自己肯定感が疎外感に及ぼす影響の推定—実験デザインの検討—
Estimating the Effect of Self-Affirmation on Alienation: Consideration of Experimental Design

秦　慕君，橋本　敬
Mujun Qin, Takashi Hashimoto

北陸先端科学技術大学院大学
Japan Advanced Institute of Science and Technology
{qinmujun, hash} @jaist.ac.jp

Abstract

個人と集団のアンマッチから生じる疎外感は，個性や創造性の顕れと見ることもできるため，疎外感の受容は個人に肯定的な影響を持つ可能性がある．本研究は，疎外感に連なる個人の性質に関わる自己肯定感が疎外感とその受容に影響するかどうかを検証する．予備実験では，先行研究で示されていた自伝的記憶の想起による自己肯定感の上昇が再現できなかった．また，想起前後で疎外感には有意差が生じたが，疎外感受容度に有意な変化がなかった．自伝的記憶の想起課題を再検討する必要がある．

キーワード：疎外感（alienation），自己肯定感　(self-affirmation)，自伝的記憶（autobiographical memory）

1.　はじめに

人間は社会的動物であり，毎日他者と関わりながら生活しているが，所属する集団から心理的・物理的に離脱することもある．個人は自らの経験・体験に基づいて内面化された価値観・考え方と集団の制度・規範に合わないこと（アンマッチ）によって，「自分は排除されている」と感じる状況になると「疎外感」が生じる[1]．個人の経験・体験は個人の物語性[2]とし，集団の制度・規範は集団の法則性[2]と考える．その物語性と法則性は，人々が自分と世界の相互作用を通じて生み出すものである．物語性とは，世界における一回限り，特定の時間と場所で起こった出来事を，その推移に伴って内面化していくことである[2]．個人の物語は，それぞれの個人の独特な物語であり，個人のアイデンティティの形成と関連しているものである[3]．一方，法則性とは，人間が世界と相互作用するとき，同じ出来事が何度も繰り返されると，それを法則的に内面化し，次の状況を予測に生かすことである[2]．また，疎外感は集団生活の中で個人が他者から排除され，どうしてもなじめないという認知的感情と定義される[4]．この場合の「他者」は，具体的な他人だけではなく，社会や自分の周辺に生起する事柄，さらに自分自身も含める[4]．本研究は，このような具体的な他人が存在せず，自分の一回限りの体験・経験（＝個人の物語性）または自分の価値観・考え方・性質（＝個人の法則性）と集団の制度・規範（＝集団の法則性）とのアンマッチにより生じる疎外感に焦点を当てる．

これまでの研究では，疎外感をネガティブに捉える視点が多い．例えば，疎外感をもつことが非行傾向（例：学校をさぼる）[4]や社会問題（例：個人の社会意識・政治意識を薄める）[5]とどう関連するか，または疎外感がもたらす問題をどう改善するか[6]などである．特に，心理学における従来の研究では，いじめられた体験を疎外感と関連付ける研究が多い．集団の中で疎外感を感じる人達の中には，いじめられた体験があり，集団の中で馴染めない感覚を持っている人もいた[7][8]．過去のいじめられた体験が個人に及ぼす影響の中で，再びいじめられないように同調傾向（自分の意見や判断を無理に曲げ，所属している集団の多数派の意見や判断に合わせて従ってしまう効果）を持つという個人の成長などに否定的な影響がある[9]．

一方で，疎外感をポジティブに捉える視点もある．先行研究によると，疎外感をもつ人の創造性が高い傾向があり[10][11]，疎外感は高いがそれを受容できる（疎外感を受け止められる）人はできない人より高い人格の成長を遂げ[12]，受容度が高いほど創造性が高いことが示された[13]．以上のことから，疎外感の受容が個人に肯定的な影響を及ぼす可能性があると推測する．

