プロセス　社会心理学研究, *10*, 153-167.

近藤 直司(1999). 非精神病性引きこもりケースの理解　近藤 直司・長谷川 俊雄（編） 引きこもりの理解と援助（pp.10-45）萌文社

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*, 35-44.

子安 増生・木下 孝司（1997）. 心の理論研究の展望　心理学研究, *68*, 51-67.

熊谷 高幸（2014）. 「心の理論」成立までの三項関係の発達に関する理論的考察 ： 自閉症の諸症状と関連して　発達心理学研究, *15*, 77-88.

Markus, H., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self : Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, *98*, 224-253.

文部科学省（2020）. 「令和の日本型学校教育」の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す，個別最適な学びと，協働的な学びの実現～ https://www.mext.go.jp/kaigisiryo/content/20201022-mxt_syoto02-000010493_7.pdf （2021年1月10日閲覧）

森野 美央（2005）. 幼児期における心の理論発達の個人差，感情理解発達の個人差，及び仲間との相互作用の関連 発達心理学研究， *16*, 36-45.

森下 正康（1990）. 幼児の共感性が援助行動のモデリングにおよぼす効果　教育心理学研究, 38, 74-81.

中間 玲子（2013）. 自尊感情と心理的健康との関連再考　教育心理学研究, *61*, 374-386.

Pasalich, D. S., Dadds, M. R., & Hawes, D. J. (2014). Cognitive and affective empathy in children with conduct problems : Additive and interactive effects of callous-unemotional traits and autism spectrum disorders symptoms. *Psychiatry Research, 219,* 625-630.

Premack, D., & Woodruff, G. (1978). Does the chimpanzee have a theory of mind? *Behavioral and Brain Sciences, 1*, 515-526.

桜井 茂男（1994）. 多次元共感測定尺度の構造と性格特性との関係　奈良教育大学教育研究所紀要, *30*, 125 -132.

Shamay - Tsoory, S. G. (2011). The neural bases for empathy. *Neuroscientist, 17*, 18-24.

島本 好平・石井 源信（2006）. 大学生における日常生活スキル尺度の開発　教育心理学研究, *54*, 211-221.

清水　裕士（2020）. 統計分析ソフト HAD version17.101　https://osf.io/32cyp/（2020年12月2日閲覧）

杉浦 健（2000）. 2つの親和動機と対人的疎外感との関係　教育心理学研究, *48*, 352-360.

鈴木 有美・木野 和代（2008）. 多次元共感性尺度（MES）の作成　自己指向･他者指向の弁別に焦点を当てて　教育心理学研究, *56*, 487-497.

高田 利武（1993).青年の自己概念形成と社会的比較－日本人大学生にみられる特徴－教育心理学研究, *41*, 339-348.

高田 利武･松本 芳之（1995）. 日本的自己の構造－下位様態と世代差－　心理学研究， *66*, 173-178.

高田 利武（2004).「日本人らしさ」の発達社会心理学　株式会社ナカニシヤ出版

谷村 覚（1995）.　自他分化　岡本 夏木・清水 御代明・村井 潤一(監)　発達心理学辞典（pp.269）ミネルヴァ書房

登張 真稲（2003）. 青年期の共感性の発達：多次元的視点による検討 発達心理学研究， *14*, 136-148.

Trevarthen, C., Aitken, K., Papoudi, D., & Robarts, J. (1998). *Children with Autism : Diagnosis and Interventions to Meet Their Needs (2nd edition).* London : Jessica Kingsley Publishers.(C.トレヴァーセン, K.エイケン, D.パプーディ, J.ロバーツ 中野 茂･伊藤 良子･近藤 清美（監訳）(2005). 自閉症の子どもたち　ミネルヴァ書房）

上瀬 由美子・堀野 緑（1995).自己認識欲求喚起と自己情報収集行動の心理的背景－青年期を対象として－　教育心理学研究, *43*, 23-31.

渡辺 弥生（2001）. VIFによるおもいやり育成プログラム　図書文化社