2.　目的

本研究では，個人が集団に無理に合わせず，自分の主張や特性を認識し，個人の性質を大切にすることが大事であると考える．人ひとりが社会に参加し潜在能

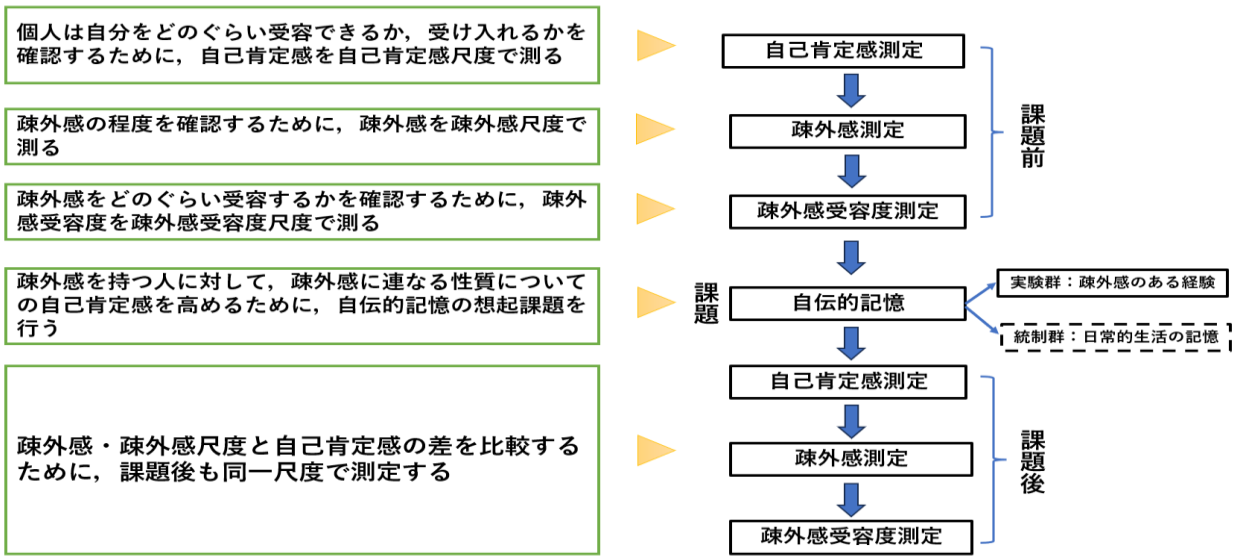

図 1　実験の流れ

力を発揮できる多様性と包摂性のある社会の実現には，疎外感をもつに至る原因となる個人の性質を自らポジティブに受け入れ，また社会もそれを受け入れるようになることが重要だと考えられる．

そこで本研究は，疎外感に至る原因となる個人的性質をポジティブに受け入れることに重点を置く．他者との比較ではなく，自分自身の価値基準に従う自分は「私」であっても大丈夫という感覚は自己肯定感と定義されている[14]．つまり，個人が疎外感をもっていても，ありのままの自分を受け入れる，すなわち，疎外感を持つ原因となる自分の性質を受け入れることは，自己肯定感の概念で捉えられると考えられる．そして，自己肯定感は社会規範の対立による疎外感の緩和と調節の効果があるとされる[6]．

以上を踏まえ，本研究は疎外感を持つ人に対して，疎外感に繋がる個人の性質に関わる自己肯定感が高まると，疎外感と疎外感の受容に影響するかを検証する目的とする．以上の目的を達成するために，2 つの仮説を設定する．

- 仮説 1：自己肯定感が高まると，疎外感の受容度に影響する
- 仮説 2：自己肯定感が高まると，疎外感に影響する

3.　予備実験

実験参加者

実験参加者は，大学院生 7 人（男性 5 人，女性 2 人），平均年齢は 26.29 歳（SD＝3.06）であった．

実験計画

仮説を検証するために，自己肯定感の得点を独立変数，疎外感と疎外感受容度の得点を従属変数とすする混合計画の実験をデザインした．独立変数のコントロールとして，自伝的記憶の想起課題を行った．先行研究では，個人における重要な出来事という自伝的記憶を想起させることにより自己肯定感が高まることが示された[15]．疎外感をもつ経験（集団に溶け込めない，なじめない等）からユニークな自分（個人の性質）を自覚できるような重要な出来事の想起を実験群，日常的な記憶の想起を統制群とする．

予備実験では，統制群を実施せず，実験群のみ行われた．

実験の流れ

実験の流れを図 1 に示す．自伝的記憶想起課題の前に，個人の自己肯定感・疎外感・疎外感受容度を測定するために，自己肯定感尺度[16]・疎外感尺度[4]・疎外感受容度尺度[17]を使用する．

自伝的記憶の想起課題として参加者に以下の 3 点を指示した．これは，疎外感に連なる個人の性質を想起させ，それを受容してもらうことを企図したものである．

1. 所属している組織やグループで，自分の個性や独自のアイデアが受け入れられず，疎外感を感じた

経験を教えてください.

2. その時，自分の発言や行動に対して，どのような制約があるかと感じましたか？（制約：一定の条件を付けて行動などを自由にさせないこと）
3. 自己の特性を大切にし，自分のアイデンティティの認識することの重要性について今どう考えていますか？具体的に自分自身の経験や例を挙げて記述してください.

課題後，自己肯定感・疎外感・疎外感受容度の変化を見るために，課題前と同じ尺度で自己肯定感，疎外感，疎外感受容度を測定した.

質問紙の構成

自己肯定感尺度：対自己領域の自己受容，自己実現的態度，充実感の 3 つの下位尺度計 24 項目からなる自己肯定感尺度[16]を使用した．本尺度は，7 件法（全くそう思わない～非常にそう思う）であった.

疎外感尺度：孤独感，自己嫌悪感，空虚感，圧迫拘束感の 4 つの因子からなる合計 44 項目から構成される疎外感尺度[4]を使用した．本尺度は，7 件法（全くそう思わない～非常にそう思う）であった.

疎外感受容度尺度：合計 10 項目からなる疎外感受容度尺度[17]を使用した．本尺度は，7 件法（全くそう思わない～非常にそう思う）であった.

4. 結果

予備実験の結果を対応のある 2 標本 t 検定で分析した．自伝的記憶の想起課題後，自己肯定感得点の平均値は高まったものの有意差が見られなかった（$t(7) = -1.489$, $p = 0.187$）（図 2，エラーバーは標準偏差，有意水準を 0.05 とした）.

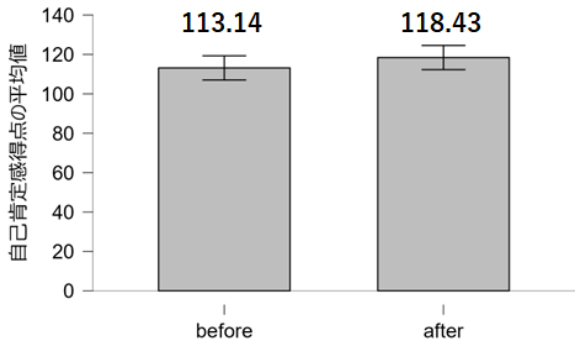

図 2　想起課題前後の自己肯定感得点

自伝的記憶の想起課題後，疎外感の得点は有意に減少した（$t(7)=2.761, p=0.033$）（図 3）が、疎外感受容度得点には有意差が見られなかった（$t(7) = 0.089$, $p = 0.932$）（図 4）.

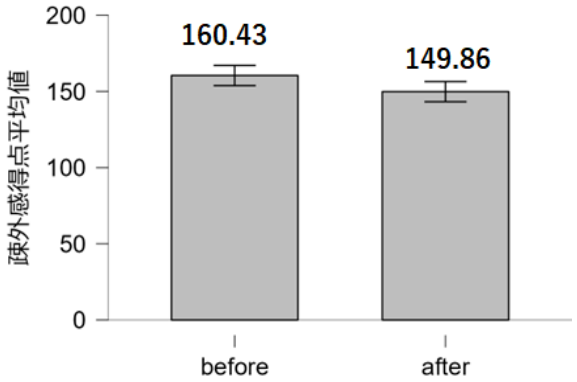

図 3　想起課題前後の疎外感得点

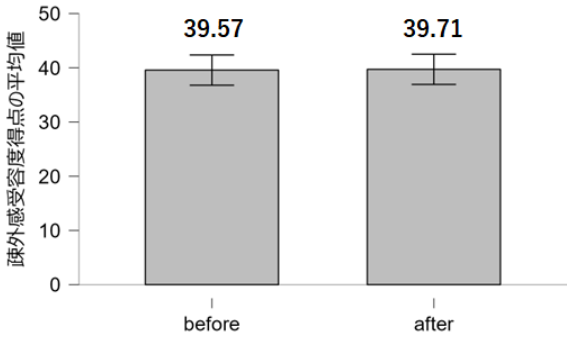

図 4　想起課題前後の疎外感受容度得点

想起課題前後の自己肯定感の差（後-前）と、疎外感得点、疎外感受容度得点それぞれの差の散布図を図 5 に示す。相関係数は前者が-0.616（$p = 0.141$），後者が 0.711（$p = 0.073$）だった。

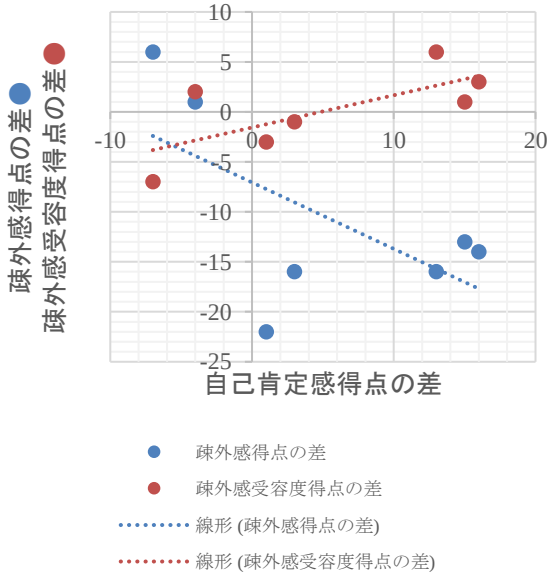

図 5　想起課題前後の自己肯定感得点の差と疎外感得点の差、疎外感受容度得点の差の散布図

5. 考察

図 2 に示したように，疎外感を持つ人の自己肯定感が高まる効果が見られなかった．なお、今回の実験参加者の疎外感得点の平均値は 149.86 であり，平均値としては疎外感を持つと言えるだろう．先行研究[18]では，自伝的記憶として成功体験を想起した人は日常的記憶を想起した人より自己肯定感が高まった．だが、今回の予備実験では自伝的記憶の想起課題の前後で自己肯定感が有意に高まることは再現できなかった．自己肯定感得点に有意差が見られなかった可能性として以下の 3 点が考えられる．

1. 予備実験の参加者の人数が少ない．
2. 自伝的記憶の想起課題の設問に問題がある．今回の予備実験では，疎外感に連なる個人の性質を想起させそれを受容してもらうことを企図した．したがって，先行研究[18]とは異なり成功体験を想起させるものではなかった．今後，自伝的記憶の想起課題，とくに自己肯定感を高めることに関連することであろう受容に関する質問（3 つめの質問）を検討する必要がある．
3. 課題に対する回答を書記するという形式に問題がある．先行研究[15]でも口頭ではなく書記する回答方法であった．しかし，回想の感情効果についての実験的方法の先行研究は，書記以外は，口頭または口頭と書記の組み合わせの方法もあると述べた[19]．より効果を目立たせるために，想起の形式を検討する必要がある．

今回の実験では，2 つの仮説の前件部である「自己肯定感が高まると」という部分が示されなかったため，仮説が検証できたかどうかについて何も言うことはできない．しかし，図 5 で示したように自己肯定感の変化と疎外感および疎外感受容度得点の変化は，参加者数が少ないので無相関検定の結果は有意ではないものの，比較的強い相関を示していることから，上記の想起課題の改善と実験参加者の増加により仮説が検証される可能性は残る．仮説 1 と関係する結果（図 3）では，自伝的記憶の想起が疎外感に影響する可能性が示された．この結果は，自己肯定感が疎外感を緩和する効果がある先行研究と一致する傾向である[10]．今回の実験でも自己肯定感得点の上昇は見られたため，自伝的記憶の想起課題の改善により，同じ結果が再現できる可能性はある．仮説 2 に関連し，自伝的記憶の想起前後で疎外感受容度の変化見られなかった．

文献

[1] 石田幸平，（1984） 鑑別用語の概念について：疎外感の意味，犯罪心理学研究, Vol. 21, No.12, pp. 1-9.

[2] 「「当事者化」人間行動科学：相互作用する個体脳と世界の法則性と物語性の理解」，（2022）令和 4 (2022)年度科学研究費助成事業公募要領学術変革領域研究（A）（公募研究）, p. 18.

[3] 櫻井龍彦，（2015）「生活の発見会」における共同体ノ物語と個人の物語―回復の条件に関する社会学の考察―，年報社会学論集, Vol. 28, pp. 40-51.

[4] 宮下一博，小林利宣，（1981）青年期における「疎外感」の発達と適応との関係，日本教育心理学会, Vol. 29, No. 4, pp. 11-19.

[5] 中山ちなみ，（2012）疎外感について，ノートルダム清心女子大学紀要, Vol. 36, No. 1，pp. 121-145.

[6] Ge, W., Sheng, G., & Zhang, H., (2020) “How to solve the social norm conflict dilemma of green consumption: The moderating effect of self-affirmation”, Frontiers in Psychology, Vol. 11，pp. 1-12.

[7] 一言英文，（2015）いじめと文化的心性との交点，日本感情心理学会, Vol. 1, No.1，pp. 23-28.

[8] 桜井利行，（2007）ひきこもり当事者のグループ参加に対する葛藤：ライフ・ストリーを用いた質的分析，日本心理学会大会発表論文集, Vol. 71，p. 1EV041.

[9] 香取早苗，（1999）過去のいじめ体験による心的影響と心の傷の回復方法に関する研究，カウンセリング研究, Vol. 32，pp. 1-13.

[10] Zhang, G., Chan, A., Zhong, J., & Yu, X., (2015) Creativity and social alienation: The costs of being creative, The International Journal of Human Resource Management, Vol. 27, No. 12, pp. 1252-1276.

[11] 田崎醇之助，吉川栄一，（1972）疎外感，大日本図書，p. 73.

[12] 宮下一博，（1994）大学生における疎外感と価値観との関係，日本教育心理学会, Vol, 42，pp. 201-208.

[13] 宮下一博，（1995）疎外感と創造性，千葉大学教育学部研究紀要, Vol. 43，pp. 7-11.

[14] 江角周子，庄司一子，（2012）中学生の自己肯定感とピア・サポートとの関連の検討，日本教育心理学会, Vol. 54, 765.

[15] 高橋美奈，松野隆則，（2017）自伝的記憶の想起が感情状態・自己肯定感に及ぼす影響，昭和女子大学生活心理研究所紀要, Vol. 19，pp. 59-69.

[16] 平石賢二，（1990）青年期における自己意識の発達に関する研究（Ⅰ）：自己肯定次元と自己安定性次元の検討，名古屋大学教育学部紀要, Vol. 37，pp. 217-234.

[17] 宮下一博，（1994a）疎外感の要因に関する研究―家庭環境及び自己概念に焦点を当てて―，千葉大学教育学部研究紀要, Vol. 42，pp. 71-83.

[18] Tavitian-Elmadjian, L., Bender, M., Van de Vijver, F. J. R., Chasiotis, A., & Harb, C., (2020) Autobiographical recall of mastery experiences is a mechanism of self-affirming under social identity threat, The Journal of social psychology, Vol. 160, No. 1, pp. 39-60.

[19] 福島脩美，田中勝博，角山富雄，張替裕子，松田修，森美保子，豊嶋舞子，（2008）過去と最近の出来事の回想におけるツールとしての書記，描画，対話の感情効果，目白大学心理学研究, Vol, 4，pp. 1-10.